

interview

TEKST PETRA PRONK BEELD GIJS VERSTEE



'EEN MENS IS MEER DAN EEN chemische fabriek

ORTHOMOLECULAIR VROUWENARTS START VROUWENPOLI

"De huidige gezondheidszorg is zakelijk en 'ontmondigt' patiënten." Gynaecoloog en orthomoleculair arts Barbara Havenith (50) voelde zich er niet in thuis en startte in Boxmeer een vrouwenpoli waar regulair en complementair hand in hand gaan. "We hoeven alleen maar naar Duitsland te kijken om te zien dat het anders en beter kan."

Zachtgele muren. Vrolijk gekleurd meubilair. Planten en bloemen in overvloed en een comfortabele bank om het gesprek op te voeren. Welkom in de spreekkamer van Vrouwenpoli Boxmeer. Twee jaar geleden startte Barbara Havenith deze praktijk waar ze de tijd neemt voor haar patiënten en reguliere en complementaire kennis inzet voor het beste resultaat.

Haar interesse voor complementaire geneeskunde stamt uit haar kindertijd. Ze was veel ziek, maar toen haar ouders overgingen op macrobiotische voeding kwam daar een einde aan. Daardoor raakte ze geïnteresseerd in alles wat te maken had met de relatie tussen leefstijl en gezondheid. Op de artsopleiding in Nederland leerde ze daar echter niets over. Toen ze naar Duitsland verhuisde om daar de opleiding tot gynaecoloog te volgen, ging er een wereld voor haar open.

Patiënt centred care

"In het Duitse universiteitsziekenhuis in Düsseldorf waar ze opgeleid werd, deden ze aan 'patiënt centred care'. Niemand had het over regulier of complementair. Dit was hoe ze met patiënten omgingen: met veel aandacht en zorg voor mensen, een vriendelijk gebouw en voldoende personeel. Er werd gekookt op de afdeling, omdat bewezen was dat de geur van eten ervoor zorgt dat mensen beter gaan eten. Patiënten kregen massages en body-

mind therapie. Een volkomen andere wereld dan ik in Nederland gewend was, maar het voelde goed." Het tweede deel van haar opleiding volgde ze in een ziekenhuis in Hagen. Daar kreeg ze de vraag 'wat ze nog meer deed'. "Het was normaal dat je er als arts een complementair specialisme op nahield, bijvoorbeeld acupunctuur, homeopathie of haptonomie." Vol enthousiasme volgde ze aanvullende opleidingen die ze direct in praktijk mocht brengen. In de verloskamer bijvoorbeeld werd gebruik gemaakt van homeopathie en aroma-therapie. Ook hoorde aandacht voor gezond eten, bewegen en body-mind methoden

standaard bij de Duitse behandeling.

In het antroposofisch ziekenhuis in Herdecke waar ze daarna terecht kwam, werd integrale geneeskunde bedreven. Daar zag ze dat patiënten naast chemotherapie ook behandeld werden met maretak, aromatherapie, kruiden-preparaten, euritmie, creatieve therapie, massages, baden en wikkels. "Echt een verrijking om te zien wat dat met mensen deed."

'Kruidenvrouwtje'

De overgang terug naar Nederland viel haar zwaar. In de ziekenhuizen waar ze aan de slag ging als gynaecoloog werd ze vreemd aangekeken met haar 'andere' aanpak. Lavendelbaden voor bevallende vrouwen en haar aandacht voor gezonde voeding als onderdeel van de behandeling bezorgden haar de bijnaam 'kruidenvrouwtje'. "Het werd geaccepteerd, maar ik kreeg wel scheve ogen. Sommige collega's vonden mij maar een raar mens." Op haar beurt voelde Barbara zich niet prettig bij het zakelijke systeem in de gezondheidszorg. "In het ziekenhuis moet je 'productie draaien'. Een eerste consult van twintig minuten, en een vervolg consult van tien minuten. Ik vond in toenemende mate dat ik daar de patiënt geen recht mee deed."

Zo ontstond het idee voor een eigen praktijk waarin ze de zorg kon geven zoals ze die in Duitsland geïmplementeerd had. En dat slaat aan. De patiënten komen uit heel Nederland. Wat de Vrouwenpoli Boxmeer anders maakt? "Tijd en een holistische aanpak. De tijd nemen voor een consult is belangrijk. Een eerste gesprek duurt een uur, en een tweede minstens een half uur. Die tijd heb je nodig om het plaatje compleet te krijgen. Wij kijken naar de ziekte en naar de mens erachter."

Brandjes blussen

In het consult is ook aandacht voor 'andere klachten dan die waar ze mee komen, voor de biografie van mensen, hun stressfactoren en de werking van het immuunsysteem. "Als het nodig is doen we bloedonderzoek en inwendig onderzoek. De diagnostiek is vrij regulier. Als het plaatje compleet is, gaan we de puzzel proberen te leggen."

"Sommige mensen vinden een integrale benadering fijn. Anderen willen alleen complementair of regulier behandeld worden. Het is allemaal goed. Het gaat erom dat je iets doet wat bij je past."

De basis van de behandeling is gezond eten, voldoende bewegen en de wisselwerking tussen lichaam en geest. Afhankelijk van wensen en behoeften komen daar supplementen, therapieën (bio-identieke) hormonen of reguliere geneesmiddelen bij.

Een groot verschil met de reguliere aanpak is dat Barbara Havenith niet aan symptoombestrijding doet, maar de





**'Artsen probe-
ren een brand
te blussen,
maar niemand
kijkt waar de
pyromaan zit'**

oorzaak van klachten probeert op te sporen. "De westerse geneeskunde heeft veel goede kanten, maar is minder geschikt voor chronische klachten. Het is 'brandblusgeneeskunde'. Artsen proberen een brand te blussen. Maar soms hebben patiënten wel vijf 'branden'. Dan zitten ze bij vijf verschillende specialisten en niemand kijkt waar de pyromaan zit..." Terwijl juist dat soms de boosdoener is.

'De overgang in spuiten'

Neem de vrouw die al vijftien jaar lang vaginale schimmelinfecties had en steeds opnieuw pillen kreeg van haar arts. Tot ze op de Vrouwenpoli kwam en het gesprek over haar voeding ging. Toen ze die aan ging passen werden de problemen in rap tempo minder.

Na twee jaar integraal werken ziet

Barbara het gebrek aan bijwerkingen als een van de grote zegeningen van haar aanpak. Een patiënt die ernstige bijwerkingen kreeg van de medicijnen tegen haar ziekte kreeg van haar dokter te horen dat er maar één oplossing was: haar 'gewoon de overgang in spuiten'. "Die vrouw was ziek van de synthetische hormonen. Door haar natuurlijke hormonen te geven is ze van de bijwerkingen af, heeft ze geen pijn meer en heeft ze weer energie."

Ook voor kankerpatiënten kan integrale therapie betekenisvol zijn. "Een mens is meer dan een chemische fabriek. Body-mind technieken zijn zinvol bij de behandeling van kanker en in de tijd erna. Je kunt aromatherapie inzetten om te ontstressen, en met gezonde voeding en supplementen kun je je immuunsysteem versterken."

Volgens Havenith is de huidige gezondheidszorg niet goed voor patiënten omdat die erdoor 'ontmondigd' worden. "Je kunt als arts 'shared decision making' alleen gestalte geven als je de tijd neemt om de voors en tegens van behandelingen door te spreken. Vaak krijgen patiënten alleen te horen dat een bepaalde therapie tien procent meer kans geeft op overleven, maar niet dat ze dertig procent meer kans hebben op blijvende vermoeidheid."

Kwakzalverij

De arts windt zich op over het feit dat ze zich in Nederland altijd moet verantwoorden voor haar aanpak. Alsof

het kwakzalverij zou zijn. Terwijl ze elke dag in de praktijk ziet dat het werkt en alle methoden die ze gebruikt (afgezien van de Bachbloesems) wetenschappelijk gedocumenteerd zijn. Zelf houdt ze ook nauwgezet de resultaten bij via de methode van zelfevaluatie, een methode die specifiek ontwikkeld is om integrale geneeskunde te documenteren. Ze hoopt dat zo de acceptatie op termijn zal groeien, want dat is hard nodig. "De overheid doet er alles aan om de integrale geneeskunde te ontmoedigen. Er is een ondergrondse beweging van artsen die het prima vinden, maar vanwege het vijandige klimaat durven ze daar niet voor uit te komen." Terwijl we alleen maar naar ons buurland hoeven te kijken om te zien dat het anders en beter kan. En, niet onbelangrijk, goedkoper. "Onderzoek van het Louis Bolk instituut heeft aangetoond dat artsen die complementair werken vijftien procent goedkopere zorg leveren. En uit Amerikaans onderzoek blijkt dat elke dollar die aan supplementen wordt uitgegeven 53 dollar minder kosten in de gezondheidszorg oplevert. Het zou dus verstandig zijn om supplementen te vergoeden, want die zijn veel goedkoper dan geneesmiddelen. Dat vraagt een langetermijnvisie."

Ondanks het slechte klimaat voor integrale geneeskunde heeft Barbara Havenith nooit spijt gehad van haar keuze. "Ik zie dat wat ik doe werkt, en dat patiënten er blij van worden. Ik zelf ook, want ik ben niet langer bezig met het wegpoetsen van een vlekje, maar met iets veel fundamenteelers: mensen betrekken bij hun eigen gezondheid."

*Petra Pronk is
freelance-journaliste
en vaste medewerker
van Uitzicht*

