

Heksenkring.

Begin september, na een paar vochtige dagen, stonden daar – overnight – een paar enorme paddenstoelen, met wat kleinere ertussen in een halve kring. Wat een enorme groeikracht! Het heeft iets magisch en het is dan ook goed voorstelbaar dat men vroeger dacht dat er heksen aan te pas kwamen. Heksen die in het maanlicht dansten en zo een heksenkring maakten. Dat paddenstoelen medicinale en/of giftige eigenschappen hebben, droeg vast bij aan de magie ervan. Voor mij staan die paddenstoelen symbool voor het tot uiting komen van iets wat er in potentie al is. Zodra de omgeving, de klimatologische omstandigheden goed zijn, lijken ze uit het niets te verschijnen.

Hetzelfde geldt voor ziektes: je staat elke dag bloot aan duizenden virussen, maar ineens, als je moe bent of gestrest, word je ziek van zo'n virus. Je eigen binnenklimaat maakt het mogelijk dat een virus je cellen infiltreert en zich gaat vermenigvuldigen. In de tijd dat Louis Pasteur (1822-1895) furore maakte met zijn theorie van micro-organismen als ziekteverwekkers, gaf Claude Bernard (1813-1878) aan dat we ons niet blind moeten staren op de bacterie maar vooral ook moeten kijken naar de *omgeving* waarin die bacterie tot zijn recht komt: 'le germe n'est rien, c'est le terrain qui est tout'. Het verhaal gaat dat Pasteur hem op zijn sterfbed gelijk heeft gegeven.

Mevrouw H kwam op mijn spreekuur met een uitgebreid voedingsdagboek. Ze had geprobeerd te achterhalen welke voedingsmiddelen haar buikklachten veroorzaakten. Ze had klachten na vet, koemelk, soja, gluten, peper, knoflook, meloen en tomaat, maar niet altijd en ook niet altijd in dezelfde mate. Ze had alle voedingsmiddelen waar ze last van dacht te krijgen uit haar voeding gegooid, waardoor ze steeds eenzijdiger ging eten. Het ergste was dat haar darmklachten aanwezig bleven. Ze kwam bij mij voor een voedselintolerantie-test en om te bespreken wat ze nog wél zou kunnen eten. En was teleurgesteld dat ik geen intolerantie-test ging doen. Ik wilde eerst proberen het klimaat in de darm te verbeteren, met als argument dat dan waarschijnlijk al een groot deel van haar intoleranties zouden verdwijnen. Gelukkig was ze daarvoor te porren. In dat kader deden we een fecesanalyse en bleek er inderdaad sprake te zijn van een niet-optimaal klimaat: verteringsproblemen, een dysbiose en bovendien een parasiet. Voor mevrouw H was het duidelijk dat die parasiet dé oorzaak van haar klachten was. Dat kan, maar waarschijnlijker is dat óók de parasiet een gevolg was van het niet-optimale binnenklimaat. Na optimaliseren van haar vertering en darmflora, verdwenen de klachten van mevrouw H, inclusief de intoleranties.

Het is de omgeving die het hem doet. Geldt dat niet op veel meer terreinen? Als het klimaat op een school goed is, presteren de leerlingen beter. Opgroeien in een criminele omgeving vergroot de kans op eigen crimineel gedrag. In een ziekenhuiskamer met uitzicht op natuur word je sneller beter dan in een kamer met uitzicht op beton. Brits onderzoek toont aan dat in een omgeving met veel fastfoodrestaurants meer dikke kinderen wonen. Als in een kantoorgebouw de trap duidelijk zichtbaar is en de lift niet, dan nemen meer mensen de trap. Gezonde voedingsmiddelen in de bedrijfskantine en op school laten werknemers en scholieren gezonder eten.

Nu vraag ik me af: hoe creëren we een omgeving waarin CAM-geneeswijzen gedijen, meer zichtbaar worden, en ook door de reguliere artsenwereld, overheid en zorgverzekeraars als nuttig worden gezien? Een bombardement aan ervaringsverhalen van patiënten? BN'ers die

vertellen hoeveel baat ze hadden bij behandeling door een CAM-therapeut? Tv-interviews, boeken? Of gewoon goed ons werk blijven doen, de potentie tot uiting laten komen – onze eigen heksenkring?