

## Klassieke homeopathie en psychische klachten

Mensen die "niet lekker in hun vel zitten" zullen niet direct denken dat ze bij een klassiek homeopaat terecht kunnen met hun klachten. Meestal komen zij, als de klachten ernstig zijn, bij een psycholoog of psychiater terecht. Maar naast de hulp van deze reguliere hulpverleners kunnen deze mensen ook heel goed begeleid worden met homeopatische middelen.

Als homeopaat kijk ik niet alleen naar de klachten van de persoon, maar naar het hele plaatje. Hoe ervaart hij/zij het leven en de gebeurtenissen die plaats vinden. Hoe is de reactie erop. Welke lichamelijke klachten zijn aanwezig.

Ik probeer ook de oorzaak te vinden, die kan liggen in de erfelijkheid, de opvoeding, emotionele gebeurtenissen, zwangerschap, een ongeluk, vaccinatie, ziektes, etc.

Ieder mens heeft zijn eigen manier van reageren op het leven en als homeopaat kijk ik juist naar die individualiteit. Ik zoek een passend homeopatisch middel bij die persoon.

Psychische klachten kunnen heel erg uiteenlopen. Voorbeelden hiervan zijn:

- Burn-out ten gevolge van jarenlange overbelasting en/of vernedering, teleurstelling op het werk of in het gezin.
- Depressie ten gevolge van heftige emotionele gebeurtenissen, bijvoorbeeld bij het verlies van een geliefd persoon.
- Drukke of dromerige kinderen, die niet goed kunnen meekomen op school, bijvoorbeeld met de diagnose ADHD, ADD etc.
- Tieners en volwassenen met verlegenheid, angsten, zelfmoordgedachtes.
- Premenstrueel syndroom (PMS) en postnatale depressie bij vrouwen die erg gevoelig zijn voor hormoonschommelingen, meestal gecombineerd met bepaalde gebeurtenissen in het verleden.
- Dwangneuroses, zoals bv vaak je handen moeten wassen, dingen moeten tellen etc.

Ook als er geen diagnose bekend is, kan de homeopaat iemand begeleiden omdat deze behandelt op de persoon en niet op de ziekte.

Hieronder volgen enkele voorbeelden uit de praktijk.

Een jongetje van 11 jaar komt in de praktijk, omdat hij enorme driftbuien heeft, druk is en ongeconcentreerd op school. Hij slaapt slecht, heeft nachtmerries en plast vaak 's nachts in bed.

Hij gebruikt sinds een jaar ritalin. Hiermee voelt hij zich wat rustiger, vooral op school, zegt hij.

Hij is altijd al druk en snel afgeleid geweest en licht ontvlambaar, maar sinds een jaar of 2 is dit erger geworden en kregen zijn ouders het advies hem te laten testen. De ouders hebben dit laten doen en hier kwam uit dat hij ADHD heeft en werd geadviseerd hem ritalin te geven.

Toch zijn de ouders niet blij met de ritalin, omdat hij "anders" is geworden, de "lichtjes zijn uit zijn ogen", zegt zijn moeder. Maar ze weet ook niet meer wat ze moet.

Na 2 homeopatische middelen is er nog weinig gebeurd, behalve dat hij iets beter is gaan slapen en de driftbuien iets minder heftig zijn. De ouders beginnen eraan te twijfelen of zij wel door willen gaan met homeopathie, want ook hun zoontje staat niet te trappelen om steeds van alles over zichzelf te vertellen. Maar gelukkig gebeurt er na het 3<sup>de</sup> homeopatische middel veel meer. Hij wordt een week na het middel verkouden met flink veel snot, hoesten en koorts. Aangezien het niet gevaarlijk wordt laten de ouders hem uitzieken. In de weken erna wordt hij langzaam rustiger, slaapt veel beter en de nachtmerries verdwijnen. De driftbuien worden minder frequent en ook minder heftig. Hij kan zich beter concentreren. Het bedplassen blijft. Bij het volgende bezoek aan de praktijk krijgt hij even niets, omdat het eigenlijk nog steeds beter gaat. Ik spreek met de ouders af dat ze bellen als het minder gaat. Na 3 weken belt de moeder op dat hij weer slechter gaat slapen en weer drukker en driftiger wordt. Ze vertelt dat hij een week geleden erg boos is geweest op school, omdat hij onterecht de schuld kreeg van iets. Daarna ging het bergafwaarts. Blijkbaar kan hij de verbetering nog niet vasthouden. Zijn flexibiliteit is nog niet voldoende hersteld.

In de volgende 2 jaar heeft hij diverse herhalingen van het middel nodig gehad in diverse sterktes, gevolgd nog door een ander middel, omdat het bedplassen bleef aanhouden. Na 1 jaar durfden zijn ouders (na overleg met de psycholoog) de ritalin af te gaan bouwen. Het bleef goed gaan. Ook het bedplassen was gestopt.

Het gaat inmiddels goed met hem. Hij blijft een drukke jongen, die af en toe heftig boos kan worden, maar het is ook weer snel over en hij kan beter praten over de dingen die hem dwars zitten.

Hij kan zich een bepaalde tijd goed concentreren en moet dan even wat anders gaan doen. Hij weet beter ermee om te gaan. De aard van het beestje is hetzelfde, maar hij is nu veel beter in balans.

Het zou kunnen zijn dat het feit dat zijn klachten na zijn 9<sup>de</sup> jaar verergerd zijn, te maken hebben met de herhalingsvaccinatie die rond die tijd gegeven wordt. Verder is er niets ingrijpends gebeurd in die tijd.

### **Vrouw van 32 jaar, moeder van 3 kinderen, met depressieve klachten**

Ze is getrouwd en heeft 3 kinderen. Ze heeft momenteel geen baan meer buitenshuis. Ze heeft wel gewerkt als onderwijzeres tot haar 3<sup>de</sup> zwangerschap. Haar man heeft een goede baan en ze konden het zich veroorloven dat zij thuis zou blijven om voor de kinderen te zorgen. De kinderen zijn nu 7, 5 en 2 jaar oud. Het ging allemaal goed tot een jaar geleden. Haar ouders zijn toen gescheiden en hier heeft ze het heel moeilijk mee gehad. Haar ouders praten niet meer met elkaar en zij heeft het gevoel ertussen te zitten. Aan haar 2 broers heeft zij niet veel, want beiden wonen in het buitenland. Haar ouders praten wel met haar over hun problemen en ze heeft het gevoel dat zij alles moet oplossen en het wordt haar teveel.

Ze is vermoeid, snel geïrriteerd naar haar man en kinderen, heeft geen zin meer om met anderen af te spreken, alles is haar teveel. Ze heeft ook goede dagen, maar ze kan door iets kleins weer boos worden. Ze huilt vaak, slaapt slecht, is kouwelijk en heeft vaak hoofdpijn. De week voor haar menstruatie zijn haar klachten nog veel erger. Ze kan dan echt schreeuwen naar de kinderen en voelt zich daar later weer schuldig over en moet dan weer huilen. Haar man helpt haar zoveel mogelijk met de kinderen, na zijn werk, maar in haar ogen doet hij het ook niet goed. Ze beseft dat ze zichzelf niet is. Vroeger was ze veel gelijkmatiger en had veel meer veerkracht en humor.

Blijkbaar is ze uit balans geraakt door het verdriet over de scheiding van haar ouders, waarbij zij nu de rol van raadgever heeft en het gevoel heeft zelf niet meer terecht te kunnen bij haar ouders.

Ze krijgt een homeopatisch middel dat bij haar past, bij haar klachten, hoe ze zich voelt, het verdriet als oorzaak. Ze komt na 6 weken terug en vertelt dat ze zich de dag na inname van het middel gelijk energiever en opgewekter voelde. Alle klachten werden minder, ze ging ook weer beter slapen. Dit hield ongeveer een maand aan. Daarna begon het weer af te zakken. Ik geef haar een herhaling van het middel, in een wat hogere sterkte. Ik zie haar weer na 6 weken en ze voelt zich veel beter. Ze heeft het gevoel dat ze zichzelf weer is. Ze krijgt nu niets en ik spreek met haar af, dat ze me belt als het langer dan 2 weken weer slechter gaat. Ze heeft nog een paar keer een herhaling nodig gehad. Het gaat nu goed met haar. Ze heeft weer veerkracht en kan met de drukte van haar leven goed omgaan. Ook in de houding naar haar ouders is iets veranderd. Ze trekt duidelijker haar grenzen en vraagt ook weer om hulp aan haar ouders als ze dit zelf nodig heeft.