

# Inleiding tot de natuurgeneeskunde

De natuurgeneeskunde is vanouds bekend. Wat wordt er tegenwoordig onder verstaan?

H. van Waning

## Inleiding

Na een algemene inleiding, een historisch overzicht en de filosofie zal nader worden ingegaan op de natuurgeneeskundige behandeling. Aspecten van ziekten als vergiftigingsstadia van de lichaamsvochten, Mayr- en psychodiagnostiek worden gevolgd door een toelichting op enkele therapieën.

Afgesloten wordt met een samenvatting van de uitgangspunten en een literatuurlijst.

## Algemeen

Natuurgeneeskunde wordt over de hele wereld beoefend door artsen en benut door patiënten. Het land waar wij ons het best aan kunnen spiegelen is Duitsland. De Duitse opleiding omvat:

- hydrotherapie
- bewegings- en ademhalingstherapie
- massage
- voedingstherapie
- fytotherapie
- ordetherapie, waaronder psychotherapie
- uitscheiding stimulerende technieken

In Nederland is ook de orthomoleculaire geneeskunde deel van de natuurgeneeskunde.

De arts voor natuurgeneeskunde heeft de eed van Hippokrates afgelegd en is door zijn universitaire opleiding getraind in het onderscheiden van levensbedreigende situaties en aandoeningen naast andere acute of chronische situaties en aandoeningen. Hierbovenop heeft hij een opleiding natuurgeneeskunde gevolgd waarin hij naast specifieke diagnostische methoden zich een aantal therapieën met hun indicaties en contra-indicaties heeft eigen

gemaakt.

Het beginsel: *primam non nocere* (d.w.z. primair nooit schade doen), staat bij de arts voor natuurgeneeskunde hoog in het vaandel, wat er toe leidt dat hij vaak als eerste keuze voor een patiëntvriendelijke methode kiest met bij voorkeur zo min mogelijk negatieve bijwerkingen.

## Historisch overzicht

De huidige natuurgeneeskunde bouwt voort op een eeuwenoude traditie. Zo'n vijftienhonderd jaar voor Christus verschenen er in het oude Egypte reeds geneeskundige verhandelingen, waarin aanbevelingen waren vervat met een duidelijke gerichtheid op de natuur. Men kende reeds ongeveer een derde van de later beschreven geneeskundige kruiden en er bestond een gereserveerde houding tegenover ingrijpen in het ziekteproces: men diende eerst het lichaam een kans te geven om op eigen kracht de ziekte te overwinnen.

Daartegenover stond vanaf het prille begin een stroming die veel directer wilde ingrijpen in het ziekteproces. Beide uitgangspunten kan men heden ten dage nog herkennen in enerzijds de natuurgeneeskunde (de ziekte heeft een betekenis en je dient vertrouwen te hebben in het zelfherstellende vermogen van de mens), en anderzijds de 'reguliere' geneeskunde (ziekte als een onheil zien en ingrijpen van buitenaf in het ziekteproces).

De Griekse arts Hippokrates (460-377 v. Chr.) wordt vaak de 'vader der geneeskunde' genoemd. Hij schiep, uitgaande van nauwkeurige waarneming van het menselijk lichaam in gezonde en zieke toestand, de grondregels van de geneeskunde. Zo ont-

dekte hij onder meer de eigen kracht van het levend organisme, die hij 'vis medicatrix naturae' (de natuurlijke geneeskracht) noemde, waardoor het organisme uit zichzelf ziekten te boven kan komen. Hij beschouwde het als de meest verheven taak van de arts, de natuur in dit streven te leren kennen en te ondersteunen.

Hippokrates, en later ook Paracelsus, worden gezien als de grondleggers van de leer der lichaamsvochten (humoraalgeneeskunde), waarbij harmonie tussen en zuiverheid van de vier lichaamsvochten — bloed, slijm, zwarte en gele gal — de gezondheid waarborgen. Ziekten ontstaan door disharmonie en een onjuiste samenstelling van de lichaamsvochten. Dit laatste wordt onder meer beïnvloed door de hoeveelheid en aard van het voedsel. De lichaamsvochten kunnen gereinigd worden door middel van vasten- en diëettherapieën, zweten, purgeren, watertherapieën en aderlaten.

Hippokrates onderscheidde drie zuilen in de geneeskunde: 1) de *diaita* (diëtetiek = het inrichten van de leefwijze), 2) de medicijnen (de therapie met geneesmiddelen), 3) de chirurgie (de therapie met de hand of het mes).

Therapie diende in deze volgorde te worden toegepast, dat wil zeggen, van eenvoudig en onschadelijk naar (zo nodig) gecompliceerd en mogelijk schadelijk.

Hippokrates sprak bij diëtetiek van de 'zes niet natuurlijke zaken'; de diëtetiek ter bevordering en instandhouding van de gezondheid bestreek de volgende gebieden:

- 1 spijs en drank
- 2 uitscheiding en secretie
- 3 beweging en rust
- 4 slapen en waken
- 5 lucht en licht
- 6 hygiëne van ziel en geest

Dit zijn slechts trefwoorden. Onder punt 5 'lucht en licht' is bijvoorbeeld sprake van zorg voor voldoende zuivere en frisse lucht, schoon milieu, juiste ademhaling, therapeutische toepassing van licht,

lucht en water, en het in acht nemen van hygiëne. Pieter van Foreest (1521-1597), hofarts van Willem van Oranje en betrokken bij de oprichting van de Leidse Universiteit, wordt de 'Hollandse Hippokrates' genoemd en paste evenals de aan dezelfde Universiteit docerende Herman Boerhaave (1668-1738) de geneeskunde nog toe naar de ideeën van Hippokrates.

Geleidelijk, en in de tijd van de industriële revolutie versneld, ontstond er een splitsing binnen de geneeskunde. De diëtetiek werd de natuurgeneeskunde van nu en door Thorbecke werden in de 19<sup>e</sup> eeuw de kennis omtrent medicijnen en de chirurgie tot de huidige wettig erkende universitaire geneeskunde. Hernieuwde belangstelling voor de natuurgeneeskunde ontstond in de eerste helft van de 19<sup>e</sup> eeuw, ongeveer in dezelfde tijd waarin de moderne natuurwetenschappelijke geneeskunde haar intrede deed. Met name het poneren van 'de cel als ziekte-eenheid' door Virchow (1821-1902) leidde tot emotionele discussies waarbij het ging om de vraag, of ziekte primair de cel betreft of eerder de gehele mens. De universitaire geneeskunde helde over naar de cel, terwijl de natuurgeneeskunde zich richtte naar de gehele mens.

Grondleggers van deze nieuwe natuurgeneeskunde zijn onder andere: Priessnitz (1799-1851), Kneipp (1821-1897), Kuhne (1839-1901), Bircher-Benner (1867-1939), Mayr (1875-1965), Ragnar Berg (1893-1956), Vogel (1902-1996), Reckeweg (1905-1985) en Budwig; in Nederland: Hetteema, Van der Upwich (1898-1997), Kaayk (1905-1987) en van het orthomoleculaire deel: Moerman (1893-1988).

Enkele relativerende woorden ten aanzien van het onderscheid tussen 'regulier' en 'natuurgeneeskundig' zijn hier op hun plaats. Elke natuurgeneeskundig geschoolde arts zal beamen dat dit onderscheid betrekkelijk willekeurig is en in de tijd aan verschuiving onderhevig. De erkenning destijds door Thorbecke van de takken medicijnen en chirurgie heeft niet betekend dat alle therapeutische maatregelen uit de *diaita* uit het gedachtegoed van de klinici verdwenen zijn. Het gebruik van een mitella,

het afraden van het gebruik van zout bij hypertensie, het motiveren van de patiënt meer te bewegen bij suikerziekte en hygiënische maatregelen als handen wassen zijn hier voorbeelden van. De (door de transplantatie-geneeskunde noodzakelijk geworden) interesse in de immuniteit is in wezen een interesse in een gebied dat de laatste twee eeuwen het domein bij uitstek is geweest van de natuurgeneeskunde, en daar als 'vis medicatrix naturae' is benoemd. Dat geldt ook voor de Schlenz-oververhittingsbaden, die bij de behandeling van kanker ingezet worden, een methode die naast de koortstherapie gegeven kan worden. In academische ziekenhuizen wordt dezelfde methode sinds kort gebruikt om, al of niet lokaal, het effect van chemotherapie te potentiëren. Ook het aderen laten en het zetten van bloedzuigers zijn enkele voorbeelden van oude therapieën die hedendaags worden toegepast. Omgekeerd wordt aan universiteiten en onderzoeksinstituten de werkzaamheid onderzocht van natuurgeneeskundige therapieën zoals vasten, enzymtherapie, orthomoleculaire therapie en symbiontentherapie.

### Filosofie

Natuurgeneeskunde richt zich bij ziekte zoveel mogelijk op de gehele mens, op het lichamelijk (grofstoffelijk, functioneel, humoraal/cellulair) en het energetisch en psychisch (emotioneel, mentaal en spiritueel) niveau, en behandelt dus niet alleen zieke organen. Zij ziet de mens in wisselwerking met zijn milieu en bezit daardoor een eigen interpretatie van symptomen, diagnostiek en therapeutische mogelijkheden. Anders geformuleerd kunnen we zeggen dat de natuurgeneeskunde de vorm van geneeskunde is die ervan uitgaat dat ziekte ontstaat door enerzijds niet te leven volgens de regels der natuur en anderzijds niet te leven naar de eigen natuur. Wanneer we niet naar onze eigen natuur leven, luisteren we niet meer naar onze eigen intuïtie en gevoelens. Toch blijven die wel aanwezig. Hierop reageert ons organisme met protest dat we kunnen waarnemen op een of meer van de eerder

genoemde niveaus.

Als we hier vervolgens niet naar luisteren en onze gevoelens en signalen negeren, blijven de andere niveaus over om het protest manifest te maken.

Deze protesten noemen we ziekte-symptomen. Als deze symptomen uiteindelijk fysieke schade opleveren, spreken we van ziekte.

Het negeren van onze impulsen en behoeften op welk niveau dan ook leidt ertoe dat er op een ander vlak behoeften ontstaan, die echter niet wezenlijk bevredigd kunnen worden aangezien de oorspronkelijke behoeften blijven bestaan. Zo kan het roken of het drinken van alcohol nooit de behoefte aan genegenheid compenseren, hoogstens een tijdelijke oplossing bieden. Zo kan een niet verwerkt verdriet nooit door overmatig eten opgelost worden. Inzicht in de oorzaak van hun ziekte zou voor velen te pijnlijk kunnen zijn. Vanuit natuurgeneeskundig gezichtspunt houdt de zorg van veel medici de patiënt zowel onvolwassen als ziek: men werkt — ongetwijfeld met de beste bedoelingen — in feite met halve oplossingen. Deze oplossingen worden meestal ook op verzoek van de patiënt ingezet, aangezien deze met dezelfde inzichten als die van de reguliere geneeskunde is opgegroeid.

Wellicht hierom heeft de natuurgeneeskunde nog steeds niet de populariteit die ze verdient; ze doet immers duidelijk een appèl op de *eigen verantwoordelijkheid*, een belangrijk aspect van de volwassenheid. Het behoort tot de taak van de arts voor natuurgeneeskunde de patiënt hiervan bewust te maken.

Iets wat zeer nauw met het volgen van de eigen intuïtie samenhangt, is het kiezen van de juiste voeding. Hoe meer frustraties er in ons onderbewustzijn zijn opgesloten, des te meer fouten zullen er in het voedingspatroon sluipen: we eten te veel, op het verkeerde moment, de verkeerde combinaties van voedingsmiddelen, we drinken bij het eten, we eten te vaak, te vet, te zout, te zoet, te snel, te heet. Ook andere aspecten leiden tot een ontsporing van de stofwisseling, zoals degeneratie van de darmflora. Fenomenen als reuma, kanker, huidziekten,

hart- en vaatziekten, chronische luchtweginfecties en allergie zijn veelal officieel ongeneeslijk. Een aantal van deze aandoeningen is vaak wél te genezen met methoden uit de natuurgeneeskunde, mits de patiënt inzicht krijgt in de logica van het ontstaan van de aandoeningen.

In de natuur is vaak veel herstelbaar. Toch bestaat er een grens die niet overschreden mag zijn, wil herstel nog mogelijk zijn. Hierover heeft Reckeweg ons een verhelderend inzicht gegeven, waarbij hij de oude theorie over de lichaamsvochten als leidraad heeft genomen (Reckeweg, 1977).

### **De natuurgeneeskundige anamnese en diagnostiek**

De natuurgeneeskundige anamnese omvat een uitgebreide screening: tractusanamnese, familieanamnese enz., de algemene gezondheidstoestand, voedingsanamnese, spijsverteringsanamnese, aspecten van de ontlasting, menstruatie, verloop kinderziekten, otitiden, sinusitiden, adenotomie en/of tonsillectomie, appendectomie, icterus, genotmidelengebruik, geneesmiddelen (alternatief en regulier) en alle gebieden van de ‘zes niet natuurlijke zaken’.

In de diagnostiek tracht de natuurgeneeskundig geschoolde arts een beeld te krijgen van de dynamische lichamelijke (grofstoffelijk, functioneel, humoraal/cellulair), energetische en mentale (emotionele, psychische, spirituele) toestand van de patiënt. De vraag, waarom juist nu deze mens met juist deze klacht bij jou als arts komt, kan heel verhelderend werken. Vanuit de natuurgeneeskundige visie staat centraal het beoordelen van ten eerste de toestand van de lichaamsvloeistoffen en het bindweefsel, ten tweede de toestand van de ontgiftende organen (darm, lever, nier, huid). Ten derde komt het ‘ontgiftingsvermogen’ op mentaal niveau: kan de patiënt zich uiten op emotioneel gebied (huilen, boos worden), op intellectueel gebied (problemen onder woorden brengen), kan hij/zij omgaan met problemen, situaties en relaties, ideeën, waarden en normen? Is de patiënt in staat voldoening te ervaren

door zijn begaafdheden op deze niveaus?

De natuurgeneeskundige arts onderscheidt basis- en hulpdiagnostiek, waarbij de basisdiagnostiek met de zintuigen wordt verricht en voor de hulpdiagnostiek gebruik wordt gemaakt van hulpmiddelen zoals laboratorium en/of (elektrische) apparaten. Evenals bij de anamnestiche criteria gebruikt de arts de diagnostische methoden ter bevestiging van de goede keuze van een van de ‘zes niet natuurlijke zaken’. Voorbeelden van basisdiagnostiek zijn Mayr-diagnostiek, Moerman-diagnostiek, humoraaldiagnostiek, tong-, gelaat-, haar- en nageldiagnostiek, kinesiologie. Voorbeelden van hulpdiagnostiek zijn microbiologisch onderzoek, thermografie, biologisch- en biochemisch laboratoriumonderzoek (vitamine- of aminozuuranalyse, allergie-, kwikintoxicatie- en precipitatie testen). Dit alles verschaft natuurgeneeskundig geöriënteerde artsen een bredere (en niet altijd diepere) kijk op de patiënt, op symptomen, op ziekteoorzaken en op potentiële behandelmethode.

### **De natuurgeneeskundige therapie, algemene principes**

In de natuurgeneeskunde gaat men er vanuit dat ziekte een betekenis kan hebben en dat je er beter van kunt worden. Ziekte is in deze zienswijze nuttig. Het symptoom dient men te begrijpen om zo maatregelen te nemen die dit signaal overbodig maken. Zo zal bij een humoraal/cellulair probleem dat louter met fysiotherapie wordt behandeld, telkenmale de klacht kortdurend verholpen kunnen worden, omdat mogelijk sprake is van toxines, die slechts verplaatst en niet uitgescheiden worden. Zelfs kan zo (eventueel elders in het lichaam) een degeneratief proces gecreëerd worden.

Op de eerste plaats komt de ontgifting van de patiënt. Als teken dat men hiermee op de goede weg is zullen eerst de algemene symptomen verdwijnen. De patiënt rapporteert dat de buikklachten, de hoofdpijnen of de moeheidsverschijnselen zijn verminderd. Daarbij is het mogelijk dat de hoofdklacht nog niet is verminderd, ja zelfs dat deze verergerd

is, de zogenaamde beginverergering. Dit laatste kan een gevolg zijn van de zelfgenezende maatregelen (genezingscrisis), maar kan ook een verslechtering betekenen van de toestand van de patiënt (ziekte-crisis). Het is belangrijk dat dit onderscheid wordt gemaakt.

Het voortzetten van de ontgifting, eventueel aangevuld met extra nutriënten, leidt er uiteindelijk vaak toe dat na een verbetering van de algemene gezondheidstoestand ook de hoofdklacht verdwijnt. De patiënt zal in dat geval ervaren dat hij zich veel vitaler voelt dan de voorafgaande jaren. Bovendien heeft hij ervaren dat hij zelf zijn gezondheid kan beïnvloeden.

Bij de therapie worden basis- en hulptherapieën onderscheiden.

Bij de basistherapie doet de patiënt zijn therapie zelf en heeft de arts uitsluitend een adviserende functie. De belangrijkste therapieën zijn vasten en voedingstherapie. Maar ook lichaamsbeweging (stimuleren van circulatie en daarmee van vele orgaanfuncties), ademhalingsoefeningen, werken aan een natuurlijk levensgedrag, psychische bewustwording, gebruik van genezende krachten in de natuur: (zon)licht, lucht, water (hydrotherapie), aarde (modderbaden), geneeskrachtige bronnen, en dergelijke. De hulptherapie ondergaat de patiënt al of niet met behulp van de arts of een andere deskundige, met behulp van medicamenten of apparaten wanneer met de basistherapie alleen onvoldoende resultaat is bereikt.

Deze therapieën ondersteunen de ontgifting.

Voorbeelden hiervan zijn: waterbehandeling zoals baden, omslagen of sauna, uitleiding met behulp van clysmas, cantaridepleister, bloedzuigers, koppen zetten, aderlaten, vitamines- en mineralensuppletie, biologische geneesmiddelen, fytotherapie, fysiotherapie, en voorts iedere door de ABNG 2000 erkende natuurlijke therapie.

### **De ziekteopvattingen van Reckeweg**

Reckeweg interpreteert ziektestadia als vergiftigingsstadia van de lichaamsvochten. Los hiervan

kunnen we ons afvragen waarom we juist nu, juist aan dit of dat orgaan ziek worden. De gifstoffen (toxines of slakken) die bij de stofwisseling ontstaan, hebben een voorkeur voor opslag in of rond bepaalde weefsels. Daarbij zal er in principe pas zo laat mogelijk een belangrijk orgaan opgeofferd worden. Een belangrijk orgaan, als het hart, kent dan ook nauwelijks kanker.

Kanker geldt in vele opvattingen als het eindstadium van het vergiftigingsproces (intoxicatie). Het bindweefsel wordt bij voorkeur als opslagplaats gebruikt en daarbinnen eerst het vetweefsel. Later dienen achtereenvolgens spieren, pezen, botten, inwendige organen en tot slot het zenuwweefsel als opslag. Wat betreft de 'keuze' van belasting van een orgaan met toxines kunnen mentale spanningen, vanaf of zelfs van voor de geboorte stammend, een rol spelen.

Ten gevolge van een mentaal conflict en toxinebelasting kan er kramp optreden. Deze kramptoestand zorgt voor een slechtere doorbloeding en een tragere bloedsomloop in dit orgaan. Wat er gebeurt bij een slechtere doorbloeding is te vergelijken met het dichtslibben van een binnenbocht in een rivier: het slib (toxine) slaat dáár neer waar het water het traagst stroomt. Therapievormen als warmte en massage, die weer de doorbloedingsnelheid verhogen, lossen de toxines op en versnellen hun afvoer.

Al voor en direct na de geboorte kunnen lichaamsvochten vergiftigd raken. Te denken valt aan het gebruik van nicotine, alcohol, koffie en thee, waarbij het kind 'meegeniet' van de schadelijke stoffen of medicijnen die door de moeder tijdens de zwangerschap en de zoogperiode genuttigd worden. Ook via de placenta of met de moeder- of koemelk kan de voeding door de levenswijze van de moeder (koe) verontreinigd zijn. Later, in de jeugd of als men volwassen is, kan er door continue aanvoer van die stoffen verdere vergiftiging optreden.

Dit voortgaande intoxicatieproces is door Reckeweg ingedeeld in een drietal stadia, het humorale en het cellulaire ziektestadium, elk met drie verschillende

fases. Als overgang hiertussen plaatst hij de matrix-fase.

In het humorale ziektestadium worden de uitscheidingsfase, responsfase en verslakkingsfase onderscheiden. Een acute ziekte begint met een uitscheidings- of excretiefase: door middel van niezen, slijm opgeven in catarrhale uitscheidings- en alle slijmhuiddelen van het lichaam, alsmede door overgeven, diarree en verhoogde urine-uitscheiding worden de gifstoffen en microben weggespoeld.

Alle maatregelen die dit gifuitscheidingsproces bevorderen of imiteren, zoals vasten, ontlasten, laxeren, clysteren, zweten, baden, wassingen, etc. blijken hierbij van therapeutisch belang te zijn.

Als het lichaam ondanks de uitscheidingsmaatregelen de toestand niet meester kan worden, volgt de respons- of reactiefase waarin het probeert zich door middel van het genereren van koorts en/of ontstekingen te zuiveren. De respons van het lichaam is gericht op het vormen van slijm, etter en troebel vocht (exsudaat). Hete omslagen, sauna of oververhittingsbaden, al of niet lokaal, imiteren en bevorderen zo deze fase van zelfgenezing.

Wanneer het lichaam niet meer in staat is zijn slakken uit te scheiden, worden deze 'op dood spoor' gezet: de verslakkings-, neerslag-, of pseudo-stille fase. Er vindt opslag plaats in vet- en bindweefsel waardoor de functies van deze weefsels sterk belemmerd worden. Door middel van massages of drainage met kruiden valt te trachten de weg naar gezondheid terug te vinden.

In het cellulaire ziektestadium zijn er eveneens drie fasen te onderscheiden: de impregnatie-, degeneratie- en neoplasmafase. Het cellulaire ziektestadium kan tot ontwikkeling komen als de opgehoopte giftige stoffen niet kunnen worden uitgescheiden of opgeslagen. De gifspiegel stijgt, de fase van opnieuw vergiftigen of impregneren treedt in zodat de celstructuur wordt aangetast. Als gevolg daarvan vinden we beschadigingen en wordt de functie van organen geleidelijk aangetast.

In de ontaardings- of degeneratiefase grijpt de schade zo diep in de orgaanstructuur in dat de

structuur onherstelbaar wordt en functionele uitval gaat optreden.

Tenslotte treedt de kankervormende of neoplasmafase in. De wijze waarop kanker ontstaat stelt de wetenschap — ook nu nog — voor talrijke raadsels. Zonder twijfel zijn er bij kanker specifieke kankerbevorderende gifstoffen (carcinotoxines) aan het werk. Alles wijst erop dat deze gifstoffen slechts hun verwoestende werking kunnen uitoefenen, waar reeds lange tijd een onophoudelijke of bijzonder ernstige toxische belasting de gevoeligheid of vatbaarheid voor kanker heeft bewerkstelligd. Dit kan aan de ontaardende cel en via het falende immuunsysteem plaatsvinden.

### **De Mayr-diagnostiek**

De Mayr-diagnostiek laat zien hoe wij door goed te observeren veel gegevens van de patiënt kunnen verkrijgen, zonder dat er op een of andere wijze door de diagnostiek schade berokkend wordt. Hierdoor kan de arts zich een goed beeld vormen van de lichamelijke gezondheidstoestand van de patiënt. Het principe van de diagnostiek berust op de vorming en aanwezigheid van homotoxines in het lichaam.

Vanuit de reguliere geneeskunde is bekend dat, afhankelijk van de dosis en tijdsduur, een bepaalde giftige stof het lichaam eerst prikkelt en vervolgens (reversibel) verlamt. Hiervan maakt men gebruik bij het geven van narcose. Te veel en te lang doseren van een narcose kan leiden tot onherstelbare schade, zelfs tot de dood. De homotoxines — de gifstoffen die we zelf bij de stofwisseling in darm en cellen aanmaken — houden zich aan dezelfde regels en hebben zowel invloed op allerlei organen als op het gevoelsleven.

Zo kunnen mensen zich opgejaagd voelen of juist vermoeid, slaperig zijn of juist aan slapeloosheid lijden. Zo kan de maag te veel of te weinig zuur produceren, de schildklier te veel of te weinig hormonen produceren, de bloedvaten te veel of juist te weinig gespannen zijn (resp. hoge en lage bloeddruk), etc..

De Mayr-diagnostiek biedt een overzicht hoe de toxines zich via de humoraaldiagnostiek aan de arts en de patiënt kunnen tonen in een vroeg stadium, wanneer er nog geen ziekte hoeft te zijn. Daarbij moet in gedachten worden gehouden dat diverse uiterlijk verschillende fenomenen eenzelfde oorsprong kunnen hebben. Net zoals water zich in verschillende verschijningsvormen kan manifesteren (sneeuw, regen, mist, ijs, etc.) kunnen de reactievormen ter ontgiftiging van stoffen die de gezondheid belasten (homotoxines) van mens tot mens verschillende gedaanten aannemen.

Elk orgaansysteem kan trachten iets te doen: de huid kan transpireren, eczeem of puisten vormen, de darm kan zich door middel van diarree — al of niet met slijm en bloed — ontlasten, de long — evenals de darm bekleed met slijmvlies — kan door middel van bronchitis, of als dat niet voldoende is door middel van longontsteking, het hare doen.

Mayr besteedt veel aandacht aan de buik(inhoud), omdat hier ten eerste de meeste toxines gevormd worden en ten tweede de intoxicatiestadia van de darm zeer goed af te lezen zijn. Hij onderscheidt de normotone darm (het normale stadium), de hypertone darm (in het excitatiestadium), de hypotone darm (in het paralysestadium) en de atonische darm (in het atrofiestadium). De buikvormen die hierbij horen zijn: de normale buik, de ingevallen buik, de gasbuik en de zo door Mayr genoemde 'drekbuik'.

De invloed van therapie is hier het beste af te lezen. Schade aan het spijsverteringskanaal zal invloed hebben op de buikinhoud (dus omvang). Dit heeft op zijn beurt weer gevolgen voor onder andere de spanning en hoogte van het diafragma en de kromming van de wervelkolom. De hoogstand van het diafragma brengt de longen in verdrukking, iets wat door inspanning van de tussenribspieren van de thorax gecompenseerd kan worden. Is de situatie chronisch, dan raken de hulpademhalingspijpen verkrampd, wat tot nekpijn en hoofdpijn, etc. kan leiden. Er ontstaan hierbij dus klachten op afstand.

## Psychodiagnostiek

Psychodiagnostiek gaat evenals de Mayr-diagnostiek uit van de logica van de ontstaanswijze van de klacht of het symptoom. De lichaamstaal is vaak verrassend wijs. Overwegingen als: benauwt je iets? (bij astma), heb je ergens je buik vol van? (bij spijsverteringsstoornissen), heb je moeite met door de knieën gaan? levert hardnekkigheid je iets op? heb je iets op je lever? heb je je gal kunnen spuwen? kunnen verhelderend werken. Slechts wanneer de vraag respectvol en op het juiste moment gesteld wordt kan inzicht ontstaan bij de patiënt (en de arts). Door het gesprek wordt de patiënt er naar toe geleid zelf deze vragen te stellen en te beantwoorden. Dit is een indrukwekkende manier om tot inzicht te komen. In dit proces kunnen technieken als geleide fantasie en projectieve technieken goed helpen.

## Natuurgeneeskundige therapie – een nadere uitwerking

### a – Algemeen

De natuurgeneeskunde is in wezen eenvoudig. Uit de observatie dat iemand die ziek is vaak geen trek heeft, is de gedachte van het vasten, het zich onthouden van voedsel, ontstaan. Soms braken mensen (en dieren), hetgeen een intensieve manier van reinigen is. Door bijvoorbeeld zout water te drinken kan de braakreflex opgewekt worden. Een ander fenomeen is het optreden van diarree bij onder andere 'buikgriep'. Dit door de natuur opgewekte verschijnsel kunnen we imiteren door een bitterzoutoplossing of bepaalde kruidenaftrekels te drinken en/of lavementen toe te passen. Koorts, met een bactericide effect, is te imiteren door middel van sauna, warme baden, pakkingen, etc.. De therapie richt zich in deze gevallen steeds op het begeleiden van het zelfgenezend vermogen.

Een probleem is echter dat vele patiënten niet meer 'natuurlijk' reageren: hun ontgiftingsmechanisme (grondsysteem volgens Pischinger ofwel basis-bioregulatiesysteem volgens Van Wijk, 1984) is geblokkeerd geraakt. Voor het deblokken worden in de

natuurgeneeskunde steeds nieuwere technieken ontwikkeld.

Slechts een aantal natuurgeneeskundige behandelingsmogelijkheden wordt hieronder toegelicht.

#### b —Vasten

Hippokrates beschouwde vasten als de belangrijkste therapie. Het betreft hierbij het verminderen van of stoppen met het eten van vast voedsel. Het is een eenvoudige en tegelijk vaak zeer doeltreffende therapie. Gebrek aan eetlust wordt al snel als ongezonder beschouwd, maar in feite sterven er in het westen meer mensen aan te veel dan aan te weinig eten. Het ontbreken van eetlust is in het algemeen een teken dat de lever nog bezig is met het verwerken van de (overvloedige) maaltijd en dat deze er even geen extra taak bij wenst te hebben. Bij het kuurvasten verdwijnt na enkele dagen de trek vaak geheel. De eerder zo gewaardeerde trek in voedsel gedurende de eerste dagen kan gezien worden als een vals signaal, een verslavingstrek. Een oprecht gevoel van trek, waarbij men niet onpasselijk wordt, dient zich vaak na vijf tot tien dagen vasten aan, afhankelijk van de graad van verslaking en het lichaamsgewicht. Na een periode van vasten komt de (gezonde) trek gewoonlijk vanzelf weer terug.

De natuurgeneeskunde heeft het vasten gecultiveerd, de methode dient te worden aangepast aan de toestand van de patiënt. Vasten kan gecontra-indiceerd zijn: glazenwassers en zwangere of zogende vrouwen dient streng vasten te worden afgeraden, aangezien kans op schade aan zichzelf, resp. de vrucht, te groot is. Voorts anorexia nervosa, tbc, etc..

#### c —Darmbaden

Darmbaden, ook wel clysmas of lavementen genoemd, hebben het verwijderen tot doel van gifstoffen en ontlastingsresten die zich in de darm hebben opgehoopt. Deze zijn onder andere geïndiceerd bij verkoudheid, infecties, acute obstipatie en vergiftigingen.

Clysmas worden vooral werkzaam tijdens vastenku-

ren. Doordat het clysmawater langs de goed doorbloede darm loopt, wordt ook het bloed gespoeld. Aan de geur en de kleur van het water dat de darm weer verlaat is overduidelijk te zien en te ruiken dat veel rottings- en gistingsproducten via de darmwand worden uitgescheiden.

#### d —Voedseltherapie

De kern van de voedingsleer volgens Bircher Benner is dat iedere bewerking van plantaardig voedsel (koken, bakken of stoven) een vermindering van de zonne-energiewaarde tot gevolg heeft. In zijn voedingsleer vallen de volgende punten op: vlees en vleesproducten worden niet gegeten; de nadruk ligt op de biologische en zuivere herkomst van de levensmiddelen; het gebruik van de volle graankorrel (in plaats van witmeel) wordt van belang geacht; alcohol, nicotine en chemische geneesmiddelen worden ontraden; het nuttigen van spijsen die purinderivaten bevatten (koffie, thee, cacao, e.d.) blijft zoveel mogelijk achterwege; zout, (bruine riet-)suiker, honing en specerijen mogen slechts spaarzaam worden gebruikt; verse tuinkruiden zijn toegestaan. Bij het Budwig-dieet is de chemica Dr. J. Budwig (Budwig, 1959) ervan uitgegaan dat bij de kankerpatiënt de celademhaling gestoord is. Al in de jaren vijftig wees zij op het belang van de meervoudig onverzadigde vetzuren, die onder meer aanwezig zijn in koudgeperste plantaardige oliën (zonnebloem-, lijn- en maïsolie) en uiteraard ook in zonnebloempitten, lijnzaad en maïs. Ook wees zij op het belang van de combinatie van zonlicht en het gebruik van meervoudig onverzadigde vetzuren bij kankerpatiënten: de zonne-energie zou via deze vetzuren gemakkelijk op het lichaam inwerken. Dit zou de gunstige werking van de onverzadigde vetzuren (hun vermogen zuurstof op te nemen) op de celademhaling versterken.

Naast het gebruik van genoemde oliën stoelt het Budwig-dieet vooral op lacto-eiwitten in de vorm van kwark. Een harmonische olie-eiwit verhouding vormt de dieetbasis, waaraan verder veel groenten, vruchten, groentesappen en ook tarwekiemolie wor-



den toegevoegd. Voornaamste zetmeelbronnen zijn volle rijst, havervlokken en boekweit.

#### e —Orthomoleculaire suppletie

Dit is het aanvullen van een tekort aan vitamines en mineralen. Al lang voordat het bestaan van vitamines wetenschappelijk was bewezen, was bekend dat er in voedsel iets moest zitten, waarvan een tekort ernstige ziekten kon veroorzaken. Heden ten dage is er een nieuw probleem bijgekomen: de vernietiging van vitamines door het gebruik van allerlei milieuvriendelijke stoffen. Zo vernietigt chloor (in drinkwater) vitamine E en de darmflora. De fysiologische darmflora maakt vitamines van het B-complex aan, maar een gedegenererde darmflora verbruikt juist vitamines. Door antibiotica wordt de darmflora aangetast, waardoor er meer gisting ontstaat door paracoli, die o.a. kalk binden en onoplosbaar maken. Oestrogeen (de pil) onttrekt veel B-vitamines aan het lichaam, evenals alcohol, dat ook magnesium onttrekt. Roken onttrekt vitamine C en E etc., inblikken kost jodium, selenium, foliumzuur, vitamine E en B-vitamines. Giftstoffen uit het milieu moeten als we ze eten ontgift worden door enzymen — ook dit kost vitamines. Het bewaarbaar maken van ons voedsel heeft het nodig gemaakt granen en bonen van hun schil te ontdoen, waarin juist bijna alle vitamines en mineralen zitten. Het (te lang) koken, het kookwater weggooien en het gebruik van veel suiker, onttrekt eveneens zeer veel vitamines en mineralen. Minder bekend is dat het gebruik van meervoudig onverzadigde vetten (als olie) extra behoefte aan vitamine E schept. Een tekort hiervan leidt onder meer tot moeheid en dit is de meest voorkomende klacht van patiënten die een (natuur)arts bezoeken. Veel stress zorgt voor een verhoogde behoefte aan vitamines (B-complex, E en C) en magnesium. Gebrek aan B-vitamines laat het lichaam — de hele fabriek van opbouw en afbraak — minder goed functioneren.

#### f —Symbiontetherapie

Dit is een bijzondere vorm van orthomoleculaire

suppletie. Het betreft een behandelmethode met als doel de verstoorde bacteriënsamenstelling in het spijsverteringskanaal te herstellen. Deze verstoorde flora is oorzaak van vele ziekten en is gevolg van onze veranderde (verslechterde) levens- en voedingsgewoonten. Een gezonde samenleving (symbiose) van mens en bacterie bevordert de stofwisseling en de functie van het immuunsysteem. Het GALT (gut associated lymphoid tissue) speelt een belangrijke rol bij de opbouw van onze immuniteit. Verstoring van de darmflora leidt tot ziekte doordat gasvormende bacteriën door rotting en gisting veel toxines afgeven, die het lichaam vergiftigen en de functie van het immuunsysteem kunnen remmen. De symbionten worden in laboratoria gekweekt en langdurig aan de patiënt toegediend.

#### g —Kruidengeneeskunde

Dit is al sinds honderden jaren een van de belangrijkste therapieën geweest. In het begin van de negentiende eeuw slaagde men erin de meest werkzame bestanddelen uit de planten te zuiveren en af te scheiden, zoals morfine, kinine en nicotine. De laatste vijftig jaar tracht men in Duitsland, Frankrijk en recentelijk ook in Nederland de geneeskragtige werking van kruiden wetenschappelijk aan te tonen. Voor deze benaderingswijze wordt de term fytotherapie gebezigd (*phyton* = plant). Kruiden kunnen geheel of gedeeltelijk gebruikt worden. Ze worden verwerkt tot sappen, vaste of vloeibare preparaten, of worden gedroogd, om er eventueel thee van te zetten. Ook kunnen ze verwerkt worden tot pillen of alcoholische aftreksels (tincturen). In het algemeen zijn er bij oordeelkundig gebruik geen ernstige bijwerkingen te verwachten. Hun kwaliteit, veiligheid en werkzaamheid worden in toenemende mate wetenschappelijk gecontroleerd.

#### h —Massage

Massage is het door middel van bepaalde handgrepen inwerken op lichaamsweefsel en organen. Deze behandeling van ziekten kan algeheel of lokaal worden toegepast. Massage bevordert het afvloeien

van het bloed en de lymfe naar het hart en werkt kalmerend op de huidzenuwen. Strijken (effleurage) dient steeds met de bloedstroom mee te gaan, in de richting van het hart. Vervolgens worden bij het kneden (patrisage) de weke delen tot op het bot doorwerkt, waardoor stuwingen en harde plekken in de spieren worden opgeheven. Rollen ondersteunt deze werking: dit is een tegengestelde verschuiving van weke delen, doordat de ene hand zich ten opzichte van de andere in tegengestelde richting beweegt en de weke delen uitgerekt worden. Wrijven (frictie) gebeurt tot slot, in cirkelvormige bewegingen met de bal of zijkant van de hand of de vinger-toppen (ook wel cirkelen genoemd). Dit dient om de pijn te verzachten of harde spieren zacht te maken, en stofwisselingslakken in het weefsel te verdelen en af te voeren. Massage kan ook als reflextherapie worden ingezet, bijv. voetzool, rebalancing of shiat-su, ter stimulering van inwendige organen.

#### i — Biofysische regulatie

Dit is een van de moderne verworvenheden van de natuurgeneeskunde. Het betreft hier een aantal methoden waarbij moderne elektronische apparatuur ingezet kan worden om energieën te meten en te reguleren.

### Resumé

De natuurgeneeskundige methoden zijn eenvoudig en gaan evenals de filosofie en diagnostiek uit van de gehele mens. Ze zijn integrerend, empirisch, subjectief en richten zich op constitutie en dispositie. Natuurgeneeskunde werkt tevens preventief en maakt de mens onafhankelijk van de arts. Ze is in principe onschadelijk.

Uitgangspunten van de natuurgeneeskunde:

- natuurgeneeskunde betreft alle niveaus van ons bestaan bij de behandeling en zij tracht ziekte als zinnig te doen ervaren
- diagnostiek en therapie hebben hun aangrijpingspunt op het humoraal/cellulaire niveau
- ziektesymptomen, althans de meeste, zijn in wezen nuttige, zelfgenezende en zelfbeschermende reacties van de zieke
- diagnostiek in de natuurgeneeskunde is het waarnemen en duiden van deze zelfgenezende en zelfbeschermende reacties
- therapie richt zich op het zoveel mogelijk ondersteunen, opwekken of reguleren van de zelfgenezende reacties van de zieke, dus op het zoveel mogelijk respecteren van het natuurlijke ziekteproces
- middelen/methoden zijn in de natuurgeneeskunde te onderscheiden in basis- en hulptherapieën
- therapie mag niet schadelijk zijn voor andere delen of niveaus van de mens en behoort vrij zijn van irreversibele bijwerkingen

### Literatuur

- Aschner, B. (1977) *Technik der Konstitutions-therapie*, Haug Verlag, Heidelberg
- Bircher Benner, R. (geen datum) *Handboekjes*, De Driehoek, Amsterdam
- Bircher, R. (1996) *Geheimarchiv der Ernährungslehre*, Edition Wendepunkt
- Bosman-Jelgersma, H.A. & P. van Foreest, *De Hollandse Hippocrates*, Krommenie
- Brennan, B.A. (1988) *Licht op de aura*, Becht, Haarlem
- Budwig, J. (1959) *Das Fettsyndrom*, Hyperion, Freiburg
- Dethlefsen, D. (1987) *De zin van ziek zijn*, Ankh-Hermes, Deventer
- Houtsmuller A.J. (1995) *Niet Toxische Tumor-therapie*, Bohn Stafleu v. Loghum, Houten
- Janov, A. (1981) *De oergevoelens van het kind*, Ankh-Hermes, Deventer
- Linnemans, W.A.M., Schamhart, D.H.J., Wijk, R. van (1984) Gezondheid, het basis-bioregulatiesysteem en natuurgeneeswijze, *Tijdschrift voor Integrale Geneeskunde*, 1(6), pp.258-265
- Mayr, F.X. (1974) *Fundamente zur Diagnostiek der Verdauungskrankheiten*, Turmverlag, Bietigheim
- Reckeweg, H. (1977) *Homotoxikologie-Ganzheitsschau und Synthese der Medizin*, Baden Baden



## BIJLAGE: HET SCHEMA VAN RECKEWEG

Ziekte wordt door Reckeweg opgevat als een voortgaand intoxicatieproces. Dit proces is door Reckeweg ingedeeld in een drietal stadia, het humorale en het cellulaire ziektestadium, elk met drie verschillende fases. Als overgang hiertussen plaatst hij de derde, in het kader van dit boek niet verder uitgewerkte matrixfase. Bedoelde stadia worden hieronder nader toegelicht en tot slot schematisch gepresenteerd.

### Het humorale ziektestadium

- *Uitscheidings- of excretiefase*  
Er treedt hierbij een acute ziekte op die begint met excretie: door middel van niezen, slijm opgeven in catarrhale uitscheidingen in alle slijmuidelen van het lichaam, alsmede door overgeven, diarree en verhoogde urine-uitscheiding, worden de gifstoffen en microben weggespoeld. Alle maatregelen die dit gifuitscheidingsproces bevorderen of imiteren, zoals vasten, ontlasten, laxeren, clysteren, zweten, baden, wassingen, etc., blijken hierbij de meest succesvolle therapie te zijn.
- *Respons- of reactiefase*  
Als het lichaam ondanks de uitscheidingsmaatregelen uit de voorgaande fase de toestand niet meester kan worden, probeert het zich door middel van het genereren van koorts en/of ontstekingen (die de afbraak van toxines bevorderen) te zuiveren. De respons van het lichaam is gericht op het vormen van slijm, etter en troebel vocht (exsudaat). Hete omslagen, sauna of oververhittingsbaden, al of niet lokaal, imiteren en/of bevorderen de zelfgenezing.
- *Verslakkings-, neerslag-, of pseudo-stille fase*  
Wanneer het lichaam niet meer in staat is zijn slakken uit te scheiden, zet ze hen 'op dood spoor': er vindt opslag plaats in vet- en bindweefsel waardoor de functies van deze weefsels

sterk belemmerd worden. Door middel van massages of drainage met kruiden valt te trachten de weg naar gezondheid terug te vinden.

### Het cellulaire ziektestadium

In dit stadium zijn er eveneens drie fasen te onderscheiden:

- *Fase van opnieuw vergifigen of impregneren*  
Het cellulaire ziektestadium kan tot ontwikkeling komen als de opgehoopte giftige stoffen niet kunnen worden uitgescheiden of opgeslagen. De gifspiegel stijgt, zodat de celstructuur wordt aangetast. Als gevolg daarvan vinden we beschadigingen en wordt de functie van organen geleidelijk aangetast.
- *Ontaardings- of degeneratiefase*  
De schade, die nu het meest op de voorgrond treedt, grijpt hier zo diep in de orgaanstructuur in, dat deze onherstelbaar is geworden wat mogelijk tot uitval leidt.
- *Kankervormende of neoplasmafase*  
De wijze waarop kanker ontstaat stelt de wetenschap – ook nu nog – voor talrijke raadsels. Zonder twijfel zijn er bij kanker specifieke kankerbevorderende gifstoffen (carcino-toxines) aan het werk. Alles wijst erop dat deze gifstoffen slechts hun verwoestende werking kunnen uitoefenen, waar reeds lange tijd een onophoudelijke of bijzonder ernstige toxische belasting de gevoeligheid of vatbaarheid voor kanker heeft bewerkstelligd. Dit kan aan de ontaardende cel en via het falende immuunsysteem plaatsvinden.

Het periodiek systeem van ziekten volgens Reckeweg (in beknopte vorm)

Weefsel	Humorale fasen (Dispositie)		
	Excretiefase	Reactiefase	Depositiefase
<b>1 Ectodermaal</b>			
a epidermaal huid	zweet, tranen, talg, oorsmeer, hormonen van de hypofyse voor-kwab kunstmatig: sauna, catharide, etc.	kinderziekten met rode vlekjes (rode hond, waterpokken), acne, eczeem, schimmel, strontje, cariës, melkklier-ontsteking	moedervlekken, wratten, staar, schimmel, jeuk
b orodermaal (slijmvlies van mond en neus)	speeksel, slijm	verkoudheid, aften, mond- en klauwzeer, mondslijmvliesontsteking, tandvlees- en tong-ontsteking	slijmvlieszwellingen, neuspoliepen
c neurodermaal (huid-zenuw-weefsel)	vocht in blaasjes bij herpes zoster (gordelroos)	herpes zoster, polio, myelitis encephalitis, koortsuitslag, ischias	trigeminus neuralgie, ischias, beginvorm van migraine, maagzweren, astma, angina pectoris
d sympatico-dermaal	produkten van bepaalde cellen in schildklier, testikels, ovaria, etc.	galbulten, rode uitslag, neuralgieën (zenuwpijnen)	maagzweer, astma, angina pectoris, hoge bloeddruk
<b>2 Endodermaal</b>			
a mucodermaal slijmvliespoliepen (slijmvlies van blaas, darmen, longen, blaas, etc.)	afscheidingen darm, long, blaas, etc. kunstmatig: lavementen, clisma's	keelontsteking, bronchitis, hoesten, griep, maagontsteking, tyfus, astma, colitis, blaasontsteking	slijmvliespoliepen aan keel, blaas, einddarm, obstipatie, otosclerose
b organodermaal (organen)	afscheiding door galblaas, alvleesklier, schildklier	bof, longontsteking, ziekte van Weil, hepatitis, galstenen, galblaas-ontsteking	galstenen, stuwingslever, struma
<b>3 Mesenchymaal</b>			
a interstitiodermaal	afscheiding door bindweefsel, o.a. hyaluronzuur	oedeem, abscessen (slokdarm, nieren), karbunkel, otitis media	vetzucht, oedeem

<b>Cellulaire fasen (Constitutie)</b>			
	<i>Impregnatiefase</i>	<i>Degeneratiefase</i>	<i>Neoplasmafase</i>
	ziekte van Addison, pigmentering, jeuk. Ook: verbranding, röntgenbestraling, kwikbehandeling, tatoëringen	lepra, ziekte van Paget, acromegalie (groeistoornis), syndroom van Cushing (te veel bijnierschors hormoon), psoriasis	(kankerfase) huidkanker, melanoom, hypofysetumoren
	hooikoorts, leukoplakie (witte plek op slijmvlies), neusverkoudheid	stinkneus, leukoplakie (witte plek op tong)	kanker van neus- en mondslijmvlies, lippen en tong
	zenuwpijnen (trigeminus, neuroom, ischias), beginnende verlammingen, zenuwbeschadiging tgv medicijnen (oor, oog, etc.), tics, migraine, duizeligheid, Menière, zenuwzwakte, hysterie	M.S., ziekte van Parkinson, ALS., poliomyelitis, epilepsie, schizofrenie, oorbeentjesverkalking	zenuwtumoren (neurinoom, glioom)
	slagaderverkalking, angina pectoris, astma, hooikoorts, maagzweer, epilepsie, M.S.	verlammingen, zenuwverbindingweefseling	zenuwtumoren (sarcomen)
	heesheid, maagzweer, angina pectoris	tbc aan de slokdarm, longen en darm, darm- poliepen	slokdarm-, maag-, darm- en longkanker (adenocarcinoom)
	anorexia, leverfunctiestoornis, leverbeschadiging, schildklier, (Basedow)-kramp (door bijnierschors kliertjes)	levercirrhose, suikerziekte, vetlever, alveesklierontsteking, dwerggroei, (kretinisme)	kanker van galblaas, lever, alveesklier, schildklier, thymus (zwezerik)
	stoorveldwerking, oedeem, elephantiasis	hottentottenschort, vermagering en uitputting bij kanker	bindweefsel tumoren (sarcomen)

<b>b osteodermaal (botweefsel)</b>	afscheiding naar binnen (interne secretie), bloedvorming	paradonthose, arthritis, coxitis	botuittulping, hernia (rug), beenvliesontsteking, hamertenen
<b>c haemodermaal (bloed, vaten, hart en bloedcellen)</b>	antilichaamvorming, menstruatie, aambeibloeding	pest, malaria, spataderontsteking, longembolie, bloedneus, roodvonk, bloeding uit aambeien	spataderen, kransslagaderverkalking, hartklepziekte, aambeien
<b>d lymfodermaal (lymfesysteem)</b>	afscheiding door de lymfklieren (inclusief de appendix en tonsillen)	appendicitis, angina, tonsillitis, bloedvergiftiging (lymfangitis), hersenvliesontsteking	chronische amandelontsteking, klierzwellingen bij scrofulose, bindweefselwoekering in de borsten
<b>c cavodermaal (gewrichtsholten)</b>	afscheiding door gewrichtsholten, hersenholten en slijmbeurzen	polyarthritis, slijmbeursontsteking	watrigewrichten, gewrichtsontsteking, waterhoofd
<b>4 Mesodermaal</b>			
<b>a nephrodermaal (nierweefsel)</b>	afscheiding door nieren, bijniere, urinewegen	nier- en nierbekkenontsteking	nierstenen, hoge bloeddruk vanuit de nieren, zwakte van de bijniere, hierdoor te lage weerstand tegen ontstekingen en rheuma
<b>b serodermaal (lichaamsvliezen)</b>	afscheiding door buikvlies, hartzakje en longvlies	pleuritis, buikvliesontsteking	vocht in hartzakje, longvlies en buikholte (ascites)
<b>c germinodermaal (geslachtsklieren)</b>	afscheiding door prostaat zaadblaasjes, menstruatie, eierstokken	witte vloed, prostaatontsteking, abortus, zaad- en bijbalontsteking, eileiderontsteking	eierstokcyste, prostaatvergroting, vleesboom in de baarmoeder, baarmoederpoliepen, opvliegers, bloedingen
<b>d musculodermaal (spieren)</b>	afscheiding door spieren, enzymen in melkzuur	weke-delen-reuma, peesontsteking, spierontsteking (myositis)	chronische weke-delen-reuma, jicht, verbenende spierontsteking
<i>Excretieprincipe. Fermenten intact. Zelfgenezingstendens. Prognose gunstig.</i>			

	beenvliesontsteking, botverweking, myeloïde leukaemie, bloedarmoede, loodvergiftiging	botverweking, bot-tbc, werveldegeneratie	bottumoren
	hartspierbeschadiging, hartritmestoornissen, miitzwelling bij syfilis en malaria; aorta aneurysma, bloedarmoede, huidbloedingen en etalagebenen, ziekte van Raynaud	lymfatische leukemie, bloederziekte, bloedarmoede, hersenverweking, hersenbloeding	ziekte van Kahler, bloedvatgezwollen leukemie
	chronische amandelontsteking, lymfatische leukaemie: voorstadium	lymfklierzwellingen	lymfgezwollen
	waterhoofd, hersenbloedingen	gewrichts-tbc	bot- en hersenvliestumoren
	voorstadia nierziekten, bloed in de urine, eiwit in de urine	schrompelnieren, nier-tbc	nierkanker
	ontsteking en vocht in longvlies, hartzakje en buikvlies	longvlies-tbc, buikvlies-tbc	kanker van de lichaamsvliezen
	vlesboom, ontsteking van de eierstok + eileiders door onderdrukken van de witte vloed, zaadbalontsteking, aanleg voor impotentie, vaginisme en kruispijn	tbc van eierstokken en zaadballen, steriliteit, cyste van de eierstokken	baarmoederkanker, zaadbal-, prostaat- en eierstokkanker
	aanleg voor spierdystrofie en verbening van de spieren	progressieve spierdystrofie	spierkanker (sarcoom)

Condensatieprincipe. Fermenten beschadigd. Tendens tot verslechtering. Prognose dubieus.