

|E|X|T|R|A|
Knack

Leeftijd & kwaliteit
Beter met de jaren

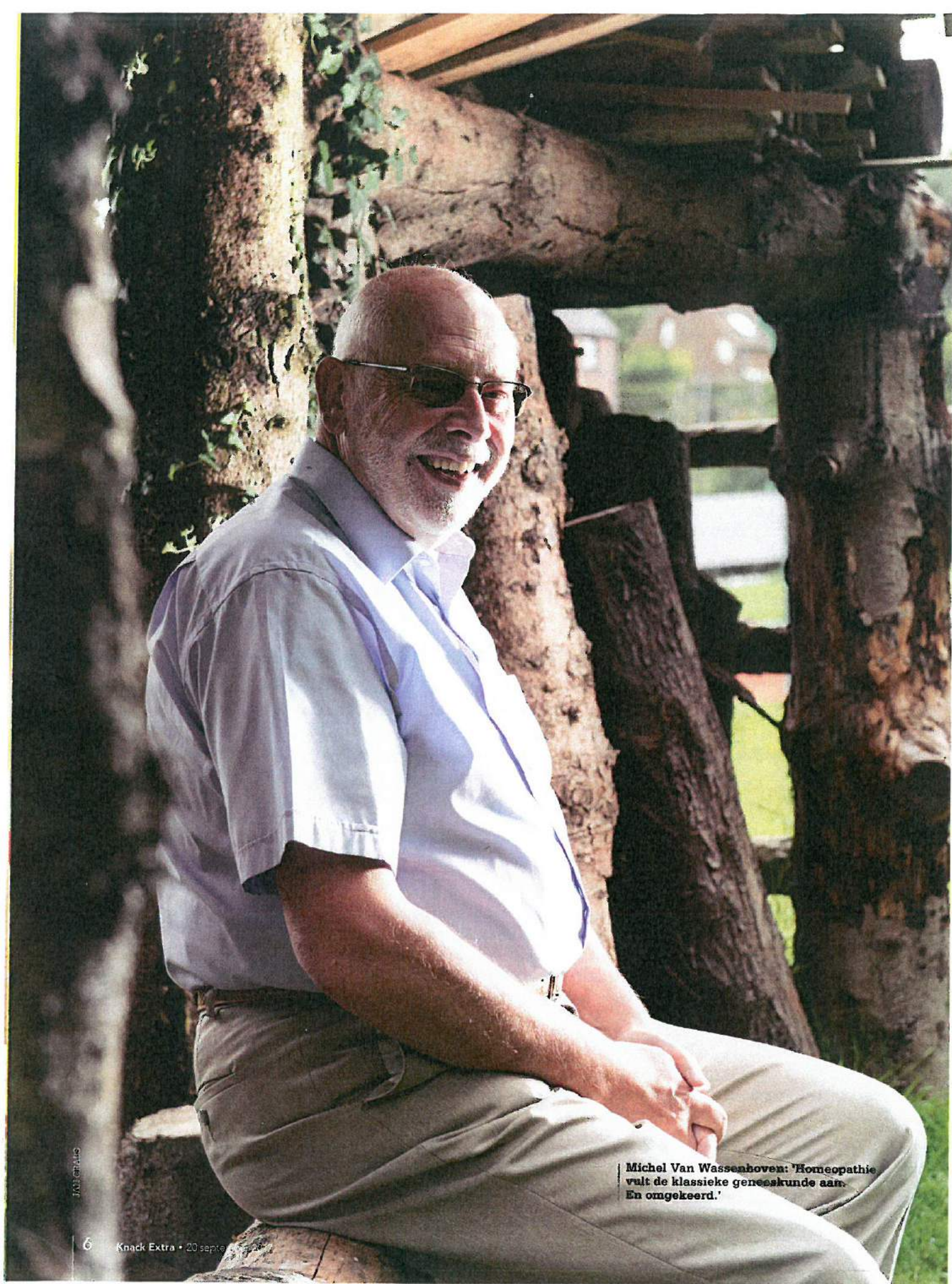
Lifestyle
**Wegwijs in uw goede
en slechte gewoonten**

De moderne tijd
**Nieuwe kwalen,
oude remedies**

HET GEZONDE LEVEN



KNACK EXTRA MAART 2017, NIEUW. HET IS EEN EXTRA UITGAVE VAN KNACK. HOORT BIJ HET WEERBLAD KNACK NR. 48 VAN 20 SEPTEMBER 2017 - ISSN 2062-5663



Michel Van Wassenhoven: 'Homeopathie vult de klassieke geneeskunde aan. En omgekeerd.'

'HOMEOPATHIE WERKT. DAT IS WETENSCHAPPELIJK BEWEZEN'

Werkt homeopathie nu wel of niet? Het is een vraag waar de wetenschap al decennialang over discussieert. Tegenstanders trekken hard van leer tegen de alternatieve geneeswijze. 'Niet effectiever dan een flesje wijwater, kwakzalverij, puur placebo-effect...' Michel Van Wassenhoven, voorzitter van de Registratiecommissie van Homeopathische Geneesmiddelen, is die polemieken een beetje moe. 'Er is meer dan genoeg wetenschappelijk bewijs voor de werking van homeopathie. Het is aan de tegenstanders om hun vooringenomenheid te laten varen en de moeite te nemen om de gepubliceerde studies erop na te lezen.'

Michel Van Wassenhoven: 'Hét argument van de tegenstanders is dat er geen wetenschappelijk bewijs is voor homeopathie. Maar dat is absoluut niet waar. België blinkt uit door de kwaliteit van zijn fundamenteel wetenschappelijk onderzoek over homeopathie. Het probleem is dat de tegenstanders bij voorbaat weigeren om de studies te lezen.'

'Een tweede argument is dat homeopathie geen Evidence-Based Medicine (EBM) is. Opnieuw niet waar. Net zoals de klassieke geneesmiddelen worden homeopathische middelen gescoord volgens de EBM-norm, zoals gedefinieerd door de Universiteit van Oxford. Die verschillende bewijsniveaus gaan van expertopinions (het laagste niveau 5) over vergelijkingsstudies tot placebostudies (het hoogste niveau 1 met onderscheid tussen 1a en 1b). Homeopathische middelen behalen alle niveaus behalve 1a, wat een audit van verschillende dubbelblinde studies over hetzelfde product inhoudt. Maar dat is logisch! Het principe van

homeopathie strookt niet met dubbelblinde studies waarbij een remedie getest wordt bij mensen met dezelfde ziekte. Bij homeopathie hangt de remedie niet af van de diagnose, maar van de symptomen die de patiënten vertonen. Ik leg het uit met een voorbeeld over koorts. De homeopathie heeft niet één remedie tegen koorts, wel tientallen. Sommige mensen die koorts maken, zullen beginnen te blozen, anderen zullen net heel bleek worden. De ene persoon zal beginnen te zweten, de andere niet. Als je een remedie tegen koorts wilt testen via een placebostudie, dan moet je alleen die patiënten selecteren die bijvoorbeeld blozen bij koorts. Je moet een preselectie maken per remedie. Zulke studies bestaan wel en ze zijn altijd positief ten nadele van de placebo, maar aangezien ze heel duur zijn, zijn er niet genoeg studies voorhanden om het 1a-niveau te verkrijgen.'

'Nog een voorbeeld. In een Canadese studie werd aan alle studenten van een universiteit gevraagd of ze angstig waren voor de examens. 98% antwoordde daar positief op. Die groep >

werd in twee gedeeld waarbij de ene een placebo kreeg en de andere het homeopathische middel Gelsemium tegen angst. Resultaat? Er was geen verschil tussen beide groepen. Natuurlijk niet, dat wisten wij al op voorhand. Ze hadden de angstige studenten moeten vragen hoe die angst zich bij hen uit: hebben ze braakneigingen? Moeten ze tien keer voor het examen naar het toilet? Afhankelijk van die symptomen moeten ze met een ander middel behandeld worden. Conclusie? Het is veel gemakkelijker om een slechte studie over homeopathie uit te voeren dan een goede. En de tegenstanders kiezen enkel de studies uit die in hun kraam passen.'

Waarom kunnen/willen de tegenstanders die studies niet aannemen?

Michel Van Wassenhoven: Het is de verdunning die voor de tegenstanders het grootste probleem vormt. Homeopathische middelen worden op een zeer specifieke manier gemaakt. Natuurlijke grondstoffen zoals planten, mineralen en dierlijke stoffen, vormen de basis van elke remedie. Die grondstoffen worden stapsgewijs verdund en geschud waardoor we een gedynamiseerd middel krijgen. Sommige grondstoffen worden wel duizenden keren verdund. En dat is net waar de tegenstanders het zo moeilijk mee hebben. Zij geloven niet dat als je een stof een aantal keer honderdmaal verdund, dat er nog iets van de oorspronkelijke stof inzit. Dat is een terechte bezorgdheid. Daarom hebben we samen met verschillende universiteiten de werkelijke inhoud van homeopathische middelen onderzocht. Uit analyse van hoge homeopathische verdunningen met krachtige wetenschappelijke apparatuur blijkt, tegen alle verwachtingen en logica in, dat er nog altijd deeltjes aanwezig zijn. Het is zelfs zo dat er op het einde van de rit meer specifieke materie overblijft wanneer je de verdunning tussendoor schudt, dan wanneer je niet schudt.



Doktersconsultatie. 'Een homeopaat stelt veel vragen, en ook vragen die ogenschijnlijk niets met de klacht te maken hebben.'

RICHTLIJNEN, NORMEN EN WETTEN

Bestaat er een wettelijk kader voor homeopathie?

Van Wassenhoven: Sinds 1992 is er een Europese richtlijn die de lidstaten verplicht om alle homeopathische middelen te registreren. Dat is de taak van onze Registratiecommissie Homeopathische Geneesmiddelen. Voor elke remedie bekijken wij drie aspecten: de kwaliteit, de veiligheid en het homeopathisch gebruik. Wij gaan na of de middelen aan de vereiste kwaliteit voldoen. Die vereisten zijn zeer hoog, even hoog als die voor klassieke geneesmiddelen. Het aspect veiligheid slaat op de first safe dilution, de eerste verdunning waarbij het middel niet meer gevaarlijk/giftig is. Wij moeten soms tegen bedrijven vechten die homeopathische middelen op de markt willen brengen die niet genoeg verdund zijn. Tot slot gaan wij ook na of het wel om homeopathische middelen gaat en of aan die fameuze gelijksoortigheidswet is voldaan.

'Homeopathische middelen worden op een specifieke manier verdund en geschud. Het is die verdunning die voor de tegenstanders het grootste probleem vormt.'

Daarnaast is er de wet-Colla. In 1999 diende minister Marcel Colla (SP.A) een wetsvoorstel in om een wettelijk kader te scheppen voor de erkenning en de opleiding van homeopaten. Dat wetsvoorstel werd goedgekeurd, maar het duurde tot 2014 vooraleer het Koninklijk Besluit, geschreven door minister Laurette Onkelinx (PS), in het Staatsblad werd gepubliceerd. Na de publicatie werden er verschillende aanvragen tot nietigverklaring van de wet ingediend bij de Raad van State, maar die werden in oktober 2016 allemaal definitief verworpen. Er is dus een Belgische wet die zegt dat alleen artsen, tandartsen en vroedvrouwen een opleiding mogen volgen tot homeopaat. Dat wil niet zeggen dat niemand anders homeopathische middelen mag voorschrijven, nee die zijn vrij verkrijgbaar. Alleen die drie groepen artsen mogen de titel van homeopaat als complementaire titel dragen. Dat wil zeggen dat ze geaccrediteerd moeten zijn in de geneeskunde en een basisopleiding homeopathie volgen aan een hogeschool of universiteit. Voorlopig is er echter nog geen enkele hogeschool of universiteit die zo'n opleiding aanbiedt. Het is aan de ministers om daar werk van te maken. In januari dit jaar werd er ook een Europese norm voor Homeopathie gepubliceerd in het Belgisch Staatsblad. Die norm definieert nauwkeurig welke vorming een dokter in de geneeskunde

moet volgen om het statuut van arts-homeopaat te bekomen. Deze standaardisatie op Europees niveau sluit helemaal aan bij de normen vastgelegd in de wet-Colla.

Is het een goede zaak om de homeopathie binnen de geneeskunde te houden?

Van Wassenhoven: Zeker! Zowel in de klassieke als homeopathische geneeskunde is het van belang om de juiste diagnose te stellen. Daarvoor moet je een opleiding in de geneeskunde achter de rug hebben. Voor mij is het dus nooit een of-of-verhaal. Homeopathie vult de klassieke geneeskunde aan en omgekeerd.

ELKE PATIËNT IS ANDERS

Met welke problemen kunnen mensen bij een homeopaat terecht?

Van Wassenhoven: Voor eender welk probleem. Zowel fysieke als mentale, acute als chronische aandoeningen. De meeste patiënten die bij een homeopaat langsgaan hebben een chronische aandoening, zoals bronchitis, sinusitis, vermoeidheid... die niet door de klassieke geneeskunde kan worden verholpen. We zien ook veel kinderen met chronische oorproblemen waar antibiotica geen vat op hebben. En dan is er ook nog de groep patiënten die allergisch is aan klassieke geneesmiddelen. Zij kunnen alleen met homeopathie geholpen worden.

Kun je met homeopathie alle ziekten behandelen?

Van Wassenhoven: Nee. Zware ziekten zoals kanker of hartaandoeningen bijvoorbeeld moeten met klassieke geneeskunde worden behandeld. Homeopathie kan daarbij wel complementair werken om de nevenwerkingen van bijvoorbeeld de chemotherapie of de radiotherapie te voorkomen. Vanwege de goede resultaten zijn er heel wat oncologen die hun patiënten naar ons doorverwijzen.

Ik sta bekend als homeopaat en de mensen die bij mij komen verwachten dat ik hun homeopathische middelen voorschrijf. Maar soms kan dat niet. Bij een ernstige angina, bijvoorbeeld, is antibiotica onvermijdelijk. Dan is het vaak vechten om de patiënt te overtuigen om toch die antibiotica te nemen. Diabetes is nog een voorbeeld van een ziekte die niet homeopathisch te behandelen valt. Daarvoor heb je klassieke middelen nodig om het insulinebeeld opnieuw in balans te brengen. Eventuele nevenwerkingen op de lever, kunnen wel verholpen worden met homeopathie.

Een moeilijk te behandelen groep patiënten is diegene die heel veel klassieke medicatie neemt. Het is dan ingewikkeld om te achterhalen welke symptomen afkomstig zijn van de medicatie en welke de werkelijke symptomen zijn. Het beste zou zijn om met alle medicatie te stoppen en dan de klachten te bekijken.



| Homeopathische middelen zijn vrij verkrijgbaar.

Maar dat gaat natuurlijk niet zomaar want ondertussen is het lichaam aan die medicijnen verslaafd geraakt.

Hoeveel mensen doen er een beroep op homeopathie in België?

Van Wassenhoven: 60 à 70% van de Belgen heeft in zijn leven ooit al eens homeopathie gebruikt. En dan spreken we ook over de middeljes die je vrij in de apotheek kunt kopen. Als we kijken naar het aantal mensen dat zich homeopathisch verzorgt, dan valt dat aantal terug tot 20 à 30%. Maar dat is niet constant, want het idee achter homeopathie is juist dat de patiënt niet meer verzorgd moet worden. Een goed voorbeeld daarvan zijn de allergieën. In de klassieke geneeskunde krijgen patiënten een antihistamine, maar elk jaar komen de symptomen terug. Bij homeopathie is dat niet het geval. Na drie jaar behandelen, gaat die allergie voorgoed weg.

Het is ook zo dat heel wat mensen niet weten dat ze homeopathische middelen gebruiken. Hetzelfde geldt voor artsen. Velen schrijven homeopathische middelen voor zonder het te weten, bijvoorbeeld Stodal* tegen hoesten.

De duur van een homeopathische behandeling varieert. Een acute ziekte vraagt om een acute behandeling die maar enkele dagen duurt. Zijn de symptomen dan nog niet verdwenen, dan heb je niet de juiste remedie. Patiënten die op consultatie komen met een klacht die al twintig jaar duurt, die kan ik onmogelijk in enkele dagen behandelen. Ik geef hen een reeks die ze gedurende een maand moeten nemen. Bij chronische patiënten is er pas een reactie na twee of drie weken.

Het probleem met homeopathie is dat mensen hun symptomen tot in detail moeten kunnen beschrijven. Als je tegen een homeopaat zegt dat je last hebt van draaiingen, dan kan die daar niets mee doen. Je moet de exacte omstandigheden en >

oorzaken van de klacht kunnen omschrijven. Heb je draaiingen bij het rechtstaan? Of ook liggend in bed? Dat is belangrijk, want beide situaties vragen om een andere remedie. Het eerste consult bij een homeopaat neemt dan ook altijd veel tijd in beslag. De homeopaat zal veel vragen stellen, ook vragen die schijnbaar niets met de klacht te maken hebben. Dat is nodig om te weten welk type patiënt hij voor zich heeft en wat diens ziektegeschiedenis is. Homeopathie is immers een individuele therapie. Dat wil zeggen dat twee patiënten met hetzelfde ziektebeeld toch met andere remedies zullen worden behandeld, op

basis van hun symptomen. In de klassieke geneeskunde zullen twee patiënten met een angina hetzelfde antibioticum krijgen. In de homeopathie zullen de behandelingen afgestemd zijn op de patiënt en zijn specifieke symptomen.

Wie maakt gebruik van homeopathie?

Van Wassenhoven: Uit onderzoek blijkt dat er meer vrouwen dan mannen en meer intellectuelen dan mensen zonder diploma naar een homeopaat gaan. Blijkbaar kunnen vrouwen en intellectuelen zich beter uitdrukken en hun symptomen beter beschrijven. Een homeopathisch middel is geen actieve maar een reactieve remedie. Die reactie uit zich in de vorm van genezing, in de terugkeer van een oud symptoom of een nieuw symptoom. Bijvoorbeeld, een patiënt heeft last van astma, hij neemt een homeopathisch middel en krijgt eczeem. Dat is dezelfde pathologie als astma die naar boven komt. Het is belangrijk om de homeopaat op de hoogte te brengen van die reactie, ook al duurt die maar een dag of korter. Op basis van de symptomen kan hij de verdere behandeling bekijken.

Het is ook geweten dat patiënten die zich homeopathisch verzorgen hun gezondheid veel beter in het oog houden. Zij signaleren symptomen vroeger en laten ze niet aanslepen tot het te laat is. Daardoor kosten zij veel minder aan de maatschappij, niet onbelangrijk vanuit economisch standpunt.

Homeopathie in één, twee, drie

- Het was Hippocrates, de grondlegger van de westerse geneeskunde, die de basisgedachte van homeopathie formuleerde. Samuel Hahneman heeft die samengevat als de gelijkheids-wet (*similia similibus curentur*): een middel, dat bij gezonde mensen bepaalde klachten oproept, kan zieke mensen met diezelfde klachten genezen.

- In tegenstelling tot de klassieke geneeskunde waar ziektesymptomen bestreden of onderdrukt worden, wordt in de homeopathie een remedie toegediend om de ziektesymptomen te versterken. Daardoor wordt niet alleen de immuniteit versterkt, in de toekomst zal de patiënt ook anders of beter reageren op een zelfde oorzaak.

- Homeopathische middelen worden op een specifieke manier gemaakt. Natuurlijke grondstoffen worden zeer hoog verdund en machinaal geschud waardoor ze gedynamiseerd zijn.

- Homeopathie is niet te verwarren met kruidengeneeskunde of fytotherapie. Daar waar de fytotherapie uitsluitend met planten werkt, gebruikt homeopathie ook minerale en dierlijke grondstoffen zoals bijvoorbeeld koper en slangen gif. De fytogeneesmiddelen zijn ook niet verdund of gedynamiseerd en werken volgens hetzelfde principe als de klassieke geneesmiddelen, namelijk symptomen bestrijden.

- Homeopathische middelen zijn vrij verkrijgbaar. Ze bestaan in de vorm van druppels, granulen of globulen. Bij de apotheek zijn industrieel vervaardigde remedies die een specifiek symptoom bestrijden voorhanden, alsook de homeopathische remedies die op voorschrift op maat gemaakt worden.

'Uit onderzoek blijkt dat er meer vrouwen dan mannen en meer intellectuelen dan mensen zonder diploma naar een homeopaat gaan.'

OVER NAAR DE POLITIEK

Hoe ziet de toekomst voor homeopathie eruit?

Van Wassenhoven: Het probleem is dat de huidige homeopaten ouder worden en dat er geen opvolging klaarstaat. Daar zit de structuur van het onderwijs natuurlijk voor iets tussen. Vandaag duurt de opleiding tot huisarts al acht jaar en zijn er nadien nog veel verplichte bijscholing. Er blijft nog weinig tijd over voor kersverse huisartsen om zich te verdiepen in homeopathie, die trouwens financieel ook niet interessant is. Ik hoop dat, eens het Koninklijk Besluit geïmplementeerd wordt, het aantal artsen die homeopathie bijstudeert zal groeien. Maar dan is het nu aan de politiek om in actie te schieten. ■ (Tekst: Bo Bogaert)