

DOKTER ROLAND LUGTEN

## ‘Effectiefste behandeling: het lichaam zelf’

Leefstijl is voor zeventig procent verantwoordelijk voor het ontstaan van kanker. Dat gegeven staft de jarenlange ervaring van NNTT-arts Roland Lugten uit Gouda. Een interview over de invloed van het afweersysteem op onze gezondheid. ‘Je kunt je wapenen met bewuste keuzes.’

TEKST CHRISTINE STEENKS BEELD MARIËT MOSTERT

“Er is veel over ons afweersysteem bekend”, vertelt Lugten, die MMV van medisch advies voorziet. “Uit een internationale berg aan wetenschappelijk onderzoeken naar de invloed van het afweersysteem en het belang van leefstijl op de gezondheid blijkt: zowel in de kwaliteit als in de kwantiteit van leven is veel te winnen.”

### **Uitgeput**

Ons afweersysteem staat onder druk. Bewerkte voeding met veel industriële ingrediënten zet ons lichaam in een voortdurende ‘ontstekingsstand’. Veroorzaakt door toxische stoffen in voeding, zoals kleurstoffen. Lugten: “Het lichaam wil die stoffen kwijt en doet dat met behulp van een ontstekingsproces. Bij belasting met veel toxische stoffen wordt dit een ‘low grade inflammation’, een laaggradige ontsteking.”

“Het lichaam streeft naar homeostase, een toestand waarin alle functies op elkaar afgestemd zijn en optimaal werken. Maar het wordt constant belast met de stoffen die de ‘low grade inflammation’ veroorzaken en met de ontsteking zelf. Het afweersysteem raakt om twee redenen uitgeput: de ontstekingsstand vreet energie én voedingsstoffen en onze leefstijl vult die noodzakelijke voedingsstoffen onvoldoende aan. Zo kan ons immuunsysteem – onderdeel van het afweersysteem – niet optimaal functioneren met ziekten als kanker tot gevolg.”

### **In balans**

Kanker is het eindresultaat van een verstoring in je systeem. “Zo zag

Moerman het”, legt Lugten uit. “En het is ook het uitgangspunt van de Niet-Toxische Tumor Therapie (NTTT) die de Moermantherapie als basis heeft en er nieuwe inzichten aan toevoegt. Alleen de tumor verwijderen, is geen oplossing. Je moet die verstoring aanpakken. De NTTT biedt allerlei handvatten om het lichaam beter in balans te krijgen. We hebben te dealen met toxische stoffen in ons leefmilieu en minder volwaardige voeding. Je kunt je daartegen wapenen door bewuste keuzes te maken in voeding en tekorten aan te vullen met supplementen. Als dat goed gebeurt, voelen mensen zich fitter dan ooit.”

Lugten leerde in zijn praktijk het grote belang van het zelfgenezend vermogen van het lichaam. “Bij een acute ziekte is de reguliere geneeskunde nodig; snel ingrijpen is dan essentieel en dat beperkt de mogelijkheden. Bij chronische ziekten zijn natuurgeneeskunde, homeopathie en voedingstherapie veel effectiever. Die optimaliseren het zelfgenezend vermogen. De meest effectieve behandeling tegen ziekten is die van het lichaam zelf.”

### **Inspirerende arts**

Als vierdejaars geneeskundestudent deed Roland Lugten 35 jaar geleden praktijkervaring op tijdens zijn coschappen in het Academisch Ziekenhuis in Utrecht. “Mensen kregen vaak te horen: ‘Leer er maar mee leven’. Ik kon dat moeilijk accepteren.” Het motiveerde hem verder te kijken dan de reguliere geneeskunde en dat bracht hem bij acupunctuur en later homeopathie. Een advertentie van een huisarts in De Krim bracht hem op het spoor van de Moermantherapie. “Deze arts zocht een compagnon met belangstelling voor de niet-reguliere geneeskunde. Dat sprak mij aan.” Hij kwam terecht in de praktijk van Albert Ronhaar, opgeleid door Cornelis Moerman zelf.

“Het klikte goed met Ronhaar, een inspirerende en gepassioneerde arts met hart voor zijn patiënten. Met eigen ogen zag ik de resultaten van het Moermandieet bij kankerpatiënten in verschillende stadia. Dat een voedingstherapie zoveel kon doen, verraste mij.” Zijn keuze voor de Moermantherapie maakte Ronhaar

tot een eenling, respectloos behandeld door zijn directe collega’s. “Daar had hij nauwelijks contact mee”, vertelt Lugten. “Deze artsen vonden dat mijn samenwerking met Ronhaar mijn carrière in de weg zou staan. In 1993 begon ik mijn eigen praktijk in Gouda. Ook ik werd als ‘Moermanarts’ vreemd aangekeken. Nu, 27 jaar later, weten mijn collega-huisartsen dat ik een serieuze dokter ben die zijn grenzen bewaakt. Regelmatig sturen zij patiënten naar mij door.”

### **Hoop**

Tijden veranderen. De belangstelling voor integrale geneeskunde neemt toe en soms lijkt er zelfs sprake van erkenning. Zo werd Lugten onlangs uitgenodigd om voor de vereniging Student en Leefstijl te spreken over zijn ervaringen met de Niet-Toxische Tumor Therapie. “Dat is bijzonder”, vindt hij. “Lange tijd was er ook onder geneeskundestudenten geen belangstelling voor een andere visie op ziekte en gezondheid. Dat deze studenten meer willen weten over de invloed van leefstijl op ziekte biedt hoop.”

**Kanker is het eindresultaat van een verstoring in je systeem**

Lugten is een gedreven arts. Het: ‘Leer er maar mee leven’ krijgt hij nog altijd niet over zijn lippen. “Ik zoek net zo lang tot ik iemand verder kan helpen en beperk mij niet tot pillen. Met integrale geneeskunde kun je een probleem op verschillende manieren benaderen en uit verschillende behandelingen kiezen. De Moermantherapie staat daarbij op nummer 1. Het effect van goede voeding, voldoende beweging en suppletie is overtuigend aangetoond. Daar kies ik voor. Ik wil het beste voor de patiënt.”

*Roland Lugten zal spreken op de eerstvolgende ledendag. In verband met de coronacrisis is de op 16 mei geplande ledendag uitgesteld.*

## **BIOGRAFIE**

**Wie:** Roland Lugten (64).

**Privé:** Getrouwd, één volwassen zoon, woont in Gouda.

**Opleidingen:** Geneeskunde in Utrecht, acupunctuur, natuurgeneeskunde en homeopathie.

**Werkervaring:** Sinds 1983 arts, 2 jaar psychiatrie, 34 jaar NTTT-arts.

**Favoriete Moermanproof recept:** ‘De hele Indische keuken, natuurlijk zonder vlees, soms met vis of gevogelte.’