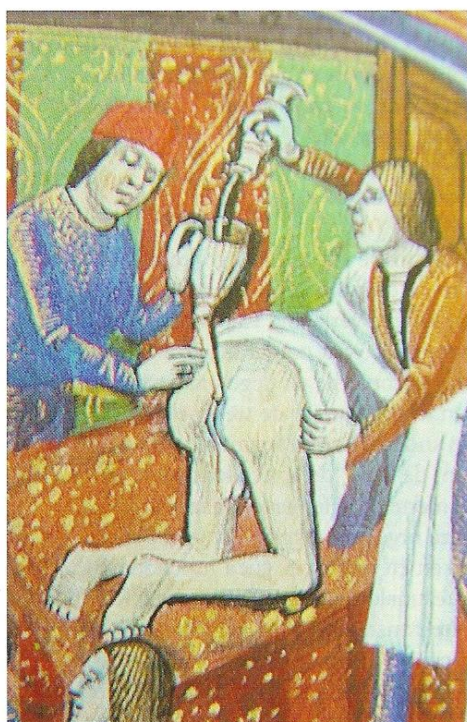




COLON-HYDROTHERAPIE

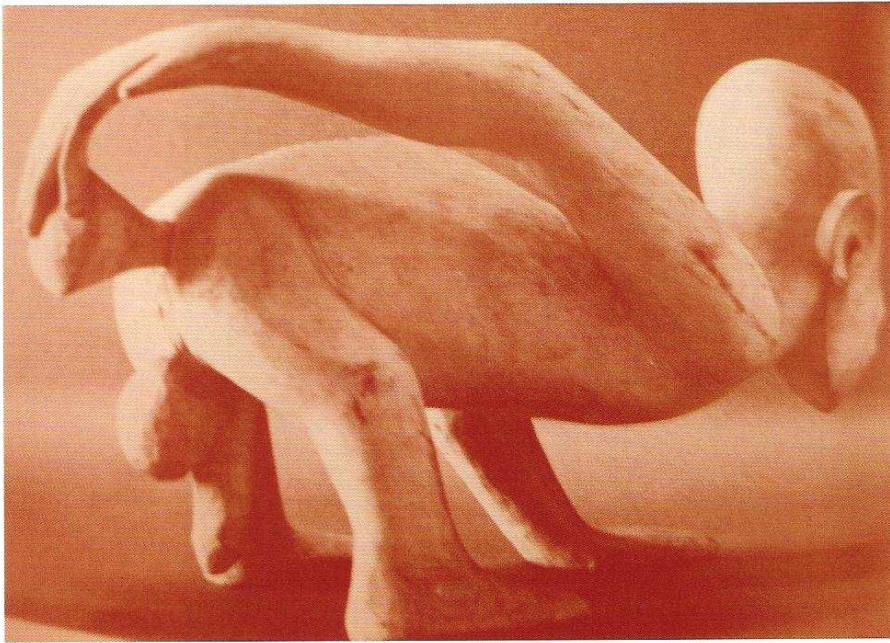
GESCHIEDENIS



(afb.1)

De geschiedenis van de colon-hydrotherapie gaat duizenden jaren terug. Al rond 400 v. Chr. bestond de lavementbehandeling, een oudere behandelwijze van de darm. Hippocrates (4e en 5e eeuw v. Chr.) schreef deze methode voor als koortstherapie. In de 2e eeuw n. Chr. onderkende Galen dit ook, en hij was dan ook een fervent voorstander van het lavement.(afb.1) Rond 1500 werd het lavement beschreven als een geneeskundige behandeling, waarbij een infuus van waterige substanties via de anus in de dikke darm werd gebracht. In 1600 bracht Knip voor het eerst onderscheid aan tussen de populaire lavementbehandeling en colon-hydrotherapie. Ongetwijfeld werden de lavementen ook in andere werelddelen gebruikt, waar het beeldje uit Kameroen duidelijk blijkt van geeft. (afb.2) Op deze manier werden medicinale kruiden in het lichaam gebracht.

De colon-hydrotherapie heeft door de eeuwen heen perioden van populariteit en perioden van weerstand gekend, die elkaar afwisselden. De weerstand die er gedurende perioden tegen heerste, is vooral te wijten aan het uitoefenen van de therapie door mensen die geen kennis van zaken hadden. Een behandeling vraagt natuurlijk de nodige kennis. Door misvattingen en misverstanden heeft de controversie lang geheerst. En door gebrek aan professionele controle en studie op dit gebied heeft de colon-hydrotherapie nooit de aandacht en de erkenning gekregen die zij verdient. Nu, in het jaar 2004, kan de colon-hydrotherapie door moderne, technologische ontwikkelingen, een veilige en waardevolle modaliteit zijn voor de arts en CAM-therapeut bij het behandelen van ziekten.



(afb.2)

DE BEHANDELING

De gemiddelde duur van een behandeling bedraagt ongeveer 45 minuten. Er wordt eerst een buisje in het rectum van de patiënt aangebracht, dat is verbonden aan een plastic slang die weer aan de colon-hydrotherapie-machine is gekoppeld. Het water komt uit de machine en bereikt via de slang en het rectum de gehele darm van de patiënt. De hoeveelheid en de temperatuur van het water dienen door de colon-hydrotherapeut nauwlettend in de gaten gehouden en naar de omstandigheden aangepast te worden. Het is zeer belangrijk dat de juiste hoeveelheden water worden gebruikt. Als de therapeut teveel water gebruikt kan de behandeling ongemakkelijk of zelfs pijnlijk zijn, en kan dit tot negatieve resultaten leiden. Als de behandeling goed wordt begeleid zou het niet pijnlijk of ongemakkelijk moeten zijn.



De darm van de patiënt wordt tijdelijk gevuld met een bepaalde hoeveelheid water, aangepast aan de individuele tolerantie. Het water veroorzaakt peristaltische samentrekkingen in de darm, waardoor de patiënt zal beginnen de faecaliën door een speciale slang te verdrijven. De substantie gaat terug naar de machine, en is via een doorzichtige plastic buis duidelijk zichtbaar. Het is erg interessant om te zien wat er tijdens een normale colon-hydrotherapie-behandeling zoal wordt verdreven... Men kan slijm, parasieten en zeer oud faecesmateriaal door deze buis zien komen. Dit oude materiaal kan jarenlang in de darm van de patiënt hebben gezeten. Het lijkt op ge vulkaniseerd rubber, en heeft ook deze consistentie. De patiënt kan tijdens de behandeling een sensatie van warmte ervaren, wat toe te schrijven is aan de aanwezigheid van toxines in de faecaliën.

Terwijl de patiënt de darmbehandeling ondergaat, masseert de therapeut diverse delen van de buik, met een lichte druk, om te helpen in de verschillende gebieden van de darm de faecaliën los te maken en uit te scheiden. De darm van de patiënt wordt door de behandeling gedwongen om

harder te werken, wat een belangrijke eerste stap is in het herstellen van de normale peristaltische activiteit van de zieke darm.

WIE KOMEN ER VOOR IN AANMERKING?

De behandeling is voor veel mensen geschikt. Eigenlijk voor iedereen waarvan de buik is opgezwollen, die gaspijnen of maagpijnklachten heeft, of die zeer snel een vol gevoel heeft na het eten en slechts kleine hoeveelheden tegelijk kan eten.

Daarnaast kunnen mensen

met allerlei huidproblemen, zoals acné, psoriasis, eczeem, enz., profijt hebben van de behandeling. De huid is uiteindelijk het grootste excretieorgaan van het lichaam. Als de darm te traag werkt of verstopt is belemmert dit de uitscheiding van toxinen uit de darm. De huid moet dan als belangrijk excretieorgaan meer werk verrichten. Een ongezonde huid is gewoonlijk een teken van een ongezonde darm. Het behandelen van de huid met behulp van grote hoeveelheden antibiotica, huidzalf of andere medicijnen zal de problemen niet verminderen zolang de oorzaak van het probleem niet wordt opgelost.

CONSTIPATIE

Constipatie is een belangrijke oorzaak van auto-intoxicatie. Constipatie draagt bij tot een verlaging van de lichaamsweerstand, wat ontvankelijk maakt voor vele chronische en degeneratieve processen. Het verhoogt de werkbelasting van de andere excretieorganen, zoals de nieren, de huid, de lever, de longen, en het lymfestelsel. Het gevolg daarvan is dat deze organen uitgeput en overwerkt raken en niet meer goed functioneren. Intestinale constipatie veroorzaakt cellulair constipatie. Het cellulair metabolisme wordt traag, waardoor de reparatie en de groei van cellen vertraagd wordt. Tevens hebben de cellen hierdoor te weinig capaciteit om afvalmaterialen te elimineren. In plaats van levendig en actief worden de cellen inactief en sterven af.

Dit proces resulteert in een daling van de weefsel- en orgaanfunctionaliteit. Een proces dat zwaar onderschat wordt.

GIFSTOFFEN

Auto-intoxicatie wordt gedefinieerd als 'vergiftiging van het lichaam, of een deel van het lichaam, door giftige stoffen'.

Een aantal jaar geleden was er in Londen een bijeenkomst van 57 vooraanstaande artsen uit heel Groot-Brittannië waar het probleem van auto-intoxicatie door een slecht functionerende darm uitgebreid besproken werd. De volgende 22 giftige stoffen, zoals die voorkomen in een giftige darm, werden geïdentificeerd:

<i>Phenol</i>	<i>Ammonia</i>
<i>Cadaverin</i>	<i>Methylgardinine</i>
<i>Agamatine</i>	<i>Indican</i>
<i>Indol</i>	<i>Indoethylamine</i>
<i>Sulphurretted hydrogen</i>	<i>Sulpherroglobine</i>
<i>Cresol</i>	<i>Ptomarropine</i>
<i>Butyric Acid</i>	<i>Pentamethylendiamine</i>
<i>Methylmercaptan</i>	<i>Sepsin</i>
<i>Muscarine</i>	
<i>Botulin</i>	
<i>Putrescin</i>	
<i>Urrobilin</i>	
<i>Histidine</i>	

Sommige van deze stoffen zijn erg actief en kunnen zelfs in zeer kleine hoeveelheden de schadelijkste gevolgen hebben. In veel gevallen sijpelen deze toxinen uit de darm om de rest van het lichaam te vergiften. Deze stoffen kunnen op tal van manieren je gezondheid beïnvloeden. Enkele voorbeelden daarvan zijn:

- * Het hart wordt verzwakt en gestresst;
- * Het beïnvloedt de huid; geeft o.a. bleekheid, psoriasis, levervlekken, rimpels;
- * Het irriteert de longen en veroorzaakt een slechte adem;
- * Het beïnvloedt de gewrichten; veroorzaakt pijn en stijfheid;
- * Het beïnvloedt de spieren; veroorzaakt ernstige vermoeidheid en zwakte.

Als de darm vergiftigd is kan dit ook weer een haven worden voor een diversiteit aan zeer schadelijke bacteriën en parasieten. Men schat dat 200 miljoen

mensen door intestinale parasieten zijn besmet. Wormen en parasieten zijn zelfs dodelijker dan kanker. Deze wormen variëren in grootte van microscopische eencellige dieren tot lintwormen van 20 meter lang. Deze parasieten doden jaarlijks meer mensen dan kanker. Eén op de vier mensen in de wereld wordt besmet door rondwormen.

DARMOOPERATIE

De colon-hydrotherapie kan waardevol zijn in de voorbereiding voor darmchirurgie, waarbij het risico van postoperatieve complicaties vaak toe te schrijven is aan de aanwezigheid van bacteriën bij de hechtingen. Deze procedure kan op alle patiënten worden toegepast die een algemene of ruggegraatsanesthesie ondergaan.

De contra-indicaties omvatten diverticulitis, ulceratieve colitis, ziekte van Crohn (in de scherpe ontstekingsstadia), strakke hemorroiden, en een tumor in het rectum of de dikke darm.

BELANG VAN COLON-HYDROTHERAPIE

Waarom is de colon-hydrotherapie zo'n waardevolle behandelingsmethode? Een gezonde darm is essentieel voor een gezond lichaam. De conventionele diëten van vandaag de dag bestaan voornamelijk uit geraffineerd, verwerkt voedsel, met veel verzadigde vetten en weinig natuurlijke vezels. Dit draagt bij tot enorme constipatieproblemen. Het verwijderen van onverteerd voedsel en andere afvalproducten is net zo belangrijk als de spijsvertering en de assimilatie van voedsel. Als het afvalmateriaal te lang in het spijsverterings-

kanaal blijft zitten resulteert dit in gisting en verrotting van deze substanties en verdere proliferatie van bacteriën en hun toxinen. Laxeermiddelen bieden slechts tijdelijke hulp, en verhelpen de oorzaak van het probleem niet.

De colon-hydrotherapie verwijdert de stagnerende faecaliën effectief uit de darm en verhindert de opeenhoping van de bacteriële toxinen in het lymfatische systeem. Dit resulteert in een verminderde belasting van de lever. Bovendien verwijdert het de slijmerige massa, gas, parasieten en cellulair afval, wat weer zorgt voor een betere peristaltische activiteit en een betere absorptie van voedingsmiddelen. Dit natuurlijke reinigingsproces lost de symptomen direct zeer effectief op.

De darmbacteriën zijn betrokken bij de productie van verschillende vitaminen, waaronder vitamine K en enkele B-vitaminen, die door de dikke darm worden geabsorbeerd en in de lever worden opgeslagen. Naast vitaminen absorbeert de dikke darm grote hoeveelheden

Medical art

Leverancier van apparatuur voor o.a.:

Colon - Hydrotherapie

Met door de apparatuur gereinigd water wordt een mild infuus in de darm gebracht. Door een speciaal slangensysteem wordt spoelwater + darminhoud samen weer in de riolering gespoeld.

- Absoluut hygiënisch en reukvrij.

Een gezonde darm vormt de basis voor een gezond lichaam.



Onze apparatuur onderscheidt zich door:

- Moderne techniek • Compacte bouw
- Aansprekend ontwerp • Eenvoudige bediening
- Kleurentherapie • Digitale waterspoelteller
- Exacte indicatie van het verloop van de behandeling
- Hoogste mate van veiligheid voor de patiënt.

Medical Art • Zwarte Dijkje 25 • 7914 PA Noordscheschut
Tel. 0528 - 34 29 34 • Fax 0528 - 34 39 34
www.medicalart.nl • info@medicalart.nl

water. Jammer genoeg gaan de toxinen van het bacterieel metabolisme ook het vaatstelsel in. Deze toxinen (Indol, Fenol, enz.) worden verwerkt door de lever en door de nieren uitgescheiden. De darmbacteriën zetten ook zetmeel om. Door de gisting komt waterstof en methaangas vrij, dat wordt geabsorbeerd en uitgescheiden door de longen. Een onwelriekende adem kan derhalve een symptoom zijn van een stagnerende, vergistende darm. Deze intestinale toxemie kan verder resulteren in hoofdpijnen, allergieën, geprikkeldheid en ondervoeding, en in potentie het algemene immunologische defensiemechanisme van het individu verminderen. Al met al speelt de darm een enorm belangrijke rol in ons leven, terwijl hij niet als zodanig wordt gewaardeerd en behandeld. Colon-hydrotherapie kan daarom een belangrijke stap zijn in de goede richting.



praktijk aan huis. Een andere gedrevenheid is het schrijven van boeken. Ze heeft een boek geschreven over fytotherapie dat in mei zal worden uitgegeven door Ankh-Hermes. Haar drijfveer om de publiciteit te zoeken komt voornamelijk voort uit de behoefte om haar kennis uit te dragen. Zo zal er van haar hand ook een boek verschijnen over colon-hydrotherapie. Idealisme is zeker een belangrijke motivatie van haar werk. Want geld heeft ze gehad, en dat blijkt naar zij zegt niet alles te zijn. Ze leeft nu van haar praktijk en hoopt in de toekomst alleen maar een betere therapeut te worden. Daarnaast is Lisette gewoon een mens die met haar vrienden uitgaat, geniet van het leven, maar het ook heerlijk vindt om in haar eigen wereldje terug te komen. Dat wereldje zorgt ervoor dat ze kan functioneren in deze maatschappij, die volgens haar te snel is, te hard en die teveel van de mens vraagt.

Ze heeft drie jaar bij Dr. Lemmens uit Den Haag gewerkt als zelfstandige hydrotherapeute. Dit begon als onderdeel van haar stage, maar werd uiteindelijk een zelfstandig beroep. Haar ervaring en kennis met betrekking tot colon-hydrotherapie is een waardevolle aanvulling op de bestaande theorie.

Het interview

Waarom heb je de keuze gemaakt om natuurgeneeswijzen te gaan volgen?

Tijdens een baan als secretaresse kwam

ik door privé-omstandigheden steeds meer in de verleiding om meer werk naar mij toe te trekken. Ik ging eigenlijk een grens over, waarbij de vraag "wat wil ik eigenlijk" al heel snel kwam. Herkenbaar was voor mij dat ik me van kinds af aan al aangetrokken voelde tot kruiden. Mijn vader was tuinder in het Westland, dus ik zag altijd plantjes. Misschien dat dit heeft meegespeeld?

Waarom heb je voor Arnhem gekozen?

Mijn zoektocht begon bij het arbeidsbureau. Daar hadden ze de adressen van de natuurgeneeskundige opleidingen van Arnhem, Bloemendaal en Hilversum. Het voordeel van Arnhem was dat ze als eerste de Open Dag hadden, en op de zaterdag les gaven. De andere opleidingen geven o.a. les op vrijdag, wat voor mij een nadeel was, want ik moest wel aan mijn inkomen zien te komen. Voor het arbeidsbureau viel de opleiding onder omscholing, dus was er geen vergoeding. De opleiding was een duidelijke keuze van mij. De consequentie van het volgen van deze opleiding is naast het vergaren van kennis over de natuurlijke geneeswijzen, het aangaan van een eigen proces, wat confronterend zou worden. Maar het levert je vrijheid op, en dat is belangrijk, vooral in deze maatschappij. Je eigen praktijk, en hiermee je vrijheid; jezelf hiervan in levensonderhoud voorzien, is zeer belangrijk.



INTERVIEW

*Met: Lisette Timmermans,
natuurgeneeskundige*

Over: Colon-hydrotherapie

Achtergrond

De achtergrond van Lisette is zeer divers. Zo is ze apothekerassistente geweest, drogiste, secretaresse en sinds kort natuurgeneeskundig therapeute. Als 35-jarige begon ze haar opleiding tot natuurgeneeskundig therapeute in Arnhem. Ze is nu lid van de NWP en de VNT, en heeft sinds kort een eigen

Waarom is colon-hydrotherapie zo belangrijk voor je geworden?

Tijdens mijn stage met de colon-hydrotherapie kwamen mensen zeer snel in een eigen proces terecht. Het is niet alleen een technische darmreiniging, maar er is ook een directe relatie met de hersenen. Iedere keer sta ik verrast wat je bij het eerste consult weer tegenkomt. De therapie brengt veranderingen bij mensen teweeg. Of dit nu in de maatschappelijke sfeer ligt of in de relatie-sfeer. Mensen komen dicht bij zichzelf te staan en realiseren zich, of worden dan bewust, van wie ze zijn. Eigenlijk ben ik via mijn stage in aanraking gekomen met colon-hydrotherapie. Op de opleiding wordt wel gesproken over hoge darmspoelingen maar niet over de colon-hydrotherapie, wat jammer is.

Als ik het zo hoor, lijkt het alsof colon-hydrotherapie op psychologisch vlak ook veel invloed heeft, en niet alleen maar op de medische kant.

Het heeft alle twee. Bij het begin van de behandeling is massage van de buik, om de ontlasting te helpen te verwijderen, zeer confronterend. Bij sommigen is de buik zo gevoelig, dat je bij aanraking heftige reacties ziet. Het is pijnlijk en ook hard. En bij de vierde of vijfde behandeling kun je bijna tot aan de rugwervel masseren. De psychologische kant is wel een wezenlijk onderdeel, omdat wanneer er weerstand is je veel langer bezig bent met de darmreiniging. Als mensen niet in dit proces stappen, maar alleen bij mij binnen komen met de vraag "kun je mijn darm even doorspoelen" dan duurt een behandeling zeer lang.

Waarom is het dan zo belangrijk om in het proces te stappen? Want misschien wil ik alleen maar mijn darm reinigen.

Colon-hydrotherapie is aan de ene kant een mechanisch werkingsmechanisme, maar aan de andere kant is het ook een wisselwerking tussen machine en mens. Wanneer de mens niet echt achter de reiniging staat zal het lichaam onderdelen niet loslaten. Het is alsof de darm fungeert als een psychologische vuilnisbak die het vuilnis opslaat maar het alleen wil ledigen wanneer het zelf wil. Het reinigingsproces

heeft met het hele lichaam te maken. Wanneer het lichaam het emotioneel niet aan kan om eigen emoties los te laten, dan gebeurt het niet. De darm blijft dan op een klein gebiedje pijnlijk. Misschien ben je er dan nog niet aan toe?

Zijn mensen op de hoogte van deze vraag?

Nee, eerst komen de mensen meestal vanuit een mechanische vraag. Ze zijn meestal zenuwachtig, en vinden het eng. Dus begin ik met een lage druk en masseer de buik voorzichtig. Bij de tweede sessie vraag ik naar de veranderingen die ze misschien gemerkt hebben. Pas bij de derde sessie ga je hier op in, en worden ze het langzaam bewust.

Wanneer schrijf je mensen colon-hydrotherapie voor?

Tijdens mijn intake-gesprek en het stellen van een diagnose kan het zijn dat mensen deze aanbeveling krijgen. Maar er zijn ook mensen die gericht op de colon-hydrotherapie naar mijn praktijk komen als ondersteuning van een reiniging. Of dat ze last hebben van een spastisch colon of divertikels. Het is niet zo dat ik alleen dit maar voorschrijf. Fytotherapie is natuurlijk ook een onderdeel van de behandeling. De fytotherapeutische middelen worden op basis van receptuur bij een groothandel gemaakt. Een klein bedrijfje; ze maken op maat een tinctuur en het middel wordt naar de patiënt gestuurd. Maar ook bij colon-hydrotherapie schrijf ik bepaalde theesoorten voor, die ik zelf samenstel. Daarnaast is een dieet ook een belangrijk onderdeel bij de colon-hydrotherapie.

Welke soort klachten komen het meest voor in je praktijk, en waarom?

Vermoeidheid, trauma en burn-out. Klachten die heel herkenbaar zijn. Het is toch alsof je die mensen in je praktijk krijgt waarmee jezelf te maken hebt gehad. Je herkent het dan natuurlijk snel en weet waar je op moet letten.

Waarom is het niet bekend in Nederland?

De belangrijkste reden is onbekendheid. Het is wel bekend in een klein groepje. Natuurlijk zijn de klysmas bekend en

het sapvasten, maar de colon-hydrotherapie is bij heel veel mensen onbekend.

Waarom het boek?

In eerste instantie ben ik voor mijzelf begonnen om kennis en informatie te gaan verzamelen over alles wat met fytotherapie te maken heeft. Want het was vaak lastig en niet overzichtelijk om iets over een bepaald kruid te weten te komen. Er lagen uiteindelijk wel tientallen boeken. Het ordenen en het verzamelen van deze informatie tot een nieuw boek is uiteindelijk het doel geworden.

Het boek gaat over meer dan 100 kruiden. Staan hier ook kruiden in die niet op de positieve lijst staan?

Ja. Want in principe sta ik open voor alle kruiden. Het feit dat je sommige kruiden zo meteen niet meer kunt kopen, weerhoudt mij niet en waarschijnlijk niemand om ze gewoon zelf te plukken of te kweken, en ze op deze manier voor te schrijven. Ik laat mij niet beperken en ik hoop dat het niet doorgaat. Eigenlijk heb ik daar niet over nagedacht. Ik reageer dan ook vanuit emotionele argumenten. Wel zal ik kruiden blijven voorschrijven, ook al worden we weer 50 jaar terug, in de tijd van Mellie Uyldeert gegoooid.

Wat vind je dan van de informatie en de inspanning van de NVF?

Het is natuurlijk belangrijk dat je op de hoogte blijft van de ontwikkelingen, maar de informatie is voor mij te technisch en niet vernieuwend. Veel kennis uit de oudheid wordt gewoon niet gebruikt. De fenomenologie vind ik weer belangrijk. Ik ben een keer met onderdelen uit het boek naar een bestuurslid geweest, of was het de voorzitter? Ik weet het niet meer, maar hij heeft een Natuurapotheek. Ik ben hier naar toe gegaan om te informeren of zij bereid zijn eventuele ondersteuning te geven bij het samenstellen van het boek. De reactie was dat het boek levendig was, maar dat zij verder niets konden doen, als NVE.

Voor meer informatie kunt u bellen naar L. Timmermans 010-2270286 of via www.lisette-timmermans.nl; www.medicalart.nl