



WELEDA

Artsen Forum

NUMMER 54 | LENTE 2012

VOORWOORD

Geachte lezer,

In dit nummer hebben we geprobeerd het thema 'straling' centraal te stellen. Dit gebeurt onder andere in het dubbelinterview met Koen van Biesen en Jan van Gils. En apotheker Ingrid van Berckelaer vertelt hoe we binnen de onderneming in Nederland omgaan met straling. Peter Staal geeft ten slotte een kort overzicht van standpunten op dit gebied.

Daarnaast wordt een reeks van korte interviews gestart, waarin Majella van Maaren medewerkers van *Weleda Internationaal*, die op sleutelposities betrokken zijn bij het Pharma-beleid van de onderneming, aan het woord laat over de gang van zaken.

Peter Staal beschrijft in zijn rubriek een waarschijnlijk zeer herkenbare situatie en geeft aan hoe hij daarmee omgaat. De kop van het artikel luidt 'Ont-verlammen'. Ik zocht nog naar een ander woord dat het tegenovergestelde van verlammen als proces kan aanduiden en kwam op 'Ontvlammen': in enthousiasme ontvlammen als remedie tegen verlammen.

Ik wens u veel enthousiasme bij het lezen,

Hans Nijjens



INHOUD

- Stralingsonderzoek bij Weleda 3
- Medisch Prikbord 4
- Ont-verlammen 8

INTERVIEW

Nog weinig erkenning voor de belasting van straling



Koen van Biesen en Jan van Gils

Er zijn karrevrachten aan wetenschappelijk onderzoek naar de schadelijke invloed van elektromagnetische velden op de mens. Maar volgens de huidige wetenschappelijke inzichten zijn die niet valide. Het lijkt wel alsof erkenning van het bestaan hiervan slechts een kwestie is van *believers* en *non-believers*. Jan van Gils en Koen van Biesen zien dit anders, zo blijkt uit het gesprek dat Hans Nijjens ¹⁾ met beiden hierover voerde.

Michel Gastkemper, journalist

Jan van Gils, oorspronkelijk natuurkundeleraar, houdt zich al vijftientig jaar uit pure belangstelling bezig met elektromagnetisme en de mogelijke invloed hiervan op de mens. Bovendien is hij oprichter van het 'Platform stralingsrisico's', waar hij nog altijd voorzitter van is. Koen van Biesen studeerde bedrijfseconomie in Groningen en geodesie ²⁾ in Delft. Hij werkt als zelfstandig woonbioloog en voert onderzoek uit naar stralingsbelasting, elektrosmog en geopathie ³⁾. Ook geeft hij adviezen op dit gebied aan mensen en bedrijven.

Allereerst, wat is straling?

v. Gils: 'De wetenschap begrijpt straling in de vorm van een model, maar een model is alleen

een theoretisch denkkader. Daar kun je in de *praktijk* niets mee. Ikzelf neem straling liever als experimenteel fenomeen. En aan de hand van proeven en beschreven wetenschappelijke onderzoeken wil ik deze fenomenen doorgronden. Het meest algemene verschijnsel is dat er bij straling warmte ontstaat. Maar er gebeurt meer. Door de zeer snel wisselende elektrische spanning lost op een gegeven moment het veld op in de ruimte, en dat wordt dan ergens anders weer opgevangen. Dat is het principe van zenden en ontvangen. Zenders hebben een hoge frequentie, het veld komt los van het draadje, zoals bij mobieltjes. Dit in tegenstelling tot het elektriciteitsnet waar de velden rondom de draad gelokaliseerd blijven.'

v. Biesen: 'Het effect dat er bij straling warmte ontstaat is erkend, ook door de Gezondheidsraad. Maar dat is niet het enige effect, er gebeurt meer. Alleen omvatten wij dat niet in de wetenschap, dat wil zeggen: nog niet. Maar mensen voelen wel vaak iets, krijgen vreemde gezondheidsklachten. En dat zit niet "tussen de oren". We kunnen het alleen nog niet wetenschappelijk bewijzen.'

v. Gils: 'Het punt is dat officiële instanties de gezondheidsrisico's ontkennen. De WHO en de Nederlandse Gezondheidsraad hebben het ook alleen over warmte; verder is er volgens hen niets aan de hand. Warmte is echter een heel algemeen fenomeen. Bovendien bekijken wetenschappers het vaak alleen natuurkundig, biologisch en medisch.

In onze buurlanden gaat men er heel anders mee om. In Frankrijk mogen kinderen onder de veertien jaar op school niet aan mobieltjes worden blootgesteld. Dat is bij wet geregeld. Daar geldt het voorzorgprincipe: zolang het niet duidelijk is hoe het precies zit, mag het niet. Het publiek wordt daarover ook geïnformeerd.

In Nederland hebben we het vrijwel onbekende "Kennissplatform Elektromagnetisme". Zij geven een tiental tips hoe je jezelf minder bloot kunt stellen aan straling.'

» We lopen hier in een zee van straling «

nu bewust bent of niet. Je wordt hyper, alsof je het heel druk hebt. Je hersengolven reageren, maar ook je melatoninespiegel. Het heeft invloed op je reactiesnelheid. Je reageert alsof je in staat van alertheid of stress bent. Het tweede gevolg is vitaliteitsverlies: de "heelheid" van het lichaam wordt aangetast, van cellen, van bloed, enzovoort.

Er zijn vier grote rapporten hierover: het verslag van het Salzburger congres, het Stewart-rapport, het Ecolog-onderzoek en het rapport Bio-Initiative. Het is het werk van honderden wetenschappers. Anderhalf jaar geleden werd het gepresenteerd aan de Gezondheidsraad. Die wees een enkel foutje aan, waarmee meteen alles in de prullenbak werd gooid.'

In zijn spreekkamer zou een huisarts dit als mogelijkheid moeten meenemen.
v. Gils: 'Maar men is er niet in geschoold en er is weinig interesse voor, zelfs bij antroposofische huisartsen. We zijn niet verder gekomen dan een artsprotocol dat echter nauwelijks wordt gebruikt.'

En in de reguliere geneeskunde?

v. Gils: 'We hebben een appel gedaan op de artsen, met als resultaat vijftig handtekeningen. Op de ondertekenaars werd echter achteraf grote druk uitgeoefend: artsen en onderzoekers werd geadviseerd zich terug te trekken.'

v. Biesen: 'Ik voer veel onderzoek uit op doorverwijzing van CAM-artsen en -therapeuten. Deze groep heeft de mogelijkheid om met behulp van diverse technieken vast te stellen of stralingsbelasting daadwerkelijk een oorzaak is van klachten. Je kunt stralingsbelasting niet zien of proeven, dus die diagnose blijft voor een reguliere arts lastig.'

De industrie dekt zich al in

Waarom loopt Nederland zo achter in vergelijking met andere landen?

v. Gils: 'De industrie en de reguliere wetenschap hebben niet alleen in ons land een enorme invloed op de politiek. De Gezondheidsraad zegt: "Wij adviseren op zekere wetenschappelijke gronden". De desastreuze gevolgen hiervan hebben we gezien in de asbestproblematiek die zich jarenlang voortsleepte. Nog niet zo lang geleden is asbest als schadelijk erkend. Hetzelfde proces hebben we gezien bij het roken.

In deze raad zitten dan ook voornamelijk natuurkundigen die de volksgezondheid niet ecologisch en biologisch, laat staan medisch of gezondheidskundig benaderen. Zo is in Nederland de richtlijn voor elektromagnetische stralingsvelden 50 V/m, terwijl boven de 3 V/m alle elektronische apparatuur al ontregeld raakt. De veldsterkten in de stad liggen veelal tussen de 0,5 tot 1 V/m. Maar ook bij deze waarden treden er zeker tientallen biologische ontregelingen op, waar sommige mensen direct last van ondervinden. Echter de meeste mensen ondergaan het onbewust.'

v. Biesen: 'In Zwitserland is de overheid veel voorzichtiger, met een sterk "voorzorgbeginsel". Hier in Nederland lopen we in een zee van straling: mobiel, iPad, draadloze laptops, Wifi. En we maken ons daar helemaal niet druk om. Maar de industrie bijvoorbeeld dekt zich met gebruikersvoorwaarden al in om claims in de toekomst te voorkomen. Zie de kleine lettertjes! Tot een omslag heeft het nog niet geleid.'

v. Gils: 'Het is vooral belangrijk iets te doen waarop je zelf greep hebt. Dat zijn bijvoorbeeld draadloze huistelefoons (DECT-telefoons), want die stralen 24 uur per dag, ook als ze in hun houder zitten. Hetzelfde geldt voor draadloze modems. Men kan echter ook een Eco DECT Plus-telefoon aanschaffen; die straalt namelijk niet wanneer je niet belt.

Zo is het technisch ook mogelijk om modems te maken die alleen stralen wanneer er dataoverdracht is, maar die zijn nog niet in de handel. Wel kun je internet altijd via een draad aansluiten, dat gaat sneller en is veiliger. En de antennes zijn te verwijderen of uit te schakelen.'

Meer houvast voor artsen

Wat zou er volgens jullie moeten gebeuren? Welk advies hebben jullie aan de Gezondheidsraad en aan de artsen?

v. Gils: 'De Gezondheidsraad moet zijn beleid niet op zekerheid baseren, maar op onzekerheid: dus op het voorzorgbeginsel. Dat is politiek ook logisch. Het wonen in de buurt van hoogspanningsmasten geeft een drie keer grotere kans op leukemie. Dat is acht à tien jaar geleden al vastgesteld en nu is het pas geaccepteerd door de Gezondheidsraad. De draadloze zendervelden in huis vormen een groot probleem. Van de overheid zou een advies aan de industrie uit moeten gaan om stralingsarme apparatuur te ontwikkelen.'

v. Biesen: 'Artsen zou je meer houvast moeten geven door middel van informatie: Wat omvat het fenomeen? Hoe zijn stralingsgerelateerde klachten te herkennen en wat zou je als arts kunnen adviseren? Er zijn momenteel zo veel stralingsbronnen in het landschap en in gebouwen. Het is nu een disco in een stiltegebied. Begin met eenvoudige basismaatregelen, die iedereen kan uitvoeren om straling te beperken. En kijk hoe het ervoor staat in de eigen praktijk en neem adequate maatregelen.'

v. Gils: 'Als tegenargument wordt vaak tegen me gezegd: "jullie zaaien angst". Maar het gaat mij erom bewustzijn te wekken, zodat mensen zich kunnen weren tegen deze straling. De samenhang van de menselijke wezensdelen wordt erdoor verstoord. Bij planten kun je dit goed waarnemen aan hun vormkracht en gestalte. Twintig jaar geleden hadden we de zure regen. Wat bleek echter: in een zuur milieu gaan ze niet dood. Het was de radar. Op de kaart in Duitsland vond bossterfte vooral plaats bij radarinstallaties.'

Koen van Biesen en Janpaul Mossink (arts) geven in het najaar voor artsen de cursus "Stralingsbelasting, diagnose en behandeling". Meer informatie via contactformulier www.geo-phiscis.nl o.v.v. cursus *Stralingsbelasting*.

- 1) Algemeen Directeur van Weleda Benelux SE
- 2) Geodesie houdt zich bezig met het bepalen van de grootte en de vorm van een gedeelte van het aardoppervlak.
- 3) Geopathie is het wetenschappelijk onderzoek naar aardmagnetisme en de invloed hiervan op het functioneren van levende organismen.

RUBRIEK

Stralingsonderzoek bij Weleda

Bij Weleda in Zoetermeer geldt in de bereidingsruimtes al jaren de regel: 'geen computers' en 'mobiele telefoons uitgeschakeld'. Dit om stralingsbronnen zoveel mogelijk te weren, zo lang niet duidelijk is welke effecten straling heeft op de werkzaamheid van de producten.

De laatste jaren neemt wereldwijd het aantal nieuwe toepassingen met steeds hogere stralingsemisies enorm toe. Tegelijkertijd verschijnen steeds vaker berichten over mogelijk schadelijke effecten ervan op mens en milieu. Voor Weleda, vanuit haar duurzaamheidsfilosofie, is dit voldoende reden om een onderzoek te laten uitvoeren naar de elektro-biologische belasting van haar medewerkers en van de producten die er worden bereid en zijn opgeslagen. Er werd beroep gedaan op Koen van Biesen van onderzoeksbureau Geo-phiscis.¹⁾

Belasting per werkplek

Drie kantoorplekken werden geselecteerd, representatief voor de diversiteit in het gebouw. Achtereenvolgend werd de blootstelling gemeten aan magnetische wisselvelden (van transformatoren, grondkabels, hoogspanningslijnen), aan laagfrequente elektromagnetische velden (van elektrische apparaten en bedrading in wanden en vloeren), en aan hoogfrequente elektromagnetische velden (van draadloze apparaten en van zenders zoals GSM, UMTS en militaire en civiele radarinstallaties). De elektro-biologische belasting liep per werkplek uiteen van sterk tot nauwelijks belast. Voor wat betreft de magnetische wisselvelden en de laagfrequente elektromagnetische velden bleken de maatregelen om tot een volledig acceptabel niveau te komen opvallend eenvoudig: het 'aarden' van de bureaus en het verschuiven van apparaten, elektrische bekabeling en transformatoren, verder van de werkplek

af. De hoogfrequente elektromagnetische velden bleken in hoofdzaak afkomstig van het draadloos digitaal telefoonsysteem (DECT). Dit zendt permanent een stralingsveld uit via de *repeaters*. Deze vaststelling leidde tot het besluit om zoveel mogelijk op vaste telefoons over te gaan en zenders uit te schakelen.

Weer in harmonie

Het onderzoek focuste zich vervolgens op de producten. Weer werden drie representatieve meetpunten genomen: twee opslag- en maceratie-ruimtes van oertincturen en een bereidingsruimte. Er werd geen noemenswaardige belasting vastgesteld van magnetische wisselvelden of laagfrequente elektromagnetische velden, wel een sterke belasting door de DECT *repeaters*. Hierop werden beide zenders in de bereidingsapotheek uitgeschakeld en alle draadloze telefoons werden vervangen door vaste; de zender bij de tincturenruimte op de begane grond werd verplaatst. Ten slotte werd ook gekeken naar de 'geopathische belasting' van de 'biosfeer' in de productieruimtes. Technisch opgewekte elektromagnetische velden (zoals hierboven) en storingsbronnen van natuurlijke oorsprong (zoals breuken en wateraders in de bodem) kunnen op den duur een negatieve invloed uitoefenen op het subtiele natuurlijke evenwicht in het veld van de aarde. De techniek veroorzaakt hierin resonanties die een storende werking hebben op de biosfeer in de genoemde ruimtes. Besloten werd om de geopathische stralingsbelasting (continu) te laten neutraliseren door *Geo-Phiscis* en een optimale biosfeer te creëren in de productieruimtes.

Geopathische biosanering staat wetenschappelijk nog ter discussie. Weleda liet daarom onderzoeken of een verschil in therapeutische werking is vast te stellen tussen een geopathisch belastende tinctuur en een geneutraliseerde. Een arts testte

– door middel van VAS-polsdiagnostiek²⁾ – de werking van drie Weleda-tincturen in een gebliende setting. Telkens werd vastgesteld dat de therapeutische werking van de geopathisch geneutraliseerde proefmonsters sterker was dan die van de niet-geneutraliseerde proefmonsters. Hoewel het verschil niet heel groot was, was het toch duidelijk aanwezig en waren de resultaten consistent bij alle zes onderzochte patiënten. Het onderzoek wordt voortgezet. •

Ingrid van Berckelaer, apotheker



Geen paradigmawisseling nodig

v. Biesen: 'Als men zou inzien dat we voorzichtig moeten zijn met straling, dan zou dat al een grote stap zijn. Helaas hebben we nog geen totaaloverzicht van de wijze waarop het lichaam omgaat met stralingsbelasting. Dat te doorgronden vraagt een verbreding van ons huidige wetenschappelijke paradigma. In de essentie vraagt het een omkering in denken: wij zijn een energieveld waarin ons fysieke lichaam zich manifesteert.'

v. Gils: 'Om het overheidsbeleid te wijzigen is geen paradigmawisseling nodig. Er is al zoveel onderzoek gedaan en ook gepubliceerd. Daaruit blijkt dat elektromagnetische velden lichamelijke effecten veroorzaken. Of je je dat

Tips van Van Gils:

Bij het contact maken en het uitschakelen van je mobiel, is de straling het sterkst. Houd het toestel dus niet te dicht bij je oor, maar een stukje er vandaan. En liever niet bellen in een volle trein. Niet alleen vanwege het sociale ongemak, maar ook om jezelf én je medepassagiers te beschermen. Tijdens het gesprek wordt de straling namelijk tot acht keer versterkt.

Wetenschappelijk tijdschrift bedolven onder kritiek



Een les in Tibetaanse geneeskunde

Het wetenschappelijke tijdschrift *Nature* zorgde in december voor enorme commotie toen het een bijlage uitbracht met als thema 'Traditionele Aziatische medicijnen'. De protesten uit wetenschappelijke kringen waren talrijk: hoe kon een blad met zo'n goede reputatie aandacht besteden aan kwakzalverij? De hoofdredactrice van *Nature* was hier al op voorbereid, want zij begint haar redactioneel met te vertellen dat de redactie in eerste instantie nogal sceptisch was toen dit plan ter sprake kwam. Feit is, dat er vooralsnog slechts van twee medicijnen uit deze 'groep' wetenschappelijk is bewezen dat ze werken (voor malaria en leukemie). Maar zij is ervan overtuigd dat dit in de toekomst zal veranderen. De onderzoeksmethodes worden steeds verfijnder en uiteindelijk zal men ook in staat zijn om (bijvoorbeeld) deze traditionele medicijnen, waarvan niet één identiek is aan de ander, op een natuurwetenschappelijke manier te benaderen. En misschien lukt het dan om de moderne wetenschap enig inzicht te bieden in de holistische benadering van een geneeskunde die al duizenden jaren bestaat.

Bron: *Trouw*/2011/11/21; http://www.nature.com/nature/outlook/asian_medicine/index.html

Maagzuurremmers voor baby's: te vaak, te snel

In 2010 plaatste NRC Handelsblad een bericht over de stijging van het aantal recepten voor protonpompremmers (PPI's) voor jonge kinderen. Men maakte zich zorgen: in één jaar was dit met 20 procent gestegen. Ook de pediatrie gastro-enteroloog Eric Hassall heeft nu de alarmbel geluid. In een Amerikaans wetenschappelijke tijdschrift waarschuwt hij voor het gemak waarmee deze middelen worden voorgeschreven en het veelvuldig gebruik hiervan. Allereerst stelt hij dat er niet een oorzakelijk verband hoeft te bestaan tussen het vele huilen en het *gastro-esophageal reflux disease* (GERD). Dat een baby vaak overgeeft, is ook een gevolg van zijn (naar verhouding) korte slokdarm en zijn maag die zich slecht kan uitrekken. In combinatie met de relatief grote porties melk die het kind binnen krijgt, is het resultaat vaak dat hij moet overgeven. Hassalls grootste bezwaar tegen de protonpompremmers is dat deze de functie van het maagzuur van het kind verstoren en daarmee zijn natuurlijke verdediging tegen infectie. Onder kinderen die deze PPI's gebruiken komen bijvoorbeeld vaker pneumonieën voor.

Bron: *Medisch Contact*: 2011/11/04



Juan Gris

Rugpijn en yoga: goede combinatie

Britse artsen hebben vastgesteld dat dagelijkse yogaoefeningen goed helpen tegen chronische lage rugpijn. In ieder geval beter dan de standaardbehandeling met instructies en oefeningen die door henzelf worden geadviseerd. Een groep van 300 werkende vrouwen, van middelbare leeftijd - met minstens tien jaar last van rugpijn - werd opgesplitst in twee groepen. De ene kreeg de standaardbehandeling, de andere deed twaalf weken lang, iedere dag, yogaoefeningen. Na drie maanden bleek dat in de yoga-groep de klachten aanzienlijk verminderden, gemeten op een schaal die onder andere meet hoe snel iemand kan lopen en hoe goed zij klusjes rond het huis kan doen. Scoorden de vrouwen met de standaardbehandeling 1,2 punten verbetering na drie maanden, bij de yogadames was dat 3,6. Na een half jaar nam het effect af, maar de verklaring hiervoor is dat een aantal dames ook thuis stopte met hun oefeningen. De conclusie van de onderzoekers is dat yoga over het algemeen een veilige manier is om pijn in de rug aan te pakken.

Bron: *Annals of Internal Medicine*: 2011/09 p.p. 569-578

Niet te veel en niet te weinig

Het advies om minder zout te eten omdat het zou kunnen leiden tot hart- en vaatziekten, heeft in Nederland succes gehad. Geen voedingsfabrikant meer die niet aan zoutreductie doet. De schaduwzijde van deze 'beweging' is onlangs aangetoond door een onderzoek. Aanleiding was het verschil van mening tussen wetenschappers over het effect van een zoutarm dieet: verlaagde dit daadwerkelijk de bloeddruk en voorkwam dit hart- en vaatziekten, zoals beweerd? Aan het onderzoek deden ongeveer 29.000 mannen en vrouwen mee, van 55 jaar en ouder en met een zorgelijke 'diabetes mellitus' of met hart- en vaatproblemen. Uiteindelijk bleek dat een toename van meer dan zeven gram zout per dag de kans op hartfalen vergrootte, wat geen verrassing was voor de onderzoekers. Maar dat met een natriumexcretie van minder dan drie gram hetzelfde gebeurde, was dat wel. Voorlopig zal echter geen overheids campagne worden georganiseerd om hartpatiënten te waarschuwen voor een te weinig aan zout. Wel maakt men zich een beetje zorgen over wat het (sterk) verminderen van de zoutinname onder 'gezonde' mensen voor effect zou kunnen hebben.

Bron: *Medisch Contact* 2011/66/49; *JAMA*/2011/1729



Ernstig incident

Wat internetdeskundigen al jaren geleden voorspelden, gebeurde in Duitsland: door een fout in de beveiliging konden ruim 2500 medische dossiers van zwaar psychiatrische patiënten uit verschillende instellingen door iedereen zonder probleem worden bekeken en gekopieerd. Het duurde maanden voor dit werd ontdekt, waarna direct een onderzoek is gestart. Men gaat er niet van uit dat er opzet in het spel is, toch worden de protesten tegen de geplande *e-Card* steeds sterker. Met deze kaart hebben in de toekomst ruim zeventig miljoen patiënten toegang tot hun eigen medische dossier op internet. De angst dat criminelen er in zullen slagen om toegang te vinden tot deze site en met gegevens aan de haal gaan, is nu groter dan ooit.

Bron: *Gesundheit Aktiv*: 2011/12

* De *e-Card* is een elektronische zorgverzekeringpas, met een digitale handtekening, waardoor deze ook kan worden gebruikt als identificatiepas.

Uitwendige therapie

Dit boek is te koop via www.verpleegkundigepraktijk.nl en www.wikkelfee.nl /ISBN 9789081549394 Zie ook het artikel van Toke Bezuijen in het *Weleda Artsen Forum*/ herfst 2011, nr. 52: "Veilig gehecht. Een opgave voor het leven"



Hitparade van gezondheidsklachten

Van alle Nederlanders blijkt gemiddeld 8,3% jaarlijks last te hebben van eenvoudige gezondheidsklachten: aanzienlijk meer dan in 1995. Al zestien jaar lang wordt hier, in opdracht van Nprofarm, door een bureau onderzoek naar gedaan en ook naar het middel dat wordt gebruikt om te herstellen van de betreffende klacht. Duidelijk is dat er sprake is van een 'Top Vier' van klachten, die al jaren bovenaan de lijst staat: *Hoofdpijn* (54%), *Neusverkoudheid* (54%), *Spier- en Gewrichtspijn* (48%) en *Hoesten* (44%). Verdwenen uit de lijst zijn: *Griep* en *Last van Insectenbeter*, daarvoor in de plaats kwamen *Vermoeidheid* (33%) en *Rugpijn* (43%).

Ook wat betreft het voorschrijfgedrag van artsen op dit gebied is er niet veel veranderd. Nog steeds worden er voornamelijk receptgeneesmiddelen geadviseerd, terwijl zelfzorgmiddelen hier ook vaak uitkomst kunnen bieden. Vanuit het oogpunt van 'beheersing van de zorgkosten' heeft de opdrachtgever van het onderzoek dit punt op de agenda gezet om te bespreken met zorgverzekeraars en andere belangrijke partijen.



Bron: *Z3*/2011/12/04

VERRASSENDE TOEPASSINGEN UIT HET VADEMECUM

Het *Vademecum* is een internationale 'Materia medica' van antroposofische geneesmiddelen, op basis van *evidence-based practice*, uit ingezonden ervaringsberichten van antroposofische artsen.

Absinthium, herba, infusum Ø (=D1)/Resina Laricis D3 aa

Bij Pollinose

Deze toepassing heeft in het *Vademecum* de status 'standaardtherapie' gekregen, op basis van de ruime ervaring. Verlicht snel (binnen enkele uren) jeukende ogen en prikkende neus bij ca. de helft van de Pollinose-patiënten, in het bijzonder bij *asthenische habitus*.

Dosering:

In het pollenseizoen: 5-10 druppels meermaals daags, kinderen: 3-7 druppels Ter preventie: 1 maal daags, start: 2-6 weken vóór het seizoen

Recent opgenomen indicatie:

Preventie van griep en ademhalingsweginfecties bij volwassenen in de winterperiode

Voornamelijk effectief bij risicovolle ouderen met een 'slanke' constitutie en een verzwakte warmteorganisatie, en bij jongvolwassenen met een 'ronde' constitutie en afgrenzingsproblemen.

De werking wordt merkbaar binnen één tot twee winters; in het uitblijven van infecties, respectievelijk het wezenlijk lichter verloop ervan; een warmer gevoel en minder vermoeidheid.

Dosering: 1-2 maal daags 15 druppels

OERRITME

Eenige tijd geleden heeft een groep onderzoekers, verbonden aan de antroposofische geneeskundige praktijk Chrysalis Harlemlville (USA), een onderzoek gedaan naar de dynamiek van oceaangolven. Men vroeg zich af of deze mogelijk overeenkomt met de craniale ritmische impulsen (C.R.I.)¹⁾ van het centrale zenuwstelsel en zo ja, in hoeverre? Deze vragen werden gesteld in het kader van een omvattender onderzoek, waarin het microkosmische van de mens wordt vergeleken met het macrokosmische van de oceanen en de mogelijke relatie van beide tot de krachten van de zon.

Er werd op drie verschillende plaatsen aan de *Pacific Ocean* gemeten en op verschillende momenten van de dag. De metingen betroffen het aantal golven per minuut, het aantal seconden tussen twee elkaar opvolgende golven in die 'minutencyclus' én de hoogte.

Op grond van de resultaten zijn de onderzoekers tot de conclusie gekomen dat in de oceaan een onderliggende, constant pulserende beweging is waar te nemen, die niet wordt veroorzaakt door de wind. Op rustige dagen zijn dat zeven à acht pulsaties per minuut, met een pauze tussen twee golven van 7,4 seconden. Volgens de onderzoekers is de overeenkomst met het gemiddelde aantal hartslagen per minuut treffend en is hier sprake van een 'kosmische kracht'.



Bron: *Der Merkurstab*/2011/6 pp. 621

1) Term uit de Osteopathie

Elektrosmog: een continue wolk

Meer en meer zijn elektromagnetische golven onze westerse leefomgeving binnengeslopen. Het toenemend gebruik van allerlei draadloze toestellen heeft de laatste jaren wel de vraag opgeroepen of hieraan gezondheidsrisico's kleven. Een kort overzicht van enkele standpunten.

Peter Staal, huisarts



wordt de opwarming van de hersencellen als minimaal beschouwd en niet relevant om gezondheidsschade te kunnen geven.

Wat betreft het effect op lange termijn: hierbij is vooral gekeken of er een carcinogeen effect bestaat *tijdens* het mobiele bellen, waarbij de energie van de straling in het hoofd-halsgebied wordt geabsorbeerd. Op dit terrein is veel onderzoek gedaan en de eindconclusie van de WHO was, dat er weliswaar een gestegen kans is op het krijgen van hersentumoren (gliomen: ongeveer 10%), maar dat de uitkomsten door de grote hoeveelheden aan bias in het onderzoek niet zonder meer eenduidig zijn.

Niettemin gaat de WHO er nog altijd van uit dat terughoudendheid geboden is en dat er verder onderzoek gedaan moet worden naar de 'potential adverse health risks of mobile phones'.¹⁾

Concrete aanbevelingen

Wat is de mening van antroposofische artsen over elektromagnetische golven? Het blijkt dat zij absoluut gevoelig zijn voor het idee dat elektromagnetische golven gezondheidsrisico's met zich mee kunnen brengen. Dit op grond van het feit dat in de vier niveaus van waaruit het antroposofisch mensbeeld is opgebouwd, een vitaliteitcomplex bestaat dat in samenhang wordt gezien met de plantenwereld. Als planten gevoelig zijn voor Wifi-straling – hetgeen overtuigend werd aangetoond door de Universiteit van Wageningen in 2010 – dan is het zeer waarschijnlijk dat dit ook geldt voor de levenskrachten van de mens. Dit wil niet zeggen dat dit meteen tot iets ernstigs leidt. Er zijn antroposofische artsen die folders meegeven met algemene waarschuwingen, waarbij men wordt geadviseerd om straling zo mogelijk te vermijden. De aanbevelingen zijn zeer concreet: in samenwerking met www.stralingsrisico.nl is zelfs een diagnostische module opgezet om te kijken of klachten na dagen stralingsarme omgeving verbeteren. De toename in de dagelijkse medische praktijk van veel vage klachten bij volwassenen, zoals hoofdpijn, slaapproblemen, vermoeidheid, oorsuizen, tintelingen, hartkloppingen en misselijkheid, zouden hiervan mogelijk het gevolg kunnen zijn. (Voor kinderen geldt de waarschuwing extra sterk.)

De mogelijkheid van het ontstaan of versnellen van degeneratieve ziekten door straling past logischerwijs in het denkkader van de antroposofische geneeskundigen. •

Tips van de WHO:

- Draag het mobieltje niet mee op het lichaam (ook niet stand-by).
- Schakel de Bluetooth van de laptop uit. In het algemeen geldt 'wired first', d.w.z. kabels hebben de voorkeur boven draadloos.
- Vervang de draadloze DECT-telefoon door een stralingsarme Full Eco-Mode Plus DECT of door een vaste telefoon. Zet het Wifi-systeem (draadloos internetmodem) 's nachts uit.
- Probeer 's nachts in de meterkast zoveel mogelijk elektriciteit uit te schakelen, vooral die in de slaapkamer. Dit is permanent mogelijk met een netvrijschakelaar.
- Verblijf enkele dagen of meer op een stralingsarme plaats en let op het verschil.

¹⁾ http://www.iarc.fr/en/media-centre/pr/2011/pdfs/pr208_E.pdf

²⁾ <http://www.wur.nl/NL/nieuwsagenda/nieuws/Bomen101120.htm>

Elektromagnetische golven worden vooral gebruikt bij radio en televisie-uitzendingen, bij het gebruik van magnetrons en bij mobiele telefonie, DECT- en Wifi-apparaten. Elektromagnetische golven brengen een magnetische trilling in een medium (lucht, water, maar ook in de ruimte), waardoor de trilling zelf als informatiedrager gezien moet worden. Hoe hoger de frequentie (VHF en UHF zijn Very en Ultra High Frequency), hoe korter uiteraard de golf.

Zoals er bij golven in water geen water wordt verplaatst, maar wel energie, zo kunnen elektromagnetische golven informatie overdragen. Het betreft dus geen ioniserende straling zoals röntgenstraling of gammastraling en deze golven kunnen dus ook geen chemische verbindingen verbreken. De straling kan, afhankelijk van nabijheid en hoeveelheid energie, wel weefsels opwarmen.

Van belang bij de mogelijke schade van de elektromagnetische golven is vooral ook de hoeveelheid energie die hierbij wordt uitgezonden. Van elektrogolven die ons omringen gaat een doorlopende activiteit uit, zowel van elektrische apparaten (laagfrequent) als van moderne apparatuur, waaronder ook de talrijke GPS-apparaten. Deze continue wolk van elektrogolven noemt men ook wel elektrosmog.

Energielevels veranderen overigens snel. Het lezen van een sms'je op 30-40 cm afstand bijvoorbeeld, geeft beduidend minder blootstelling aan elektromagnetische golven dan telefoneren aan het oor.

Terughoudendheid geboden

Wat vindt de WHO van elektromagnetische golven? Op de korte termijn, is de mening, zijn geen duidelijke verbanden te leggen tussen het gebruik van mobiele telefoons en gezondheidseffecten. Het gaat vooral om opwarming en de meeste energie wordt door de huid opgenomen. Daarbij

De lastige boodschap van Örjan Liebendörfer, directeur Internationale Marketing

De laatste jaren is er veel in beweging binnen de Pharmadivisie van Weleda. Artsen merken dat Weleda regelmatig gedwongen is om het geneesmiddelenassortiment te reduceren en soms prijzen te verhogen. Enkele leden van het management van Weleda Internationaal laten we in de komende nummers hierover aan het woord.

Majella van Maaren, arts

Mijnheer Liebendörfer, waarvoor bent u bij Weleda verantwoordelijk?

O.L.: 'Sinds 2005 ben ik verantwoordelijk voor de marketing van Weleda als Pharma-merk, en voor het merkmanagement in de verschillende competentiegebieden die Weleda heeft gedefinieerd.¹⁾ Daarnaast leid ik het *Steering-Team Pharmaceuticals*: een team professionals op diverse farmaceutische gebieden, zoals wet- en regelgeving, *Research & Development*, productie, kwaliteit, enzovoort. Ook productontwikkeling valt onder mijn verantwoordelijkheid.'

Om met de deur in huis te vallen: de 'Berichten aan aandeelhouders' meldt dat in 2009 besloten is tot een grote reorganisatie en strategiewijziging bij Weleda. Vanwaar dat besluit?

O.L.: 'De Weleda Cosmeticadivisie is sinds de jaren negentig enorm gegroeid. Dankzij een sterk toenemende vraag uit de markt naar natuurlijke producten die duurzaam geproduceerd zijn, is het cosmeticamerk Weleda definitief uit de nichemarkt²⁾ geraakt. Dat is zeer verheugend, maar hoewel de omzet stijgt, vereist deze nieuwe positie ook meer investeringen en tegelijkertijd zijn we kwetsbaarder in de markt geworden. De Cosmeticadivisie zal bijvoorbeeld, veel meer dan voorheen, geld moeten steken in het ontwikkelen van nieuwe producten om onze leidende marktpositie te behouden. De concurrentie zit intussen niet stil: onze markt is de laatste jaren sterk gegroeid, en dat blijft bij andere grote bedrijven niet onopgemerkt.'

Ingrijpende sanering onvermijdelijk

Wat betekent dat voor de geneesmiddelen?

O.L.: 'De Pharmadivisie heeft tientallen jaren de verkoopprijzen van de geneesmiddelen bewust laag gehouden, om deze zoveel mogelijk beschikbaar en bereikbaar te houden voor patiënten. Dat was alleen mogelijk dankzij het succes van de Cosmeticadivisie.

Maar de tijden zijn veranderd en in 2005 was al duidelijk dat we deze situatie onmogelijk konden laten voortduren, omdat het geneesmiddelenassortiment kostenverslindend groot was geworden en het intussen niet goed ging met het bedrijf als geheel. Het gevolg is dat het assortiment binnenkort nogmaals kritisch onder de loep moet worden genomen. Daarnaast zijn organisatorische veranderingen dringend noodzakelijk.'

Hoe is deze situatie ontstaan?

O.L.: 'Als een arts vroeger verzocht om een geneesmiddel met een speciale samenstelling, dan werd aan die vraag zoveel mogelijk tegemoetgekomen. Dat was eigenlijk een ongekende luxe en mede daardoor hebben we nu zo'n enorm assortiment in de industriële productie. Tegelijk is de regeldruk in vrijwel alle landen exponentieel toegenomen. Alle productiestappen, van grondstoffenverwerking en bereiding tot het verpakken, moeten worden gecontroleerd en gemonitord. Per geneesmiddel zijn talloze laboratoriumtests noodzakelijk.

Tel daarbij op dat in elk land, ook binnen de EU, verschillende regels gelden waaraan wij ons moeten houden. Eén enkel middel kan in verschillende samenstellingen en verpakkingen op de assortimentslijst staan, afhankelijk van het land waarvoor het is bestemd. En dan de registratie-eisen: daarvoor zijn peperdure studies vereist. En ja, de eisen daarvoor zijn in elk land ook



Örjan Liebendörfer

weer anders. De inefficiëntie die al deze wet- en regelgeving met zich meebrengt is enorm.

Een andere factor is dat Weleda, ondanks het succes van de cosmetica-producten wereldwijd, door verschillende oorzaken verlies heeft geleden, onder meer door de sterke Zwitserse frank.'

Hoe nu verder?

O.L.: 'Naar mijn mening is het onverantwoord om in deze tijd de Pharmadivisie volledig afhankelijk te houden van de Cosmeticadivisie. We móeten dus maatregelen nemen als we in de toekomst de beschikbaarheid van antroposofische geneesmiddelen zeker willen stellen. Enerzijds zullen we vooral onze kansen moeten verzilveren, bijvoorbeeld door bepaalde middelen binnen onze competentiegebieden veel nadrukkelijker internationaal te vermarkten. Weleda heeft een aantal uitstekende OTC-middelen die zeer kansrijk zijn als zelfzorgmiddel en tegelijk goed passen binnen een behandeling door de arts, al dan niet aangevuld met individueel voorgeschreven middelen. Ook kan Weleda zich als geneesmiddelmerk hiermee goed profileren. Anderzijds zullen interne reorganisaties, zoals op het gebied van productie-efficiëntie, de kosten moeten reduceren. En ja, het geneesmiddelenassortiment zal binnenkort worden verkleind: pijnlijk maar vermoedelijk onvermijdelijk. We doen dat zoveel mogelijk in overleg met voorschrijvende artsen. Natuurlijk zullen we proberen om zoveel mogelijk middelen beschikbaar te houden. Nee, ik kan nog niet zeggen hoeveel middelen geschrapt moeten worden en welke dat zullen zijn. Maar zodra we meer weten, maken we dat bekend.' •

¹⁾ *Griep & Verkoudheid, Stress & Slaap, Huid & Bewegen en Oogzorg*

²⁾ Een nichemarkt is een specifiek afgebakend deel van de markt.

Ont-verlammen

Netty is 38 jaar. Ze heeft een goede baan, is getrouwd, heeft kinderen en is bang. Bang voor het verlies van haar baan, bang voor haar gezondheid, angst het allemaal niet aan te kunnen, dat anderen iets zal overkomen. Objectieve redenen zijn niet altijd voorhanden, maar om het nu allemaal irreële angsten te noemen, zou betekenen dat je de tijdgeest niet goed leest. Bewustwordingsprocessen en technische ontwikkelingen van onze cultuur hebben ook hun schaduwkanten.

Hoe gaan wij artsen daarmee om?

Peter Staal, huisarts en antroposofisch arts



Wie kent het niet: het gevoel spreekuur te houden, maar helemaal niet bezig zijn met echte ziekten, maar met de afgeleiden ervan. Tegenwoordig heeft het bij tijd en wijle het karakter van een vragenuurtje, waarbij allerlei angsten en mogelijkheden de revue passeren. Niet onbegrijpelijk, want het is ook de tijdgeest. Wat mij als arts wel aan het denken zet, is dat er soms een enorme kloof gaapt tussen bezorgdheid en zorgzaamheid. Mensen zijn soms heel bezorgd over hun gezondheid, maar het lukt ze dan niet om zorgzaam te zijn voor zichzelf of hun kinderen en grip te krijgen op hun handelen. Ongezonde voeding en te weinig beweging zijn niet voor niets de maatschappelijke bekende hoofdproblemen, waar geen cholesterolremmer of bloeddrukverlager tegenop kan. Dat is ook niet zo vreemd, want door alles wat op ons afkomt, raken veel mensen verlamd. Moet je je GSM niet meer gebruiken, omdat er op de hoek een UMTS-mast wordt geplaatst? 'Je doet er toch niets aan!', wordt dan schouderophalend gezegd.

Aan ons artsen de dankbare taak om deze maatschappelijke fenomenen te lezen en (zo mogelijk) te behandelen. Ik heb maar eens een uitdraai gemaakt van wat ik het afgelopen jaar het meest heb voorgeschreven, om te zien of ik indirect daaraan kan aflezen wat ik als arts de samenleving 'schenk' en wat ik denk dat mijn patiënten nodig hebben. Zo'n uitdraai is een beeld van wat de tijdgeest vraagt van de mensen en waar het aan hen knaagt. Ik raad het iedereen aan.

Effect duidelijk herkenbaar

In mijn top tien? Bovenaan staat Chelidonium comp. en even verder Hepatodoron, beide middelen voor de lever. Hiermee vita-

liseer je dit orgaan, activeer je de uitscheiding van de gal en dus de afvalverwerking. Tevens bevorder je een gezonde slaap en de 'levenskracht'.

Je ont-verlamt de mens er een beetje mee. Ook hoog op de lijst: Arnica olie en Magnesium phosphoricum voor het bewegingsapparaat: daar waar het te hard is gegaan (trauma's en sportletsels) en daar waar het vastloopt (tendinitis en RSI klachten).

Dan enkele middelen voor infecties: Infludo, Echinacea comp. en Apis/ Belledonna. Dat is logisch, want als je lang hoest of je kind heeft oorpijn, ga je natuurlijk even naar de dokter. Het gaat hier vaak om concreet aanwijsbaar gesnotter, waarbij het afweersysteem even een ondersteuning nodig heeft. Dan Bryophyllum/conchae en Ferrum sidereum/ Prunus. Iets voor gevoelige of allergische mensen en om weer goed in je lijf te komen, na een trauma of narcose. Kort gezegd: een middel 'om de ramen dicht te doen', gevolgd door een middel 'om de kachel weer aan te doen'.

En: Aurum/hyoscyamus comp., hét middel voor angsten en paniekstoornissen. Opvallend is dat mensen die ooit Aurum voorgeschreven kregen, hier vaak naar terugvragen. Kennelijk is het effect ervan duidelijk waarneembaar.

Zo ook bij Netty. Als ze weer even wat minder angstig is en wat ondersteuning krijgt door middel van gesprekken, therapie en geneesmiddelen, kan ze het vaak weer langere tijd aan en lijkt ze moed gevat te hebben. Maar de tijdgeest is een weerbarstig gegeven en duiveltjes en gewetensvragen blijven rammelen aan de poort. Periodes van verlamming en ontverlamming wisselen elkaar af. Over tijdgeest gesproken: maar goed dat er nog geneesmiddelen en dokters zijn! •

COLOFON NUMMER 54, LENTE 2012

Redactie: Angela van Bennekom, Ingrid van Berckelaer, Hans Nijjens, Hanneke Steutel (eindredactie)

Redactieraad: Arie Bos, Marko van Gerven, Majella van Maaren, Peter Staal

Fotografie: Dreamstime, Michael Leuenberger, Michiel Wijnbergh, istockphoto en de Weleda Groep

Correctie: Michel Gastkemper

Vormgeving: Jurjen Buurmans

Het Weleda Artsen Forum is een uitgave van Weleda Benelux SE en verschijnt viermaal per jaar, met als doel te berichten over actuele ontwikkelingen, onderzoek en ervaringen op medisch gebied, en over productontwikkeling m.b.t. Weleda-geneesmiddelen. Reacties en verzoeken om tekstovername naar: Weleda Benelux SE, Postbus 733, 2700 AS Zoetermeer, tel. (079) 3631334 (of medisch@weleda.nl). Zie ook: www.weleda.nl/medisch

