

Orthomoleculaire geneeskunde

Hierbij wordt verschil gemaakt tussen lichaamseigen en lichaamsvreemde stoffen. De lichaamseigen stoffen ondersteunen het lichaam en stimuleren het natuurlijke genezingsproces. De lichaamsvreemde stoffen zouden afweerreacties van het lichaam oproepen. Orthomoleculaire therapeuten streven naar zogenoemde 'optimale' concentraties voedingsstoffen in het lichaam. Deze concentraties probeert men te bereiken met doseringen die soms ver boven de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid uitkomen.

Volgens orthomoleculaire therapeuten is het westerse voedingspatroon niet toereikend om geheel te voorzien in de behoefte aan voedingsstoffen. Aanvulling van deze voedingsstoffen door middel van gezonde voeding en voedingssupplementen, zou het lichaam in staat stellen ziekten te bestrijden. Een dergelijke concentratie is niet uit de dagelijkse voeding alleen te halen. Inname van hoge doses vitaminen of mineralen boven de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid kan op termijn leiden tot gezondheidsschade. Het nut van orthomoleculaire therapieën is niet aangetoond. De aanbevolen dagelijkse hoeveelheid van een voedingsstof is een richtlijn die zo is opgesteld, dat er bij naleving geen sprake kan zijn van tekorten. Ook overdosering wordt vermeden.

Advies

De meeste apotheken leveren alternatieve geneesmiddelen op recept van homeopathische of antroposofische artsen. Daarnaast hebben de meeste apotheken geneesmiddelen in voorraad, die gemaakt zijn van planten met een geneeskrachtige werking. Niet elk 'natuurlijk' middel is ongevaarlijk. Het is verstandig om na te gaan of het middel dat u wilt gaan gebruiken, goed samengaat met de geneesmiddelen die u al gebruikt.

Meer weten

Deze folder is onderdeel van een serie informatiefolders, die wordt uitgegeven door Alphega apotheek. Deze folders zijn ook online beschikbaar op www.alphega-apotheek.nl.

Wilt u meer weten over dit onderwerp, uw gezondheid of de geneesmiddelen die u gebruikt? Kom dan gerust eens langs bij Alphega apotheek. Wij adviseren u graag.

Ook voor geneesmiddelen die u zonder recept koopt, raden we aan te laten controleren of deze samengaan met eventuele andere geneesmiddelen die u al gebruikt. Geef het gebruik van deze zogeheten zelfzorgmiddelen dan ook altijd door aan uw apotheek.



altijd dichtbij

www.alphega-apotheek.nl

Alternatieve geneeswijzen



Wat kunt u er zelf aan doen?

Vraag ons gerust om advies



altijd dichtbij

www.alphega-apotheek.nl

Alternatieve geneeswijzen

Alternatieve geneeswijzen is een verzamelnaam voor alle therapieën, middelen en handelingen waarvoor geen wetenschappelijk bewijs van medische effectiviteit is geleverd.

Alternatieve geneeskunde

De meeste alternatieve geneeswijzen gaan uit van een holistisch model. Volgens dit model vormen lichaam, geest en ziel één geheel. Daarom dienen ze samen te worden behandeld of weer in balans te worden gebracht. Alhoewel individuele alternatieve geneeskundigen soms goede resultaten boeken, zijn hun behandelingen nooit echt wetenschappelijk bewezen. Alternatieve geneeskundigen zijn meestal geen geregistreerd arts.



Enkele verschillen tussen alternatieve en reguliere geneeskunde zijn:

Reguliere geneeskunde

De ziekte van een persoon wordt veroorzaakt door een ziek orgaan of een afwijkende functie ergens in het lichaam. De genezing van dit orgaan of deze functie zal leiden tot genezing van de persoon.

Wetenschappelijke onderbouwing

De werking van de therapie/behandeling of het medicijn dient wetenschappelijk te zijn bewezen.

Alternatieve geneeskunde

De ziekte van een persoon wordt veroorzaakt door een disbalans tussen lichaam, geest en ziel. Om te kunnen genezen moet deze balans worden hersteld.

Rol patiënt

Bij een alternatief genezer is er vaak veel aandacht voor de patiënt. Er wordt tijd uitgetrokken om diens levensvisie te leren kennen. Sommige alternatieve genezers vinden dat hun geneeswijze een volwaardig alternatief is voor de reguliere geneeskunde. De meeste alternatieve geneeskundigen hebben echter tot doel de reguliere behandeling te ondersteunen. Veel chronische ziekten (bijv. diabetes mellitus) kunnen nu eenmaal niet afdoende met alternatieve geneesmiddelen worden behandeld. Uit onderzoek is gebleken dat veel reguliere artsen alternatieve geneeswijzen niet zonder meer afwijzen. Zolang de behandeling niet interfereert met de reguliere behandeling, gaat men ervan uit dat het geen kwaad kan.

Homeopathie

De meest gebruikte alternatieve geneeswijze is homeopathie. De basis van de homeopathie is het gelijksoortigheidbeginsel (similia similibus curentur). De gedachte hierachter is dat het gelijke met het gelijkende kan worden genezen. Concreet betekent dit dat een patiënt wordt behandeld met een stof die in onverdunde vorm bij een gezond persoon dezelfde ziekteverschijnselen opwekt. Bij een ziek persoon werkt deze stof genezend.

Extracten

Homeopathische middelen worden bereid op basis van een extract van minerale, plantaardige of dierlijke oorsprong. Er wordt onderscheid gemaakt tussen enkelvoudige middelen (simplexen) en samengestelde middelen (complexen). De complexen bestaan uit meerdere simplexen.

Concentratie

Het verdunnen en schudden van homeopathische producten zou de geneeskundige kracht versterken en de schadelijke werking juist wegnemen. Men gaat uit van het principe dat naarmate de concentratie lager is (dus hoe groter de potentie) de werkzaamheid van het middel juist toeneemt. Dat een medicijn steeds sterker zou werken bij steeds lagere concentratie, is in tegenspraak met de geldende wetenschappelijke inzichten. De werking is vooral twijfelachtig wanneer de concentratie zo laag is, dat in een dosis van het medicijn geen enkel molecuul van de oorspronkelijke stof meer aanwezig kan zijn. Alcohol is een veel gebruikt oplosmiddel in de homeopathie. Daarom wordt het toedienen van homeopathische middelen in de vorm van drankjes of druppels aan zuigelingen en kleine kinderen afgeraden.

Fytotherapie

Dit is het behandelen van gezondheidsklachten met plantaardige middelen. Enkele voorbeelden van geneeskrachtige planten zijn ginseng, brandnetel, kamille, valeriaan, sint-janskruid, eucalyptus, ginkgo biloba en papaver. Fytotherapie wordt bij diverse alternatieve geneeswijzen gebruikt, zoals de westerse natuurgeneeskunde, de antroposofische geneeskunde, de traditionele Chinese geneeskunde en de Ayurveda. Kruidengeneesmiddelen zijn niet per definitie onschuldig of onschadelijk. Immers, dat een kruid werkzaam is, betekent dat het ook bijwerkingen kan hebben of schadelijk kan zijn bij verkeerd of overmatig gebruik.