

# Natuurgeneeskunde

Marie Prins

**Bij het woord ‘natuurgeneeskunde’ denkt de leek al gauw aan lichaamsbeweging in de vrije natuur en gezond eten. Dat wordt ook beschreven in het boek *Wasser, Fasten, Luft und Licht, Die Geschichte der Naturheilkunde in Deutschland* van Uwe Heyll (ISBN 3-393-37955-4). De huidige natuurgeneeskunde is daar echter ver van afgedwaald. Het is de moeite waard om daar eens naar te kijken.**

**Het zelfherstellend vermogen van het lichaam** • De oorsprong van de natuurgeneeskunde is gelegen in het Duitsland van ruim 200 jaar geleden. Hij was gebaseerd op het geloof in het zelfherstellende vermogen van het lichaam, dat gestimuleerd zou worden door een zo natuurlijk mogelijk leven: zuiver water, zuivere lucht, heldere zonneschijn, veel lichaamsbeweging in de buitenlucht, karig eten: bij voorkeur rauwkost, volkorenbrood, liefst zuurdesem, en vegetarisch. Ziek worden deed men niet en pas op hoge leeftijd zou men een zachte dood sterven door ouderdomszwakte. Medicijngebruik, homeopathie of gebruik van geneeskrachtige kruiden waren taboe. De praktikanten waren allemaal medische leken. De instellingen die deze regels min of meer volgden hadden wel degelijk succes, maar dat kwam ook omdat ze ernstig zieken niet opnamen. ‘Gezond aangekomen, genezen vertrokken’ schreef een cynische *Sanitätschef* (Heyll, blz. 25). Men dient bij dit alles niet te vergeten dat de reguliere geneeskunde in die tijd ook niet zo erg veel te bieden had.

**Als de natuur te kort schiet** • Hoewel nogal wat behandelaren zich tot in de twintigste eeuw consequent aan bovenstaande praktijken bleven houden (in de Verenigde Staten zijn ze tot op heden nog steeds te vinden), ontstond er toch verandering. Omdat de natuurgeneeswijzen bij serieuze ziekten geen soelaas boden (patiënten bleven ziek en sommigen stierven jong) raakten steeds meer artsen betrokken bij die vorm van geneeskunst. Homeopathie, gebruik van enkelvoudige kruidenmiddelen, van opiaten en extracten van vingerhoedskruid, vaccinatie tegen bijvoorbeeld pokken, apparaten die hielpen bij de lichaamsbeweging van lichamelijke gehandicapten gingen deel uitmaken van de therapie. Naast deze uit de geledingen der artsensij voortgekomen natuurgeneeskundigen ontstond er een groep van ‘biologische’ artsen die nog verder af stonden van de oorspronkelijke natuurgeneeskunde. Ze gingen terug naar het vier humoren stelsel van Hippocrates

---

*‘Er zijn twee zaken: wetenschap en persoonlijke overtuiging. Het eerste voert naar kennis en het tweede naar onwetendheid.’*

Hippocrates

---

en maakten gebruik van aderlatingen, bloedzuigers, laxeer- en braakmiddelen, hypnose, suggestie, telepathie, wichelroedes, en tegenwoordig ook van allerlei moderne fantasieapparaten, kortom van alles dat tot het repertoire van de niet-reguliere geneeskunde behoorde en behoort. De oorspronkelijke lekennatuurgeneeskunde was ondertussen geheel uitgerangeerd. In 2001 besloot men in Duitsland de term ‘natuurgeneeskunde’ te vervangen door het woord ‘regulatiegeneeskunde’. Met ‘regulatie’ wordt niets anders bedoeld dan zelfherstellende vermogen. Daaronder valt tegenwoordig eigenlijk alles wat niet regulier is, inclusief Ayurveda en de traditionele Chinese geneeskunde. Men besloot dan ook, dat kritiek op collega’s niet aanvaardbaar was; dit werd ‘intolerantie’ genoemd. Alles mag, behalve de echte geneeskunde, want die is intolerant. Met de originele natuurgeneeskunde heeft dit alles bitter weinig meer te maken.

**Nederlandse natuurgeneeskunde** • Hoe is het gesteld met de natuurgeneeskunde in Nederland? De Artsenvereniging voor Biologische en Natuurlijke Geneeswijzen (ABNG-2000) omschrijft reinigen, vasten, ontslakken, juiste voeding, beweging in de buitenlucht en in de zon, ademhalingstherapie, kruiden, meditatie en bewustwording als onmisbare onderdelen van de natuurgeneeswijze. Dit komt in de buurt van de originele natuurgeneeskunde, waarbij men ontslakken, meditatie en bewustwording dan maar als latere toevoegingen moet zien. Dat vasten wordt wel erg drastisch toegepast bij de *F.X. Mayr Kur* die onderdeel is van de opleiding voor natuurarts. Twee maal daags

droge broodjes met een beetje melk en verder kruidenthee en leidingwater en/of plat bronwater. Het leidt tot een tekort aan allerlei voedingsstoffen dat men dan dient te compenseren door het slikken van tabletten of capsules die regelrecht van de farmaceutische fabriek komen. Echt onbewerkte natuurlijke producten. Dit alles ter reiniging van de darmen. Een en ander kan nog worden gecombineerd met darmspoelingen, die de darmen kunnen beschadigen en de elektrolyten in het lichaam uitputten. Tezamen kan dit de spijsvertering grondig van slag brengen. Natuurlijk is dit allerminst. Verder worden allerlei volslagen nutteloze detoxificatieprogramma's aanbevolen. Holistisch is dit allesbehalve; geheel gericht op de darmen en beslist niet op de gehele mens. Toch zou dit helpen bij onder andere migraine, artrose, een verzwakt immuunsysteem en stress. Ieder bewijs hiervoor ontbreekt uiteraard. De natuurgeneeskunde vindt schone darmen heel erg belangrijk. Maar daar hoeft je niets voor te doen, want de darmen houden zichzelf prima schoon.

Veel natuurartsen en -therapeuten passen homeopathie toe. Dat past nu echt in hun filosofie want bij het toedienen van suikerpilletjes met daarop verdampt water en/of alcohol moet de genezing inderdaad van het zelfherstellende vermogen van het lichaam komen. Het 'geneesmiddel' doet niets. Dat zullen de natuurgeneeskundigen zelf waarschijnlijk anders zien, maar het is wel een feit. Bovendien zijn homeopathische middelen zeker geen onbewerkte natuurproducten. Ook de orthomoleculaire geneeskunde is populair. Blijkbaar beseft men niet dat dit geheel tegengesteld is aan de homeopathie. Het slikken van onnatuurlijke voedingssupplementen gaat trouwens ook in tegen de principes van de originele natuurgeneeskunde.

Eigenlijk is het verbazingwekkend dat Ayurveda

en TCM ook als onderdeel van de natuurgeneeswijze worden beschouwd. Beide systemen beschouwen zware metalen als geneeskrachtig, terwijl de ABNG zo fel tegen het gebruik van amalgaam door de tandarts is. Zowel bij TCM als bij Ayurveda worden ziekmakende kruiden gebruikt; de nierenvernietigende en kankerverwekkende aristolochiazuren in de pijpbloemen, de aconitinen van de akonieten en de leverbeschadigende P.A.'s van een hele lijst planten. Dit zijn uiterst natuurlijke toxinen waartegen het zelfhelend vermogen van de mens niets uit haalt. Moeder Natuur is niet zo lief. En ze worden wel degelijk nog gebruikt, zoals onderzoek van de Voedsel en Waren Autoriteit aantoonde ([http://www.vwa.nl/portal/page?\\_pageid=119,1640224&\\_dad=portal&\\_schema=PORTAL&p\\_document\\_id=101381&p\\_node\\_id=302985&p\\_mode=BROWSE](http://www.vwa.nl/portal/page?_pageid=119,1640224&_dad=portal&_schema=PORTAL&p_document_id=101381&p_node_id=302985&p_mode=BROWSE)). En beide systemen gebruiken juist principieel kruidenmengsels, dus geen natuurlijke enkelvoudige kruiden. Sommige behandelaars zeggen dat ze middelen met zware metalen niet gebruiken, maar dan vervuilen ze toch echt die duizenden jaren oude wijsheid voor de door hen zo verwenste eenentwintigste eeuwse wetenschap. (zie tabel 1)

Deze lijst is bij lange na niet volledig. Veel van de behandelingen op deze lijst zijn helemaal niet natuurlijk te noemen. De VEGATEST, Prognos (voorspelt ziekten), Rathega (een soort wichelroede) worden ook gebruikt. Het is duidelijk dat de Nederlandse praktijk niet verschilt van die in Duitsland; iedere natuurarts kiest kennelijk zelf wat hij/zij er naast (of zelfs in plaats van) 'water, vasten, lucht en (zon)licht' nog bij doet. In sommige gevallen wordt ook gebruik gemaakt van de reguliere geneeskunde.

Verbazing wekt nog steeds het feit dat er 'echte' artsen zijn die in dit soort onzin geloven. Een aanzienlijk deel van de natuurgeneeskundigen

Tabel 1. Bij die natuurartsen die er een website op na houden komen we verder zulke praktijken tegen

acupunctuur	E.M. golven	neuraaltherapie (lekker natuurlijke injecties met procaïne), NTTT
afweerversterkende thymus therapie	haptotherapie	
bach bloemen	hyperthermie	ozontherapie
bioresonantietherapie	kleurentherapie	psycho-neuro-immunologie
bruno Groning!!	magneetveldtherapie	reiki
chelatietherapie (infusen met de synthetische stof EDTA, echt natuurlijk)	maharishi Aryurveda	Simeons HCG
chiropraxie	manuele geneeskunde	symbionten
core inergetics	matrix regeneratie	vitaalveldtherapie
eigen bloed therapie	microbiologie	voetzoolreflextherapie

Tabel 2. Voorbeelden van praktijken in de natuurgeneeswijze

acupunctuur aromatherapie bach bloemen	hydrotherapie irisdiagnostiek klassieke homeopathie	oorkaarsentherapie paranormale therapie reflextherapie (zowel voet-, hand-, oor-, neus als chakra-)
bioregulatiesysteem fysiognomie fytotherapie	massage mineraaltherapie NLP/hypotherapie	TCM tongdiagnostiek zon/lichttherapie

is echter basisarts en dat is dan een schrale troost.

Voor de toekomstige therapeuten (dus niet-artsen) zijn er zich HBO-scholen noemende opleidingen in Arnhem, Bloemendaal, Eindhoven, Hilversum, en Meppel. Daarnaast is er de FONG, de Federatie van Opleidingen in de Natuurlijke Geneeswijzen. Geen van deze opleidingen is echter aangesloten bij de HBO Raad. Als voorbeelden van praktijken in de natuurgeneeswijze worden o.a. genoemd. (zie tabel 2)

De Nederlandse Werkgroep van Praktizijns in de Natuurlijke Geneeskunde echter vindt acupunctuur, fytotherapie en homeopathie geen onderdelen van de natuurgeneeskunde. Daar heeft de Werkgroep afzonderlijke cursussen voor. Hoge darmspoelingen zijn beslist deel van de hydrotherapie. De rest blijft – zij het noodgedwongen – dichterbij het origineel.

**Conclusie** • Hedendaagse Nederlandse natuurartsen en de natuurgeneeskundige therapeuten geven, evenals de oorspronkelijke

natuurgeneeskundigen, nog dikwijls redelijke adviezen over een gezonde manier van leven; zeker kan men daar echter niet van zijn. De *Mayr Kur* is zonder meer ongezond. Overigens geeft de reguliere arts ook advies over gezond leven, al zal het advies betreffende de voeding vaak via een diëtist(e) gaan. Bij de huidige natuurgeneeskunde gaat dit echter gepaard met een flink aantal behandelingen die bewezen onwerkzaam zijn of waarvan de werkzaamheid onwaarschijnlijk en onbewezen is. Maar ook, in strijd met de oorspronkelijke gedachte achter de natuurgeneeskunde, met het gebruik van allerlei technisch lijkende apparaten. Met de oorspronkelijke beginselen van de natuurgeneeswijze hebben de meeste daarvan niets meer te maken. Bovendien zijn veel van de behandelingen helemaal niet natuurlijker dan wat de reguliere arts doet; het tegendeel is maar al te vaak waar. En als oud NJN-er (Nederlandse Jeugdbond voor Natuurstudie) stuit het misbruik van het woord 'natuur' door deze lieden me tegen de borst. ●