



Bijsturen en ondersteunen met
homeopathie

Homeopathie is een mooie aanvulling in de verloskundigenpraktijk. Waar reguliere middelen niet helpen of schadelijk zijn, kan homeopathie de juiste prikkel geven en balans brengen. Zowel voor, tijdens en na de bevalling.

Tekst: Evelien van Herwaarden

De Belgische Véronique Méan werkt als verloskundige in Den Haag. In de begeleiding van haar cliënten past zij regelmatig homeopathie toe. Al tijdens haar opleiding in Amerika kwam ze in aanraking met het gebruik van kruiden en 'de alternatieve wereld'. Daarna ging Méan in Afrika werken voor Artsen zonder Grenzen. Daar zag ze hoe de traditional birth attendants kruiden toepasten bij zwangere vrouwen. Langzaam maar zeker werd haar interesse gewekt en later volgde zij zelf cursussen op het gebied van verloskunde en homeopathie. Inmiddels is zij geschoold en ervaren op dit terrein.

Scholing

Nederland kent nog niet veel verloskundigen die in de klassieke homeopathie opgeleid en geregistreerd zijn. Mariska van Unen van de Vereniging Verloskunde en Homeopathie: 'Er is een kleine kern van pioniers die goed zijn opgeleid en het actief toepassen. Daaromheen bevindt zich een grotere groep van geïnteresseerde verloskundigen die enkele basiscursussen hebben gevolgd. Zij willen zich wel meer specialiseren, maar hebben daar onvoldoende tijd voor. Het werk als verloskundige, bijvoorbeeld in combinatie met een jong gezin, is vaak al druk genoeg. Ze passen homeopathie op kleine schaal toe en verwijzen regelmatig naar gespecialiseerde praktijken.' De vereni-

ging waarvan Van Unen bestuurslid is, streeft naar verdere integratie van de homeopathie in de verloskunde. De uitoefening daarvan moet van een kwalitatief hoog niveau zijn.

Complementair

'De homeopathische middelen die we toepassen zijn heel veilig', zegt Van Unen, 'zowel voor de moeder als voor het kind. Het gaat om sterke verdunningen zodat ze niet de stof zelf, maar wel de 'boodschap' van die stof binnenkrijgt. Daarom is homeopathie zo geschikt voor zwangere vrouwen. We gebruiken het naast de reguliere middelen, het is een aanvulling en geen vervanging van de reguliere verloskunde.' Ook Véronique

'Homeopathie is heel geschikt als vrouwen aanhoudende klachten hebben waarbij reguliere middelen weinig effect hebben of risicovol zijn', vervolgt zij. 'In de homeopathie kijk je naar de persoon, naar zijn lichamelijke en geestelijke toestand en het gedrag op dat moment. We geven niet iedereen hetzelfde bij misselijkheid of bij emotionele schommelingen. Het is dus iets anders dan de standaard homeopathie die je in de winkel vindt. Ik denk dat verloskundigen zeer geschikt zijn om homeopathie toe te passen. Voor ons is het immers heel normaal om een vrouw te observeren, aan te voelen wat zij nodig heeft, waar we moeten ingrijpen en waar niet.'

'Toen ik in contact kwam met homeopathie was ik eerst sceptisch, maar in de praktijk zag ik dat het werkte'

Méan benadrukt dat het een veilige en complementaire methode is: 'Ik adviseer wel om homeopathie alleen toe te passen als je ervaren bent. Als verloskundige met ervaring kun je beoordelen wanneer je een regulier middel moet inzetten, bijvoorbeeld bij fluxus, en wanneer er ruimte is voor homeopathie.'

Zwangerschap

Van Unen: 'Tijdens de zwangerschap zie je vrouwen regelmatig. Mijn ervaring was dat ik ze met sommige klachten niet goed kon helpen, bijvoorbeeld bij slaapproblemen. Toen ik in contact kwam met homeopathie was ik eerst sceptisch, maar in de praktijk zag ik dat het werkte. Nu kon ik deze mensen wel iets



Véronique Méan,
Verloskundige Den Haag



Mariska van Unen van de Vereniging
Verloskunde en Homeopathie

bieden. Later merk je dat niet alleen de betreffende klacht opgelost wordt, maar dat iemand er in zijn geheel beter van wordt. De zwangerschap is een bijzondere periode waarin mensen gevoeliger zijn en er meer reflectie is. Zwangere vrouwen lopen aan tegen dingen

uit het verleden die ze misschien weggestopt hadden of die niet helemaal verwerkt zijn. Het mooie van homeopathie is dat het daarbij kan helpen.'

Tijdens de zwangerschap wordt homeopathie onder meer toegepast bij angst voor de

bevalling, emotionele onevenwichtigheid en moeheid. Ook voor obstipatie of misselijkheid zijn er geschikte middelen. Méan: 'We kunnen Nux Vomica gebruiken als iemand erg misselijk is en moet kokhalzen en overgeven. We geven het aan vrouwen die snel geïrriteerd zijn en uitgeput door teveel werken. Ze kunnen ook duizelig zijn en houden meestal van stimuli zoals koffie. Vaak is er sprake van het type carrièrevrouw. Voor een ander type vrouw met dezelfde klachten kunnen we voor een ander middel kiezen.'

Bevalling

Beide verloskundigen vinden dat homeopathie heel mooi past bij hun vak. Juist als verloskundige ben je gewend om de natuur zijn gang te laten gaan. Bij een bevalling willen zij zo min mogelijk ingrijpen, maar wel bijsturen of ondersteunen waar dat nodig is. 'Als je het goede middel kiest, kun je tijdens de bevalling al snel effect zien', zegt Méan. 'Neem bijvoorbeeld het wegvallen van weeën. Soms zie ik dat de vrouw binnen vijf minuten opnieuw goede weeën krijgt. Het kan heel snel gaan. Een

vrouw die tijdens de bevalling erg onrustig en angstig is, kan met het juiste middel rustiger worden.'

Zij vertelt enthousiast over de toepassing van het tedere plantje Pulsatilla. 'Het past goed bij zachte, gevoelige vrouwen, die altijd

lief blijven. Het zijn vaak familiemensen en de veiligheid van de baby staat bij hen voorop. Hun emoties gaan van links naar rechts. Net als Pulsatilla waait deze vrouw met alle winden mee. Ze is erg emotioneel, weet niet goed wat zij wil en moet, kan vocht vasthouden en regelmatig flauwvallen. Tijdens de bevalling kun je het gebruiken als dit type vrouw een inactieve baring heeft, bijvoorbeeld met onregelmatige weeën of geen progressie in de ontsluitingsfase. Dit is een goed voorbeeld van hoe wij kijken naar de klachten die iemand heeft, naar haar lichamelijke en emotionele toestand op een bepaald moment.'

Kraambed

Wonden na de bevalling zijn ook goed te behandelen met homeopathie. Van Unen: 'Na een knip of een ruptuur kan een wond er blauw en opgezwollen uitzien. Daar heb je hele mooie middelen voor. Arnica is zo'n middel dat veel mensen misschien wel kennen van de toepassing bij vallen. Het is heel makkelijk en zonder risico toe te passen. De blauwe plek is veel sneller weg en de vrouw heeft minder

pijnklasten. Ook Bellis Perennis (madeliefje) en Staphisagria (ridderspoor) kunnen de wondgenezing positief beïnvloeden.' Van Unen merkt dat kraamhulpen vaak open staan voor dergelijke homeopathische middelen. 'Bijvoorbeeld bij deze toepassing van Arnica maar ook bij harde knobbels en dreigende ontsteking in de borsten, waarvoor we vaak Phytolacca geven. Als ze een keer gezien hebben dat homeopathie werkt voor deze klachten, raden ze vrouwen aan om er bij ons naar te vragen.' Méan observeert de vrouw en het kind in het kraambed zorgvuldig. 'Soms gaat het om heel normale reacties, maar je ziet ook vrouwen die echt in de knoop zitten en het niet goed aan kunnen. Als de vrouw graag gehoord en geholpen wil worden en de reguliere middelen niet helpen, bied ik haar mijn hulp aan. Homeopathie is dan een veilig alternatief en het overwegen waard. Ook voor de baby kunnen we homeopathie inzetten, bijvoorbeeld bij darmkrampjes en onrust.'

Affiniteit

De verloskundigen ervaren in de praktijk weinig weerstand. Van Unen: 'Collega-verloskundigen reageren vaak positief maar niet iedereen heeft er evenveel affiniteit mee. Van collega's en artsen krijg ik wel vaak de vraag of bewezen is dat het werkt. De artsenvereniging voor homeopathie VHAN en de Nederlandse Vereniging van Klassiek Homeopaten doen er veel aan om die bewijzen te leveren. Maar als medici in de praktijk zien wat homeopathie kan doen, geven ze ons vaak wel de ruimte, zelfs in het ziekenhuis. Ik kom gynaecologen tegen

Wat is homeopathie?

De grondlegger van de homeopathie is Samuel Hahnemann (1755-1843). Hij was arts en scheikundige. Hahnemann ontdekte dat een stof die bepaalde verschijnselen kan opwekken, ook in staat is diezelfde verschijnselen te genezen. Dit is het basisprincipe van de homeopathie geworden. Homeopathische middelen worden bereid op basis van plantaardige, minerale of dierlijke extracten die extreem verdund worden. Het schudden van de verdunding is een essentieel onderdeel van de homeopathie. Diverse wetenschappelijke studies wijzen uit dat homeopathie werkt, terwijl er ook onderzoeken lopen die nog geen resultaten hebben laten zien.

die bijvoorbeeld bij een stilvallende bevalling vragen of wij iets willen proberen, voordat ze een infuus aanleggen. Op de werkvloer staat men er meestal open voor. De tijdgeest is bovendien zo dat men steeds meer vragen vanwege de medicalisering en weer dichter bij de natuur wil staan.'

Veilig

Véronique Méan heeft dezelfde ervaringen en krijgt weinig negatieve reacties. 'Natuurlijk zijn er ook collega's of gynaecologen die er niet in geïnteresseerd zijn. Dat is geen probleem, wij

lopen hen niet in de weg. Iedereen heeft zijn plek. Verder krijg ik verwijzingen van collega's, niet alleen binnen mijn praktijk maar ook daarbuiten. Er is een klassiek homeopaat in Den Haag die regelmatig zwangere vrouwen naar mij doorverwijst.' De cliënten zijn bijna altijd positief. 'Ze vragen allemaal of het wel veilig is', zegt Méan, 'en daarin kan ik ze geruststellen. Als ze bij mij op het spreekuur komen heb ik de tijd voor ze, ze merken dat ik goed luister. Ik zie dat veel cliënten open staan voor homeopathie.' ■

