

Marlie Hillekens: ‘ik herinner me haar als altijd heel fit’

‘Mijn moeder overleefde veertig jaar met Moermantherapie’

Voor Marlie Hillekens (54) staat het als een paal boven water: de Moermantherapie werkt! Haar moeder overleefde er veertig jaar mee. Tot ze na een heupoperatie niet meer volgens de richtlijnen kon koken.

Toen was het snel gebeurd. Voor Marlie een reden om haar diensten aan te bieden aan MMV.

“Dit wil ik bij anderen graag voorkomen.” *Tekst: Petra Pronk*

In 1970 kreeg de moeder van Marlie Hillekens op 37-jarige leeftijd endeldarmkanker. Ze werd geopereerd en kreeg een stoma. Twee jaar later bleek de kanker uitgezaaid te zijn naar een van de longen. Opnieuw werd ze geopereerd, maar opnieuw twee jaar later bleken er ook uitzaaiingen te zitten in de andere long. Dat was foute boel. De artsen gaven haar te verstaan dat ze weinig meer voor haar konden doen. Toch ging ze nog naar het ziekenhuis voor een chemokuur. De avond voordat ze die kuur zou ondergaan, kwam haar man bij haar op bezoek in het ziekenhuis met de mededeling dat hij op de televisie een documentaire over dokter Moerman had gezien. Toen was de keuze snel gemaakt. Aangezien de artsen haar weinig hoop gaven hadden en ze drie jonge kinderen thuis had, besloot ze haar kaarten op de Moermantherapie te zetten. Ze zag af van de chemo en ging nog diezelfde avond naar huis. Na contact te hebben gelegd met de Moermanarts Albert Ronhaar uit De Krim begon ze aan de Moermantherapie, en daar heeft ze veertig jaar mee overleefd.

Marlie was twaalf jaar toen haar moeder kanker kreeg. Ze kan zich van die periode weinig meer herinneren, behalve dat haar ouders besloten dat haar moeder het dieet zou volgen en dat de rest van het gezin ‘gewoon’ zou blijven eten.

“Mijn moeder volgde het heel streng”, vertelt Marlie. “Wat ik me vooral herinner is de Moerman erwtensoep die vader voor moeder maakte. Die was schijnbaar heel vies, dus gelukkig hoefden wij daar niet van mee te eten. Maar moeder had er geen moeite meer. Ze volgde het dieet heel streng en consequent. Zeker in de eerste periode was ze echt ‘op de letter’. Later versoepelde ze dat wel, maar toen de kanker terugkwam ging ze weer streng aan de bak.” Met succes, want ze leidde een volkomen normaal leven. “Ze ondernam van alles”, vertelt Marlie. “Ze fietste veel, zat een poos op badminton en ging elk jaar op vakantie, speelde bridge en was vrijwilliger bij De Zonnebloem. De stoma is nooit een belemmering geweest om dingen te doen en ik herinner me haar als altijd heel fit.”

Hormoonpleisters

Wel bleef de ziekte haar achtervolgen. Zo kreeg ze op een gegeven moment na een verontrustende uitslag van een uitschrijfje het advies om uit voorzorg haar baarmoeder en eierstokken weg te laten halen. Om te voorkomen dat ze in de overgang kwam, kreeg ze hormoonpleisters. Vlak daarna werd borstkanker vastgesteld. “Toen ze die diagnose kreeg, heeft ze direct de link gelegd met de hormoonpleisters. Haar arts ontkende dat verband echter en zei letterlijk: ‘Water kan niet branden. U ge-

looft in sprookjes’. Maar jaren later is door wetenschappelijk onderzoek vast komen te staan dat er wel degelijk een link is tussen het gebruik van hormoonpleisters en borstkanker, hetgeen toen ook door de behandelend arts is erkend.”

Ook vader

Hoewel de kanker diverse keren terugkwam bleef haar moeder vol overtuiging de Moermantherapie volgen. Mensen zeiden wel eens tegen haar als ze weer ziek was: ‘Zie je wel, het werkt niet’. Maar zij geloofde er rotsvast in dat het wel werkte. Ze was immers na de uitzaaiingen in haar longen opgegeven, maar intussen was ze er nog steeds. Dat sterkte haar in de overtuiging dat het dieet goed voor haar was. Een overtuiging die Marlie deelt. Zeker omdat ze bij haar ouders duidelijk het verschil gezien heeft dat de Moermantherapie kan maken. Zo werd ook haar vader, een kleine twintig jaar na haar moeder, getroffen door kanker. “Hij was de reden dat mijn moeder aan het dieet is begonnen. Daarin steunde hij haar altijd. Hij was echt haar steun en toeverlaat. Maar toen hij zelf kanker kreeg, koos hij niet voor de Moermantherapie, hoewel hij had gezien wat het voor mijn moeder had gedaan. Hij was zelf te veel een Bourgondiër en koos voor de reguliere aanpak. Binnen vijf jaar na de diagnose is hij overleden.”



Revalidatie

Marlies moeder daarentegen was 38 jaar na de eerste diagnose nog steeds gezond. Maar toen ze in 2008 een heupoperatie moest ondergaan, ging het mis. Na de operatie bleef ze moeilijk ter been en ze moest een half jaar revalideren. “In het revalidatiecentrum was het niet mogelijk om het Moermandieet te volgen”, vertelt Marlie. “Er werd gewoon wit brood met kaas, vlees en zoet beleg gegeten en als avondeten aardappels, vlees en stukgekookte groente. Patiënten trakteerden er elkaar op snoep en chocolade dat het bezoek had meegebracht. Toen is het misgegaan.” Eenmaal thuis was haar moeder niet in staat om zelf boodschappen te doen en te koken. Ze was aangewezen op thuis-hulp, maar die mocht geen boodschappen doen of koken. De vriendin die als mantelzorger optrad had het Moerman-

“In het revalidatiecentrum was het niet mogelijk om het Moermandieet te volgen”

dieet niet in de vingers; de kinderen woonden te ver weg om dagelijks langs te komen. Daarom moest Marlies moeder het na bijna veertig jaar gezond eten ineens doen met kant-en-klaar maaltijden voor de magnetron. Als Marlie langskwam, bracht ze zelfgemaakte Moermanvoeding mee voor een paar dagen, maar dat mocht niet baten. Negentien maanden na de operatie bleken de tumormarkers flink te zijn gestegen. Op

Marlies vraag aan de oncoloog of dat soms het gevolg kon zijn van het andere eetpatroon, zei hij dat dat volstrekt onmogelijk was. Er volgden hormoonspuiten en chemotherapie die halverwege beëindigd werd wegens ernstige bijwerkingen en depressie. In 2012 overleed haar moeder.

‘Mensen praktisch bijstaan’

“Mijn moeder had graag de Moermantherapie willen blijven volgen, maar dat was helaas niet mogelijk door gebrek aan mensen die haar daarbij konden helpen. Dat vond ik heel schrijnend. Mijn moeder woonde in Limburg, terwijl ik in Alphen aan den Rijn woon, zo’n twee uur rijden bij elkaar vandaan. Ik wist niet hoe ik in de woonplaats van mijn moeder mensen kon vinden die zich haar hadden willen inzetten. Als ik van iemand in mijn wijk zou weten dat die in zo’n situatie zat, zou ik niet te beroerd zijn om te helpen. En zulke mensen zijn er vast meer. Maar hoe vind je die? Hoe vinden hulpvragers en vrijwilligers elkaar? Toen ik laatst zelf met griep in bed lag, had ik tijd om hierover na te denken en ik dacht: ik moet hier gewoon zelf iets mee gaan doen!” Marlie stuurde een brief aan de MMV met de mededeling dat ze graag als vrijwilliger ingezet zou willen worden om mensen te helpen die in een zelfde situatie zitten als haar moeder had gezeten. “Mijn moeder had een hulpvraag die om

Lees verder >

praktische redenen niet ingevuld kon worden. Ik kon haar destijds helaas niet helpen, maar als ik in mijn eigen woonplaats iets voor anderen kan betekenen die in een soortgelijke situatie zitten, zou dat wel mooi zijn. Ik wil graag iets betekenen voor mensen die zelf actief met hun herstel aan de slag willen en gemotiveerd zijn om het dieet te gaan volgen. Mensen die nog aan het begin staan en begeleiding nodig hebben of die door omstandigheden niet zelf invulling aan het dieet kunnen geven. Ik wil graag in praktische zin mensen bijstaan.”

Ze vindt het dan ook jammer dat ze op de laatste ledenvergadering vernam dat de MMV besloten heeft om pas in het najaar van 2013 aan de slag te gaan met het voorgenomen project van ambassadeurs en buddy's. Ze wil graag zo snel mogelijk aan de slag. In afwachting van volgende stappen is ze alvast begonnen om zich de voedingsregels van MMV eigen te maken en te oefenen met Moer-

man à la carte door de recepten uit het nieuwe kookboek uit te proberen.

‘Veel meer mogelijk’

Marlie is zeer gemotiveerd door de ervaring die ze met haar ouders heeft. Gezondheid hangt in haar optiek nauw samen met de keuzes die je maakt. “Dat mijn vader zijn eerste kanker niet overleefde, terwijl mijn moeder zo vaak getroffen is door de ziekte en door het Moerlandieet nog zo’n veertig jaar lang een goed leven heeft kunnen leiden, heeft mij wel gesterkt in mijn overtuiging dat gezond eten heel belangrijk is en echt een verschil kan maken. Daardoor ben ik zelf ook stap voor stap veel gezonder gaan eten en leven. Op dit moment ben ik misschien zelfs nog wel strenger dan mijn moeder”, lacht ze. “Ik gebruik al geruime tijd geen gluten, suikers en lactose meer en heb sinds januari 2013 alle dierlijke producten uit mijn menu geschrapt, met uitzondering van bijenpollen en honing.”

Dat werkt, zo heeft ze ook in haar eigen

gezin geconstateerd. Toen een van haar kinderen op 5-jarige leeftijd de diagnose pdd.nos (autisme) kreeg, ging ze op zoek naar een complementaire geneeswijze naast de reguliere aanpak. Er bleek een therapie te zijn met magnesium en vitamine B6. Jarenlang liet ze supplementen overkomen uit Amerika en ze liet bij een klassiek homeopaat de consultatiebureau-inentingen ontstoren. Inmiddels is haar zoon volwassen en het is volgens Marlie niet meer merkbaar dat hij ooit een vorm van autisme heeft gehad. En dat terwijl destijds bij de diagnose gesteld was dat hij nooit een normaal leven zou kunnen hebben. “Er is dus veel meer mogelijk dan alleen de reguliere behandeling. Daarom is het altijd goed om jezelf, naast het advies van je behandelend arts, aanvullend te informeren en te beseffen dat een reguliere behandeling een complementaire benadering niet hoeft uit te sluiten en soms zelfs kan vervangen.”

Kruiden

natuurlijke heilmeesters

Driekleurig viooltje

De winter liet zich maar moeizaam verjagen, maar desondanks stonden de tuincentra al vol met maartse viooltjes. Terwijl het maartsviooltje vooral aromatisch en kleurrijk is, staat zijn zusje, het driekleurig viooltje, vooral bekend om haar geneeskrachtige eigenschappen en huidproblemen. Bericht van de lentebode.

Het paarse maartsviooltje is een van de eerste lentebloemen. “Het viooltje wordt door zijn zoete verleidelijke geur van oudsher in verband gebracht met liefde”, zegt kruidenspecialiste Marry Foelkel. “Het staat symbool voor zuiverheid en zedigheid. Schrijvers, van Homerus tot Shakespeare, lieten zich door het viooltje inspireren en een gedroogd exemplaar vergezelde menige liefdesbrief. Ook wordt er een prachtig paarsachtige liefdesdrankje van gemaakt met de veelzeggende naam ‘parfait d’amour’.”

In oude kruidenboeken wordt het driekleurig viooltje vaak betiteld als ‘stiefmoedertje’. Die naam slaat op de vorm van de bloemen, met het grote onderste blad als de moeder, de twee daarboven gelegen bloemblaadjes als haar eigen dochters en de bovenste bloemblaadjes als haar stiefdochters. Het driekleurig viooltje was vroeger het symbool van de herinnering en werd daarom veel op graven geplant.

Geneeskrachtige werking

De symbolische betekenis van ‘zuiverheid’ is ook terug te vinden in de geneeskunde. Het driekleurig viooltje bevat onder andere flavonoiden, slijmstoffen en vitamine E en is bloedzuiverend, helpt tegen krampen en koorts en werkt verzachtend op het nieuwstelsel. “Viooltjes hebben een geweldig goede uitwerking bij huidklachten”, stelt Marry. “Baby’s van een moeder met een slechte bacteriehuishouding in de darmen komen vaak ter wereld met een gevoeligheid voor eczeem. Het driekleurig viooltje kan moeder en kind helpen wanneer ze worden behandeld met compressen of thee van een aftreksel van viooltjes.

Het driekleurig viooltje heeft een sterke bloedzuiverende werking en is daardoor in te zetten tegen ontstekingen in de breedste zin van het woord. Het is een prima middel tegen laaggradige ontstekingen, een van de grote problemen van onze tijd. Ook luiereczeem, dauwworm en acne kunnen er prima mee bestreden worden, evenals infecties van de luchtwegen. Overigens is ook bij dit soort problemen het goedkoopste en het beste niet wat je doet, maar wat je laat: gooi bijvoorbeeld melk en kaas uit je dieet.”

Inhoud: Marry Foelkel
Tekst: Petra Pronk



Recept

Lotion of thee van driekleurig viooltje

Leg een aantal viooltjes op de verwarming of laat ze drogen in de droogoven. Je kunt het hele kruid gebruiken: bloemen, stengels en blaadjes. De toepassing kan variëren. Het is mogelijk de gedroogde kruiden te verpulveren, waarna ze gegeten kunnen worden in bijvoorbeeld biogarde.

Een andere mogelijkheid is om er thee van te zetten. Dit mengsel kan zonder problemen toegevoegd worden aan babymelk.

Daarnaast is het mogelijk om een aftreksel te gebruiken als lotion bij huidproblemen. Pak hiervoor een linnen doek die u kunt gebruiken als compres, drink die in de lotion en leg het geheel op de aangedane plek.

MMV’er Cor van Groningen koninklijk onderscheiden

Een goede bekende zou worden onderscheiden, zo luidde het telefoontje, en daarom moesten Cor van Groningen en zijn vrouw Tiny vrijdag 26 april al vroeg op het Delftse stadhuis zijn. Tot zijn grote verrassing was niet de goede bekende maar hijzelf de laureaat. Burgemeester Bas Verkerk deelde Cor mee dat hij benoemd was tot Lid in de Orde van Oranje Nassau. Reden: zowel voor als achter de schermen speelt hij al meer dan 30 jaar een belangrijke rol binnen de Moermanvereniging c.q. MMV. Hij was onder andere secretaris van het bestuur en is eindredacteur van het magazine Uitzicht. Andere verdiensten zijn dat hij scriba is van de kerkenraad van de hervormde wijkgemeente Mattheüs en werkt als secretaris van het centrale College van Diakenen. Daarnaast was Cor 17 jaar lang bestuurslid van de Stichting Hulp Oost-Europa.

