

In deze nieuwsbrief worden de volgende onderwerpen besproken:

- De reden van de nieuwsbrief.
- Hoe werkt homeopathie
- Hoe wordt een behandeling vergoed in het nieuwe zorgstelsel
- Lijst van klachten
- Pfeiffer stootkuur

Aan de achterkant:

- Van binnen naar buiten, zo genees je.
- Cijfermatige registratie
- Standpunt KNMG over homeopathie
- Er is een site

De reden van de nieuwsbrief.

Graag vertel ik u wat meer over veranderingen binnen mijn praktijk en op het vlak van de homeopathie.

Hoe werkt homeopathie?

Een homeopathisch arts zoekt zeer precies naar de stof die u kan treffen en activeren op de plaatsen in het lichaam die ziek zijn, of niet goed functioneren, zowel geestelijk als lichamelijk. Het middel moet passen als een sleutel in een slot. Het vermogen tot zelfherstel wordt dan in gang gezet en de klachten verdwijnen. Een homeopathisch middel hoeft niet voor altijd te worden ingenomen. Als het lichaam het zelf weer goed doet dan hoeft je het ook niet steeds te activeren. De combinatie van homeopathische middelen en medicijnen van de huisarts gaat prima, ze werken beide zonder elkaar te storen. Het eerste consult duurt een uur. Daarin komen al uw klachten aan bod. Vervolgconsulten duren gemiddeld een half uur. Voor uitgebreide informatie kunt u kijken op www.stehouwerpraktijk.nl

Hoe wordt een behandeling vergoed in het nieuwe zorgstelsel?

De vergoedingen voor homeopathie vallen in de aanvullende verzekeringen en zijn afhankelijk van het door u gekozen pakket bij uw basisverzekering. Het verschilt dus per verzekeraar. De tarieven voor 2007 kunt u lezen op mijn site onder het hoofdstuk; kosten en verzekeringen. Een verwijzing door de huisarts is niet nodig.

Lijst van klachten die veel door mij worden behandeld.

In mijn praktijk kom ik allerlei klachten tegen die door middel van homeopathie behandeld kunnen worden. Hieronder noem ik een aantal veel voorkomende. Wellicht herkent u zich in één of een aantal klachten en waarschijnlijk heeft u er nog nooit bij stil gestaan dat deze klacht ook homeopathisch behandeld kan worden en gedacht "daar moet ik mee leren leven". Homeopathie kan wel degelijk in deze gevallen ook voor u iets betekenen. Gemiddeld is er ruim 70% kans op verbetering.*

- | | |
|---|---|
| - depressies en stemmingsdalingen en de begeleiding ervan | - menstruatie pijnen en stemmingsdalingen PMS |
| - hyperventilatie, paniekstoornissen en angsten | - obstipatie, geïrriteerde darmen |
| - postnatale depressie | - chronische diarree |
| - gedragsproblemen, claimend en overheersend gedrag | - pijn in de hartstreek en hartkloppingen |
| - woede buien, geïrriteerd of gejaagd gedrag | - ziekte van Menière en duizeligheid |
| - gebrek aan zelfvertrouwen, niet de eigen plek innemen | - fibromyalgie |
| - stil verdriet na verlies/ overlijden, rouwverwerking | - gewrichtspijnen en reuma |
| - burn-out, overspannenheid, concentratie stoornissen | - allergieën en netelroos |
| - chronische vermoeidheid | - hoofdpijn, migraine, schoolhoofdpijn |
| - slaapstoornissen (ook bij kinderen), huilbaby's | - slecht concentreren op school |
| - ADHD of ADHD-achtige stoornissen | - chronisch hoesten, kinkhoest |
| - oorontstekingen | - astma, copd |
| - eczeem | - bronchitis |
| - hooikoorts | - infecties |
| - bijholteontstekingen | - chronische verkoudheid |
| - overgangsklachten en opvliegers | - ziekte van Pfeiffer |

Deze lijst is zeker niet compleet. Heeft u vragen, of vraagt u zich af of een klacht door mij te behandelen is, bel dan gerust met de praktijk.

Pfeiffer stootkuur:

Bij de klacht: Slecht herstel na de ziekte van Pfeiffer of er is Pfeiffer in het bloed aangetoond en ik blijf zo moe, pas ik het laatste jaar een nieuwe benadering toe. Natuurlijk zoek ik een homeopathisch middel precies passend bij de lichamelijke en geestelijke gesteldheid van de patiënt op dat moment. We kennen in de homeopathie ongeveer 8 medicijnen bij deze klacht. Daarnaast geef ik de patiënt een Pfeiffer-nosode, een al 150-jaar oud homeopathisch middel. Het nieuwe is dat ik dat in verschillende sterktes en versneld iedere dag twee weken lang geef. Als een soort stootkuur. Dit heeft een bijzonder goed effect. Van de 10 patiënten van het afgelopen half jaar zijn er al 8 duidelijk verbeterd.

*Zie site wetenschappelijke artikelen.



Van binnen naar buiten, zo genees je.

In de homeopathie vinden we dat het lichaam een geheel is. Een holistische visie op gezondheid. Maar wat houdt dat dan in? Wat is het praktische nut ervan? Wat te doen als er astma en eczeem is en is er een bepaalde volgorde?

In de homeopathie vinden we dat er een bepaalde volgorde van lichaamssystemen belangrijk is. Het diepste is de geest, dan de inwendige organen, daarna de slijmvliezen, de botten en de spieren en als laatste de huid.

Geest - inwendige organen - slijmvliezen - huid - gezond
botten en spieren

Als je getroffen wordt door een ziekmakende factor, bijvoorbeeld stress of een bacterie dan zal het lichaam proberen zich zoveel mogelijk te verdedigen door de ziekte niet erg in het organisme binnen te laten dringen.

Je krijgt dan bijvoorbeeld eczeem. Is de weerstand zwakker dan krijg je diarree of hoesten. Bij nog meer stress krijg je hartkloppingen of andere inwendige klachten. Aantasting van de geest met geestelijke problemen is de diepste fase dan is het centrum aangedaan. Je wordt van buiten naar binnen ziek.

Hoe wordt je dan beter? Van binnen naar buiten wordt je beter.

Heeft dit dan consequenties? Ja!! Een voorbeeld: Als er op mijn spreekuur een patiënt komt met geestelijke problemen en astmatische bronchitis en eczeem, dan moet ik eerst proberen meer geestelijk evenwicht te verkrijgen met mijn middel.

Daarna moet de long verbeteren en als laatste de huid. Verbeterd de huid en veranderd de rest niets dan ben ik ontvreden.

Dit is in de gewone geneeskunde niet zo. De dermatoloog kijkt naar de huid en de longarts naar de long. De longarts vraagt niet naar de huid en de huidarts niet naar de long.

U begrijpt dat de homeopathie erg streng is voor zichzelf en eigenlijk pas tevreden is over de behandeling als alle naar voren gebrachte klachten, op elk gebied, verbeterd zijn. Het gebeurt geregeld dat de patiënt al tevreden is omdat de klacht waarmee hij of zij kwam al verdwenen is en ikzelf nog niet tevreden ben. Een andere klacht die in de ogen van de patiënt niet zo belangrijk is kan, doordat ik probeer het geheel gezond te krijgen, in mijn ogen juist wel belangrijk zijn. Natuurlijk bespreek ik dit soort benaderingen met mijn patiënten. Elkaar begrijpen hoort bij een goed consult.

Cijfermatige registratie

Het laatste jaar ben ik bezig om tijdens het consult de patiënt te vragen de klachten een cijfer te geven.

Een cijfer voor het geheel, het algemeen welbevinden. Verder een cijfer per hoofdklacht bijvoorbeeld hoofdpijn

en geïrriteerdheid voor de menstruatie. De cijfers worden gegeven net als een schoolrapport cijfer. Dus onder de 5,5 dan is de klacht onvoldoende. Als de klacht verbeterd dan gaat het cijfer omhoog. Wat zijn de redenen om deze cijfers te geven?. Soms is het voor de patiënt duidelijker om zichzelf een cijfer te geven om daarmee zijn toestand te beschrijven. De patiënt komt bliju terug en zegt: "mijn hoofdpijn is verbeterd dokter. Hij is van een 4,8 naar een 5.9 gegaan." In woorden is dit soms veel moeilijker dan in cijfers." Het is wel wat verbeterd, het was eerst erger maar het gaat nu wel, maar het is nog lang niet over hoor."

Naast het voordeel voor de patiënt is er voor mij ook voordeel. Een cijfer geeft de mogelijkheid om een verbetering in een grafiek te zetten of statistisch te benaderen. Ik kan dan klachten groeperen en verder statistisch vergelijken met andere collega's. Ook ben ik bezig het bericht naar de huisarts in een cijfermatige vorm te gieten. Ik hou u op de hoogte.

Er is een site!:

Sinds een halfjaar is de praktijk informatie aanzienlijk verbeterd. Een internetsite onder www.stehouwerpraktijk.nl maakt dat er veel meer informatie beschikbaar is voor de patiënt dan ik met een nieuwsbrief kan aanbieden. Veel achtergrond stukjes, wetenschappelijke nieuwtjes. Verwijzingen naar andere sites over homeopathie enzovoort. Ik zal proberen om elke keer nieuwe aanvullingen te maken die het voor u interessant maken om er nog eens op te kijken.

Standpunt KNMG over homeopathie:

Het overkoepelende orgaan van de artsen in Nederland heeft haar standpunt over homeopathie nog eens keurig op rij gezet.

Het moet door artsen toegepast worden die zich nascholen en op hun vak zijn aan te spreken. Ook is homeopathie een aanvullende geneeswijze op de gewone geneeskundige behandeling. Ik ben het hiermee eens en voldoe aan die normen. U kunt dit KNMG standpunt uitgebreid nalezen op mijn site onder hoofdstuk

Tot ziens in de praktijk.

Met vriendelijke groeten: Flip Stehouwer.

Ph. Stehouwer homeopathisch arts/specialist

Wilhelminalaan 66 2405 EE Alphen aan den Rijn www.stehouwerpraktijk.nl

Telefoon: 0172-493232 (elke ochtend van 8.30 tot 11.00 uur, behalve op donderdag)
