

Zo kan homeopathie bij reumatoïde artritis en spierreuma maar ook tegen de pijn bij artrose van betekenis zijn. Het zal daarbij vooral gaan om verbetering van de algehele weerstand en een betere kwaliteit van leven (bijv. meer energie), waardoor de dosering vaak ook afgebouwd kan worden. Veel homeopaten stellen wel dat in een acute fase van reuma (ontstekingen bij RA en artrose) de reguliere geneeskunde voorrang geniet om verdere schade aan de gewrichten te voorkomen. Maar als de reuma in een rustiger vaarwater is en er sprake is van een chronische situatie, dan kan homeopathie zeker een bijdrage leveren aan de behandeling.

“Door homeopathie heb ik veel meer energie en vertrouwen in het leven, mijn psychisch welbevinden is veel beter. Ik voel me vrijer, autonomer en minder verongelikt. Alsof mijn glazen stolp eraf is.”

*Patiënt, 53 jaar met artritis psoriatica (een vorm van reuma).*

Afhankelijk van uw reumatische klachten en andere symptomen, evenals uw persoonlijke omstandigheden en bijzonderheden, zal een homeopaat een bepaald middel voorschrijven. Het is dus niet zo dat er een standaard homeopathisch middel tegen reuma is. Overleg daarom altijd met uw homeopaat die op uw specifieke situatie een geneesmiddel kan voorschrijven. Wel zijn er de laatste jaren nieuwe geneesmiddelen ontdekt met goede resultaten bij RA en andere auto-immunziekten.

“Een paar jaar geleden kreeg ik te horen dat ik spierreuma had. Ik kreeg daartegen prednison maar kreeg een open been dat niet dicht wilde en moest daarom stoppen met de prednison. Ik ben toen naar een homeopaat gegaan. Hij vroeg in het eerste gesprek van alles en nog wat, persoonlijke dingen die je eigenlijk niet zou willen vertellen. Ik krijg kleine flesjes met een middel dat ik één of twee keer per dag moet opsnuiven. Ik heb sindsdien veel minder last van mijn spieren. Ik ga nu om de zes weken als de flesjes op zijn en zou er niet meer buiten willen.”

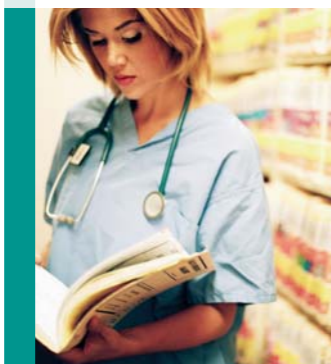
*85-jarige patiënte met spierreuma te Oost-Zaan.*

## VERGOEDING

Homeopathische behandelingen worden meestal niet in het basispakket, maar wel door de aanvullende verzekering gedekt. Voorwaarde is meestal dat de behandelingen worden uitgevoerd door artsen/therapeuten die lid zijn van een beroepsvereniging. Geneesmiddelen worden vaak maar gedeeltelijk vergoed. Informeer vooraf bij uw verzekeraar.

### Homeopathie verhoogt levenskwaliteit chronisch zieken

Homeopathie geeft een belangrijke verbetering van de levenskwaliteit van chronisch zieken. Een recent groot Brits onderzoek en een uitgebreide Duits-Zwitserse studie tonen dit aan. Bij duizenden chronisch zieken werden gedurende twee tot zes jaar veranderingen in kwaliteit van leven, welbevinden en de ernst van het ziekteverloop gevolgd. In beide studies liep bovendien het regulier medicijngebruik terug.



## MEER ONDERZOEK NOODZAKELIJK

Het moeilijke bij het onderzoek naar homeopathie is dat wetenschappelijke onderzoeksmethoden geen rekening houden met de eigen kenmerken van homeopathie. Daar waar in de reguliere gezondheidszorg mensen met dezelfde klacht eenzelfde

geneesmiddel krijgen, ontvangen patiënten in de homeopathie een middel dat bij hun individuele situatie past, waardoor verschillende behandelingen onderling moeilijker te vergelijken zijn.

In samenwerking met verschillende artsverenigingen wordt daarom gewerkt aan een programma dat recht doet aan de behoefte aan bewijs én het individuele karakter van homeopathie.

### Klinisch onderzoek: werkt het echt of is het verbeelding?

Onderzoeken volgens de hoogste wetenschappelijke standaard, de zgn. dubbelblinde, placebo-gecontroleerde studies, hebben aangetoond dat homeopathie werkt en dat dit niet kon worden toegeschreven aan het zogenaamde placebo-effect (dat een nepmiddel net zo goed werkt als het onderzochte middel). In de afgelopen jaren zijn er ook een paar meta-analyses gepubliceerd met positieve effecten van homeopathie. Meta-analyses zijn studies die het bestaande onderzoek naar homeopathie inventariseren en opnieuw analyseren.

Bij een dergelijk onderzoek dat in 1991 in het British Medical Journal werd gepubliceerd werd geconstateerd dat van de 105 onderzochte studies er 81 positief waren over homeopathie. Bij een soortgelijke meta-analyse die in 1997 in het wetenschappelijke tijdschrift The Lancet verscheen, bleek de kans dat homeopathie werkzaam is 2,45 keer zo groot als van een placebo.

Voor veel ophef zorgde dan ook een artikel in dezelfde Lancet in 2005. In een Zwitsers onderzoek werd plotseling korte metten gemaakt met homeopathie. Het zou allemaal berusten op suggestie; het einde van de homeopathie werd aangekondigd.

De artsvereniging voor homeopathie (VHAN) legt de conclusie van dit onderzoek met grote stelligheid naast zich neer: “vanwege de kleine selectie van de onderzoeken waarop de Lancet zich baseert [8 van de 110, red.] acht de VHAN hun conclusies wetenschappelijk gezien onverantwoord en onacceptabel.” Ook andere organisaties en diverse onderzoekers spraken hun verbazing uit over de felheid waarmee homeopathie op louter emotionele gronden in een wetenschappelijk tijdschrift werd bestreden.

### Meer info?

Voor meer informatie over homeopathie kunt u bij ons terecht of bij onderstaande beroepsorganisaties:

#### • Artsvereniging voor Homeopathie (VHAN)

Telefoon: 0317 426908, [www.vhan.nl](http://www.vhan.nl)

#### • Nederlandse Vereniging voor Klassiek Homeopaten (NVKH)

Telefoon: 0172 499595, [www.nvkh.nl](http://www.nvkh.nl)

Of bij de consumenten-belangenorganisatie:

#### • Koninklijke Vereniging Homeopathie Nederland (KVHN)

Telefoon: 020 617 83 08, [www.kvhn.nl](http://www.kvhn.nl)

## DE ARTROSE & REUMA STICHTING HELPT!

### Doelstellingen Artrose & Reuma Stichting

- Het stimuleren van wetenschappelijk onderzoek naar nog niet reguliere, aanvullende behandelmethoden van artrose en reuma.
- Het geven van professionele voorlichting over deze behandelmethoden.
- Het inzichtelijk maken van de relatie tussen gezonde voeding, het voorkomen van artrose en reuma en de vermindering van klinische verschijnselen.
- Behartigen van patiëntenbelangen.
- Het steunen van initiatieven door of voor patiënten.
- Samenwerken met instanties die zich inzetten ter voorkoming en bestrijding van artrose en reuma.



Artrose & Reuma Stichting

### Colofon

Dit is een uitgave van de  
Artrose & Reuma Stichting  
Nieuwezijds Voorburgwal 130 d  
1012 SH Amsterdam

Telefoon 020 - 330 63 00  
TeleFax 020 - 330 62 99  
E-mail [info@reuma-stichting.nl](mailto:info@reuma-stichting.nl)  
Website [www.reuma-stichting.nl](http://www.reuma-stichting.nl)  
Postbank 4329

*N.B.*

*Iedere ziekte en iedere patiënt is uniek. Deze uitgave is slechts bedoeld als bron van informatie. U wordt dringend verzocht om de beslissing over de behandelingen, wijziging van voeding of leefwijze zoals vermeld in deze uitgave, in samenspraak met een gekwalificeerde arts te nemen. Een arts die in ogenschouw neemt dat u, als patiënt, recht heeft op onafhankelijke volledige informatie.*

## NIEUWSBRIEF PATIËNTENBELANG

## HOMEOPATHIE

ook een oplossing voor  
reuma en artrose?



Artrose & Reuma Stichting

2007, nummer 1  
jaargang 9

**D**e laatste jaren liggen reumamiddelen regelmatig onder vuur, zoals de cox-2 remmers na alle schandalen rondom Vioxx.

En ook de oudere middelen, de NSAID's, zorgen veelvuldig voor enig ophef over de schadelijke effecten. De bijwerkingen zijn soms zo ernstig dat het middel erger is dan de kwaal.

Om die reden is een toenemend aantal reumapatiënten op zoek naar andere wegen in de strijd tegen hun reuma. Naar aanvullende of alternatieve behandelmethoden die de pijn van ontstoken of versleten gewrichten kunnen verlichten, zonder schade elders in het lichaam aan te richten.

Eén van die behandelmethoden is homeopathie. In deze Nieuwsbrief Patiëntenbelang daarom meer over deze ruim tweehonderd jaar oude geneeswijze. Wat is homeopathie precies? En wat kun je er als reumapatiënt van verwachten?

“Veel chronische ziekten worden dagelijks behandeld door medicijnen. Het zijn geen geneesmiddelen, maar eerder zórgmiddelen. [...] Het regulier oorzakelijk gerichte denken leidt in het geval van chronische ziekten in de praktijk veelal tot chronische medicalisering of vervanging van onderdelen van het lichaam.”  
F.J. Beijering, arts/homeopaat te Amsterdam op [www.anamedica.nl](http://www.anamedica.nl).

## WAT IS HOMEOPATHIE?

Homeopathie is een geneeswijze die als basisprincipe heeft dat een ziekte te genezen is met een middel dat diezelfde (erop lijkende) ziekteverschijnselen juist veroorzaakt bij een gezond persoon. Ofwel: het gelijke wordt met het gelijkende bestreden.

De gedachte is dat door een dergelijk gelijkend middel de afweerkrachten van het lichaam worden gemobiliseerd.



Hierdoor krijgt het lichaam als totaal meer weerstand en kan het zich met succes tegen schadelijke invloeden verweren. Het geneesmiddel geeft het lichaam als het ware een steuntje in de rug in de strijd tegen evenwichtsverstorende factoren.

### Geschiedenis

Grondlegger van de homeopathie is de Duitse arts Samuel Hahnemann (1755-1843). In 1796 publiceerde hij een spraakmakend artikel en kwam daarin voor het eerst met zijn beroemde stelregel: similia similibus curentur (het gelijke met het gelijkende genezen). Het basisprincipe van de homeopathie wordt daarom ook wel het Similiaprincipe genoemd.

### Zelfherstel bewezen

In 1994 kwam een belangrijk rapport\* uit met een onderzoek naar het basisprincipe van de homeopathie, dat van de gelijksoortigheid. Het onderzoek toonde aan dat zelfherstel op het niveau van de lichaamscellen wordt gestimuleerd door lage doses van bedreigende condities. Dit onderzoek vormt een belangrijke aanzet voor een onderbouwing van de herstelmechanismen die ten grondslag liggen aan het similiaprincipe.

(\* The similiaprinciple in self-recovery, Van Wijk, R., Wiegant F.A.C., Utrecht, 1994.

## STERK VERDUNDE MIDDELEN

In de homeopathie worden meestal sterk verdunde middelen gebruikt. Dit kent ook al een lange traditie. Grondlegger Hahnemann zocht naar een manier om de bijwerkingen van geneesmiddelen te vermijden en toch een optimaal effect te krijgen.

Bij een normale dosering gaf het 'gelijkende middel' namelijk verergering van de klachten. Daarom verdunde hij de middelen steeds verder en gaf uiteindelijk de voorkeur aan zeer sterk verdunde middelen. Deze sterke verdunningen worden ook geschud (en worden dan potenties genoemd) en dit vormt samen de basis van de homeopathie. Maar het is ook juist daardoor dat homeopathie van meet af aan met veel argwaan is bekeken: hoe kan een middel werken dat zo sterk verdund is?

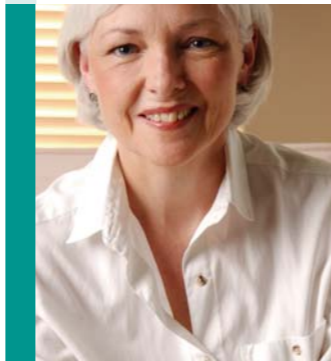
### Het geheugen van water

Recent onderzoek (van de Zwitserse chemicus Louis Rey) heeft aangetoond dat water dat in aanraking is geweest met een bepaalde stof, iets andere natuurkundige eigenschappen heeft dan gewoon water. Zelfs als de vloeistof zo sterk wordt verdund, dat er van de toegevoegde stof geen molecuul meer over kan zijn, is het effect meetbaar. Dit meetbare effect wordt wel 'het geheugen van water' genoemd. Hoe we ons dit 'geheugen' moeten voorstellen en hoe het te verklaren is, zal verder onderzoek moeten uitwijzen.

## KLASSIEKE VERSUS KLINISCHE HOMEOPATHIE

Er zijn verschillende stromingen ontstaan binnen de homeopathie, maar in Nederland zijn er twee van belang: de klassieke en de klinische homeopathie. De eerste houdt zich nauwgezet aan de uitgangspunten van uitvinder Hahnemann en vindt dat homeopathie fundamenteel verschilt van de reguliere geneeskunde als het gaat om ziek zijn en gezond worden. De tweede stroming zoekt juist zo nauw

mogelijk aansluiting bij de reguliere geneeskunde. Er zijn dan ook twee beroepsverenigingen: die van de klassiek homeopaten (meestal geen artsen) en de artsen/homeopaten (artsen met specialisatie homeopathie).



## DIAGNOSE

Voor het stellen van de diagnose neemt een homeopaat in de regel veel tijd. Niet alleen fysieke, maar ook psychische en sociale factoren zijn belangrijk voor een goede diagnose. Homeopaten spreken dan ook van een totaaldiagnose. Deze diagnose is ook altijd individueel en niet gebaseerd op de ziektesymptomen alleen. Twee mensen met hetzelfde ziektebeeld vol-



gens de reguliere diagnose (bijvoorbeeld reuma), kunnen door de aanwezigheid van vele andere symptomen (verdrietig of juist angstig, verergering bij kou of juist hitte, introvert of extravert persoon etc.) daarom een heel andere homeopathische diagnose en dus ook ander geneesmiddel krijgen.

### De letters C, D of LM geven verdunningen aan

De verdunningen in de homeopathie (potenties) worden aangeduid met de letters D, C of LM. D staat voor decimale verdunning en D1 betekent dus 1/10. Dat wil zeggen: één deel geneesmiddel op negen delen water (of andere neutrale stof). Als je na het schudden weer een tiende deel neemt, en daar weer negen delen water aan toevoegt, krijg je de decimale potentie D2. Deze kan opnieuw worden verdund enzovoorts tot potenties van D200 en hoger.

C betekent centimale verdunning, C1 is dan 1 op 100. LM is een bijzonder sterke verdunning, namelijk 1 op 50.000.

## VERSCHIL MET REGULIERE GENEESKUNDE

Homeopathie staat eigenlijk recht tegenover allopathie, de naam die wel wordt gebruikt voor de reguliere geneeskunde; allos betekent 'verschillend'. In de reguliere geneeskunde wordt immers een middel voorgeschreven met een tegenovergestelde werking, terwijl homeopathie van de gelijksoortigheid van ziekte en middel uitgaat.

Een ander verschil is dat men bij de reguliere geneeskunde uitgaat van ziekte op lokaal en chemisch niveau, terwijl homeopathie uitgaat van een 'energetisch-dynamisch' niveau van ziekte: het hele lichaam, de hele mens is bij ziekte betrokken. Het is ook daardoor dat het effect van homeopathie langer op zich kan laten wachten. Al hoeft dat niet per se (soms is zelfs al binnen enkele seconden effect te merken), maar over het algemeen gaan homeopaten ervan uit dat wat langzaam is gegroeid, ook langzaam zal genezen. Sommige therapeuten hanteren daarbij een termijn van 1 maand behandeling op 12 maanden ziekte. Dit is echter geen algemene stelregel, maar een indicatie van de benodigde behandelingstermijn.

### Regulier en homeopathie kan naast elkaar

“U kunt de reguliere medicatie van huisarts of specialist naast de homeopathie gebruiken, het werkt elkaar niet tegen. Indien u verbetering merkt, kunt u in overleg met huisarts of specialist overleggen of u de reguliere medicatie kunt verminderen of afbouwen.”  
Alex Leupen, arts bij Homeopathisch Artsencentrum Utrecht, [www.homeopathie-utrecht.nl](http://www.homeopathie-utrecht.nl).

## WAT KAN HET BIJ REUMA DOEN?

Homeopathie kan bij zeer veel verschillende ziektebeelden worden ingezet. Een van de indicaties die onder het werkgebied van de homeopathie vallen is reuma, in verschillende vormen.

