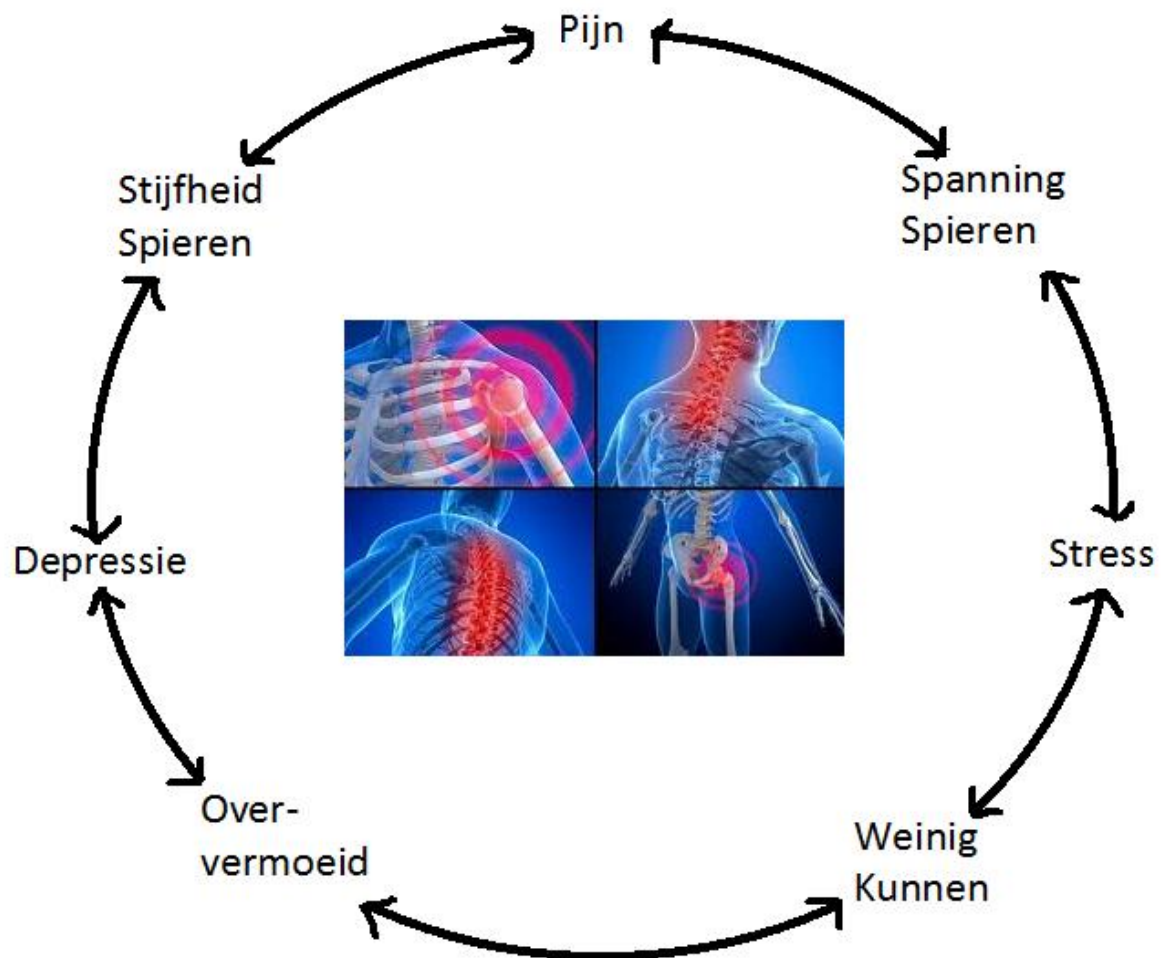


# Scriptie Fibromyalgie

## *De Fybromyalgie Cyclus*



Marjon Bot - Nieuweboer

# Voorwoord

Bij deze wil ik man en kinderen bedanken, voor hun geduld. Mijn buurvrouw voor haar niet aflatende support. Marian van Kooten voor haar informatie m.b.t. buitenlands onderzoek. De FES voor het sturen van informatie over fibromyalgie en hun bereidheid mee te werken aan het onderzoek. En uiteraard de beide homeopaten die mij hun case hebben toegezonden. Bovenal bedank ik de 4 patiënten, die genoeg vertrouwen in mij wilden stellen om aan dit onderzoek mee te willen werken.

## Inleiding

Deze scriptie gaat over fibromyalgie.

Waarom?

Ik heb tot nu toe, drie mensen ontmoet, met fibromyalgie achtige klachten. Eén daarvan was onder behandeling bij een homeopaat.

- Alle drie hadden ze te kampen met relationele stress.
- Alle drie voelden zij zich niet gewaardeerd door hun omgeving.
- Alle drie deden ze zoveel mogelijk voor (de) ander(en), om maar een stukje erkenning te krijgen.

Is dit toeval?

Dat wilde ik onderzoeken.

Ik geef in deze scriptie antwoord op de volgende vragen:

## Inhoudsopgave

|                                                                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Wat is fibromyalgie? .....                                                                                                     | 4  |
| Nederlands statistisch materiaal .....                                                                                         | 4  |
| Wat zijn de oorzaken van fibromyalgie? .....                                                                                   | 5  |
| Wat zijn de symptomen, generaliteiten en modaliteiten van fibromyalgie? .....                                                  | 6  |
| Hoe is het ziekteverloop? .....                                                                                                | 9  |
| Kan je bepaalde klachten verklaren? .....                                                                                      | 10 |
| Wanneer wordt de diagnose gesteld? .....                                                                                       | 12 |
| Waaruit bestaat de reguliere behandeling van fibromyalgie? .....                                                               | 14 |
| Medicatie: .....                                                                                                               | 14 |
| Tegen de pijn .....                                                                                                            | 14 |
| Tegen de depressie en/of slaapproblemen .....                                                                                  | 14 |
| Psychotherapie: .....                                                                                                          | 15 |
| Fysiotherapie/ Ergotherapie / Mensendieck en Cesartherapie / Sporten: .....                                                    | 15 |
| Chirurgie: .....                                                                                                               | 15 |
| Multidisciplinair Programma Fibromyalgie: .....                                                                                | 15 |
| Zijn er onderzoeken gedaan naar alternatieve behandelwijzen? .....                                                             | 16 |
| Welke onderzoeken hebben gekeken naar het effect van homeopathie op patiënten met fibromyalgie en wat was het resultaat? ..... | 17 |
| Wat betekent het voor de patiënt om fibromyalgie te hebben? .....                                                              | 18 |
| Hebben fibromyalgie patiënten bepaalde karaktereigenschappen gemeen? .....                                                     | 20 |
| Welke middelen komen uit de repertorisatie van de karaktereigenschappen naar voren? .....                                      | 21 |
| Carcinosinum cum cuprum in .....                                                                                               | 22 |
| Lycopodium .....                                                                                                               | 24 |
| Welke middelen komen uit de repertorisatie van de fysieke hoofdsymptomen naar voren? .....                                     | 25 |
| Rhus-toxocodendron .....                                                                                                       | 26 |
| Casuïstiek .....                                                                                                               | 27 |
| Case nr 1: Dirk .....                                                                                                          | 27 |
| Ruta .....                                                                                                                     | 30 |
| Case nr 2: Iebeltje .....                                                                                                      | 31 |
| Kali - arsenicosum .....                                                                                                       | 33 |
| Case nr 3: Jolanda .....                                                                                                       | 34 |
| Case nr 4: Elske .....                                                                                                         | 38 |
| Opium .....                                                                                                                    | 40 |
| Case nr 5: Tonnie .....                                                                                                        | 41 |
| Lac caninum .....                                                                                                              | 43 |
| Case nr 6: Marijke .....                                                                                                       | 44 |
| Phosphorus .....                                                                                                               | 48 |
| Conclusie .....                                                                                                                | 49 |

## Wat is fibromyalgie?

Letterlijk betekent fibromyalgie: Pijn in bindweefsel en spieren.

Bindweefsel en spieren zijn de weke delen van ons bewegingsapparaat. Daarom wordt fibromyalgie wel, weke delen reuma genoemd.

Het is geen aandoening, maar een verzameling van symptomen ofwel, een syndroom. De mate waarin iemand last heeft van fibromyalgie kan dag tot dag verschillen, maar is wel chronisch.

## Nederlands statistisch materiaal

Het Reumafonds hanteert een driedeling m.b.t. chronische aandoeningen van het bewegingsapparaat:

- Ontstekingsreuma
- artrose/slijtage reuma en
- weke delen reuma, inclusief fibromyalgie

Uit het onderzoek naar reumatische aandoeningen door TNO in 2006 blijkt dat: 2,3 miljoen mensen (19,1% van de nationale bevolking) van 20 jaar en ouder reumatische klachten heeft. ( Dit is ongeveer 1 op de 5 mensen.)

Van dit aantal heeft 1,4 miljoen ( 11,6% van de algemene bevolking) mensen last van chronische klachten. 2/3 van dit aantal is vrouw.

60% van dit aantal heeft lager beroepsonderwijs gevolgd of middelbaar algemeen/beroepsonderwijs afgerond.

**Ontstekingsreuma:** Van de 2,3 miljoen is bij 790.000 mensen van 20 jaar en ouder ooit ontstekingsreuma vastgesteld. Hiervan hebben 490.000 mensen chronisch last. (4,1% van de algemene bevolking).

**Artrose/slijtage:** Van de 2,3 miljoen is bij 1,2 miljoen Nederlanders primaire artrose vastgesteld. Dit is 9,6% van de algemene bevolking. Hiervan heeft 5,7% chronische klachten. (680.000 mensen)

**Weke delen reuma:** Bij ruim 460.000 mensen is ooit een vorm van weke -delen reuma vastgesteld. Van wie ruim 275.000 mensen chronische klachten ervaren. Van dit aantal hebben 219.000 Nederlanders fibromyalgie (1,8% van de algemene bevolking) als diagnose gekregen en ervaren 150.000 personen (1,5%) chronische klachten.

Ter vergelijking: In Denemarken lijdt 0,6% van de bevolking aan deze ziekte.<sup>1</sup>

*1: Bron: The Lancet Nr. 8820 Vol 340, september 1992, page 663 Conference Fibromyalgie : De verklaring van Kopenhagen*

## Wat zijn de oorzaken van fibromyalgie?

Oorzaken zijn niet bekend.

Er zijn wel theorieën die de oorzaak van de ziekte proberen te verklaren.

- **Aansturing vanuit hersenen (neurotransmitters)**  
Er zijn mensen die denken dat fibromyalgie iets te maken heeft met hoe de hersenen de spieren aansturen. Normaal gesproken regelen de hersenen samen met hormonale klieren automatisch wat de spieren moeten doen. Maar bij mensen met fibromyalgie zou deze samenwerking verstoord zijn. Waar die verstoring door zou komen is onbekend. Het is ook niet duidelijk of deze verstoring een gevolg is of een oorzaak van de aandoening.
- **Prikkels selecteren**  
Een andere theorie over fibromyalgie is dat het iets te maken zou hebben met het mechanisme waarmee prikkels uit de buitenwereld geselecteerd worden. Bij mensen met fibromyalgie zou dit selectiemechanisme niet goed werken.
- **Prikkels uitleggen**  
Een andere gedachte over fibromyalgie is dat het lichaam bepaalde prikkels verkeerd uitlegt. Prikkels die normaal geen pijn opleveren, beleeft het lichaam toch als pijn.
- **Meer en meer deskundigen veronderstellen dat fibromyalgie mede ontstaat door toxische overbelasting en verzuring en een aanleg voor (familiale voorgeschiedenis van) reuma.**
- **Veel fibromyalgie patiënten ervaren chronische (relationele) stress. Dat zou een verklaring kunnen zijn voor de slaapproblemen. Uit een enquête waar meer dan 1000 patiënten meededen bleek dat 90% van de fibromyalgie (FMS) en CVS/ME patiënten slaapstoornissen hadden, terwijl maar 1% aangaf dat ze deze slaapstoornissen hadden voordat de ziekte zich openbaarde.**

### **Pijndemping in hersenen bij Fibromyalgie verstoord**

Geplaatst op: 14-04-2010

De neurowetenschapper Karin B. Jensen ontdekte onlangs dat bij fibromyalgie patiënten het pijndempingsmechanisme verstoord is. Pijnsensitiviteit, angst of depressie spelen daarbij geen rol. Bepaalde genen wel. Medicijnen kunnen helpen de pijn te verlichten.

### **Fibromyalgie en vitamine-D-tekort**

Geplaatst op: 15-12-2009

In diverse onderzoeken wordt de hypothese genoemd dat fibromyalgie een vitamine-D-tekort is. Onderzoekers waren benieuwd of vitamine D invloed uitoefent op de ernst van de klachten die fibromyalgie- patiënten vaak ervaren zoals pijn, vermoeidheid en onverklaarde spierpijn.

## Wat zijn de symptomen, generaliteiten en modaliteiten van fibromyalgie?

Fibromyalgie is een verzameling van klachten (symptomen). Hieronder vallen de volgende klachten:

### *Allereerst pijn:*

Pijn in rug, nek of schouders, of in het borstbeen, aan de zijkant van de heupen of aan de binnenkant van de knie. (Gewrichten, spieren en pezen.)

Hoe deze pijn wordt ervaren is verschillend. Sommige mensen noemen de pijn stekend, anderen brandend of zeurend.

### **Nieuwe parameters helpen chronische pijn 'tussen de oren' herkennen**

Geplaatst op: 08-06-2010

Wanneer artsen geen oorzaak kunnen vinden voor chronische pijnklachten, zegt men wel eens dat de pijn 'tussen de oren' zit. Deze stelling klopt niet echt, omdat de pijn te wijten kan zijn aan een overgevoelig centraal zenuwstelsel.

### *Krachtverlies:*

Soms ervaren mensen krachtverlies in hun spieren. Bepaalde handelingen worden moeizaam. Zoals tassen dragen bij het boodschappen doen of gaan zitten en weer opstaan.

### *Stijfheid:*

Veel mensen ervaren ochtendstijfheid in het hele lichaam of worden stijf als ze lang in dezelfde houding hebben gezeten of gestaan.

### *Overige klachten:*

- Een zwaar gevoel in armen of benen
- Tintelingen in armen of benen
- Branderig of verminderd gevoel in de huid
- Hoofdpijn
- Opgezette vingers
- Geheugenverlies

*Veel voorkomende nevenklachten (concomiterende symptomen):*

*Slaapproblemen:*

Veel mensen met fibromyalgie hebben last van slaapproblemen. (60-90% van de fibromyalgie patiënten) Soms komen ze niet goed in slaap, omdat ze liggen te piekeren. Soms slapen ze wel, maar worden ze vaak wakker door de pijn. Het gaat meestal gepaard met vermoeidheid bij het opstaan. Dit noemen we een slaapstoornis. Moeilijkheden bij het inslapen, slecht doorslapen, vroeg wakker worden en moe wakker worden met vaak als gevolg een verschuiving van het dag en nachtritme.

25% van de fibromyalgie en CVE/MS patiënten heeft last van slaap-apneu.

16% van de fibromyalgie en CVE/MS patiënten heeft last van het restless leg syndrome.

Een logisch gevolg hiervan is:

*CVS /ME, het chronische vermoeidheidssyndroom (myalgische encefalomyelitis)*

Een vermoeidheid die:

- onverklaarbaar is (medisch dan.)
- continu aanwezig is (en aanhoudt voor een half jaar of langer) of telkens terugkeert
- nieuw is of een duidelijk begin heeft (dus niet het hele leven al aanwezig is)
- niet het gevolg is van voortdurende inspanning, niet aanzienlijk vermindert door rust
- een meer dan 50 % vermindering van het vroegere activiteitsniveau op het gebied van werk, studie, sociale of persoonlijke activiteiten tot gevolg heeft.

**Rol van Co-Enzym Q10 tekorten bij CVS / ME**

Geplaatst op: 17-06-2010

Recentelijk werd een voorpublicatie geplaatst over een onderzoek van Maes et al naar tekorten van co-enzym Q10 bij mensen met CVS/ME.

*Hypoglycemie:*

Sterke schommelingen in de bloedsuikerspiegel.

*Stemmingsklachten:*

Lichamelijke pijn en vermoeidheid zijn niet bevorderlijk voor het humeur. Angst, depressies, concentratieproblemen, vergeetachtigheid en moeite hebben om beslissingen te nemen, komen daarom ook voor.

*Obesitas:*

Obesitas wordt gedefinieerd als een chronische ziekte, waarbij een zodanig overmatige vetstapeling in het lichaam bestaat dat dit aanleiding geeft tot gezondheidsrisico's. Als de BMI = Body Mass Index = het percentage vet gerelateerd aan het gewicht en de lengte, hoger is dan 25, spreek je van overgewicht, als deze hoger is dan 30 ben je obese = zwaarlijvig. Is deze meer dan 40, dan ben je ernstig zwaarlijvig. Stapeling van overmatig vet onder het middenrif en in de borstwand kan druk uitoefenen op de longen en leiden tot ademhalingsmoeilijkheden en kortademigheid, zelfs bij zeer geringe inspanning. De ademhalingsproblemen kunnen leiden tot ernstige slaapstoornissen en tot tijdelijke ademstilstand (slaap-apneu). Dit resulteert dan weer in slaperigheid overdag.

Overgewicht kan diverse orthopedische klachten veroorzaken, waaronder lage rugklachten en verergering van artrose, vooral in heupen, knieën en enkels.

De gemeenschappelijke factoren tussen zwaarlijvigheid en fibromyalgie zijn, een verstoring van de HPA –as, (*hypothalamic-pituitary-adrenal (HPA) axis*), overmatige productie van cortisol en een verzwakt immuunsysteem.

#### **Overgewicht verhoogt kans op fibromyalgie**

Geplaatst op: 03-06-2010

Het is algemeen bekend dat overgewicht vele ziekten tot gevolg kan hebben. Minder bekend is dat overgewicht ook kan leiden tot fibromyalgie, een invaliderende pijnlijke aandoening die gekenmerkt wordt door spierpijn en erg gevoelige punten op het lichaam.

In een nieuwe studie is naar voren gekomen dat vrouwen met een matig tot ernstig overgewicht (obesitas) een 60 tot 70 procent hogere kans hebben om fibromyalgie te ontwikkelen. Vrouwen, die vier of meerdere malen per week sporten, hebben een 29 procent lager risico op fibromyalgie dan vrouwen die weinig tot geen lichaamsbeweging hebben.

Bron: Edward Martin – *Healthier Talk*

#### *Darmklachten, het prikkelbare darmsyndroom (PDS):*

- Regelmatig diarree, obstipatie of allebei
- Een onregelmatige stoelgang
- Regelmatig buikkrampen, voorafgaand aan de stoelgang

Een onderzoek waarbij patiënten werd gevraagd naar details van hun symptomen wees uit dat 77 % van de fibromyalgie patiënten en 92 % van de mensen met CVS ook PDS-achtige klachten hadden.

#### **PDS, fibromyalgie en psychologische stress**

Geplaatst op: 30-06-2010

Fibromyalgie komt vaak samen met PDS voor, maar een relatie met andere functionele maagdarmproblemen is onduidelijk. In Madrid werd hier onderzoek naar gedaan. Men onderzocht in hoeverre functionele maagdarmproblemen voorkomen bij mensen met fibromyalgie en men bekeek eveneens de rol van psychologische factoren die hiermee verband hielden.

Bij patiënten met fibromyalgie kwamen vaker maagdarmproblemen voor (behalve overgeven) dan bij mensen die dat niet hebben. 98% van de mensen met fibromyalgie had tenminste één van de symptomen van een functionele buikklacht, in vergelijking met 39% van de controlegroep zonder fibromyalgie. Vooral PDS kwam vaak voor in combinatie met fibromyalgie.

#### *Hyperventilatie:*

Te snel en te heftig ademen, waardoor de hoeveelheid zuurstof in het bloed te hoog wordt, wat de volgende klachten met zich meebrengt:

- Versnelde hartslag
- Het hart slaat over
- Verhoogde transpiratie
- Angst voor een hartaanval
- Tintelende handen en voeten
- Wazig of dubbel zien
- Men denkt te gaan flauwvallen
- Helder denken is niet meer mogelijk
- Zonder aanleiding lachen of huilen
- Paniek
- En na afloop zeer moe



**Generaliteiten:**

Meer rust (vakantie) zorgt bij mensen ook vaak voor het afnemen van de klachten.

**Modaliteiten:**

Temperatuurswisselingen kunnen bij sommige mensen de symptomen verergeren. Andere mensen krijgen meer last als het buiten koud of vochtig wordt.

Bovenstaande klachten komen lang niet allemaal voor bij iedere fibromyalgie patiënt. Het klachtenpatroon kan dus verschillen, maar ook de intensiteit van de pijn. Dat kan zelfs van dag tot dag verschillen bij dezelfde patiënt.

**Hoe is het ziekteverloop?**

Ook dat is heel verschillend. De aandoening kan spontaan weer verdwijnen, maar bij veel patiënten is er sprake van een chronisch verloop. De meeste mensen met fibromyalgie hebben ernstige klachten die lang aanhouden. Het ziekteverloop leidt niet tot beschadiging van spieren of gewrichten.

## Kan je bepaalde klachten verklaren?

Als gevolg van de slaapstoornis, schijnen fibromyalgie patiënten niet in het diepe slaap stadium te raken (deltaslaap). In de deltaslaap maakt het lichaam heel wat verschillende chemische stoffen aan voor de heropbouw van het lichaam. Een van de stoffen is het groeihormoon. Men heeft vastgesteld dat bij mensen met fibromyalgie de hoeveelheid groeihormoon ongeveer 30% lager is, dan normaal. <sup>1</sup> Groeihormoon heeft een groot effect op het bindweefsel. Bindweefsel is het voornaamste herstelmechanisme van het lichaam. Het genereert ontstekingsremmers en witte bloedlichaampjes en anti-lichaampjes om infecties te bestrijden. Het bindweefsel wordt stijf en gespannen. Hierdoor krijg je verstoppingen (congesties) en zo ontstaan pijnpunten. (tenderpoints). <sup>2</sup> Als gevolg van de pijn kan je minder goed slapen en zo is het kringetje weer rond.

Het groeihormoon (STH=Somatotroop Hormoon / IGF-1) is van belang voor:

- Een normale groei (Lengte en breedte)
- Het stimuleert de eiwitsynthese ↔ gebrek aan energie
- Het stimuleert de splitsing van vetten
- Het draagt bij aan een correcte bloedsuikerregulering
- Het is betrokken bij de synthese van RNA en DNA
- Het bevordert het transport van aminozuren naar de weefsels
- Het bevordert de inbouw van aminozuren in de weefsels
- Het bevordert het herstel van atrofische spieren (slinken van de spiermassa door gebrek aan beweging.)
- Het verhoogt de belastbaarheid van spieren.

De aanmaak van groeihormoon wordt gestimuleerd door lichaamsbeweging en vasten, maar wordt geremd door insuline. De aanmaak van insuline wordt geremd door het spoorelement<sub>1</sub> zink. Insuline staat weer in relatie tot het stresshormoon cortisol, in die zin dat bij hogere insulinegehalten in het bloed ook hogere gehalten aan cortisol worden gevonden. Omgekeerd gaat bij stress zink verloren, waardoor het proces zelfversterkend is. Vetten remmen de opname van zink in de darmwand en een zinktekort verstoort het vetmetabolisme, waardoor het cholesterolgehalte in het bloed stijgt. Eiwitten bevorderen de opname.

Bij een zinktekort nemen de spoorelementen. mangaan en chroom de functie (gedeeltelijk) over, waardoor ook aan die spoorelementen gebrek kan ontstaan.

Zinktekort tast waarschijnlijk ook het immuunsysteem aan.

Zinktekort provoceert voedselintoleranties (denk aan diabetes, MS en migraine).

1 Spoorelementen zijn mineralen waarvan we maar zeer kleine hoeveelheid nodig hebben

Ons voedingspatroon is daarom heel belangrijk. Denk om:

- Verzadigde vetten (vlees, melkproducten, cacao, sauzen, snacks en koekjes)
- Melk en kaas (van koemelk)
- Suiker en suikervervangers
- Geraffineerde producten (witmeel)
- Alcohol, koffie en chocolade
- Smaakversterkers ( E621t/m E624)

Doordat de spieren s' nachts niet voldoende ontspannen, ontstaat ochtendstijfheid.  
(Magnesiumgebrek?)

De aanmaak van serotonine is ook lager bij fibromyalgie patiënten. Een laag gehalte aan serotonine wordt in verband gebracht met depressiviteit, slapeloosheid en een afname van de productie van melatonine (deze stof speelt een belangrijke rol in ons slaap/waakritme ).

1: *Bron: Growth Hormone Deficiency in Fibromyalgia, Robert Bennett, MD*

2: *Bron: Sleep, neuroimmune and neuroendocrine functions in fibromyalgia and chronic fatigue syndrome. Moldofsky H.*

## Wanneer wordt de diagnose gesteld?

Het syndroom fibromyalgie is moeilijk bij de patiënt vast te stellen. Dat komt omdat er geen test of bloedonderzoek bestaat om de ziekte aan te tonen. De diagnose wordt meestal pas na jaren onderzoek en uitsluiting van andere ziektebeelden vastgesteld.

De criteria voor de classificatie van fibromyalgie zijn:

- 1- Pijn en / of stijfheid op drie of meer plekken in het lichaam.
- 2- Die 3 plekken dienen zowel links als rechts in het lichaam, als ook boven en onder de taille te zitten.
- 3- De pijn en stijfheid dienen langer te bestaan dan 3 maanden. ( Chronisch is langer dan 3 maanden.)
- 4- Van de 18 pijnpunten (=tenderpoints) in het lichaam dienen er minimaal 11 pijn te doen.

Deze criteria zijn pas in 1990 ontwikkeld door het American College of Rheumatology. Ook al voldoet de patiënt aan deze criteria, dan nog zijn er doktoren die de diagnose niet zullen stellen.

### **Europees instrument spoort fibromyalgie op**

Geplaatst op: 30-11-2009

De diagnose van fibromyalgie is een uitdaging, vooral voor huisartsen, omdat de symptomen zo heterogeen zijn. Dat is het geval gezien de overlapping van symptomen van fibromyalgie en symptomen van andere aandoeningen zoals beginnende reumatoïde artritis, spondylitis ankylosans en psychiatrische aandoeningen. Er werd een screeningsinstrument ontwikkeld om de Europese huisartsen te helpen om patiënten met fibromyalgie snel op te sporen en om ze te verwijzen naar een specialist of een referentiecentrum voor pijnbehandeling.

### **Multidisciplinaire Europese experts**

Er werd een groep Europese multidisciplinaire experts samengesteld om de methode te definiëren en om de belangrijkste problemen te schetsen die te maken hebben met de diagnostiek van fibromyalgie. Op grond van een volledige literatuurstudie, ontmoetingen met artsen (n=6) en gesprekken met Engels-, Duits- en Franstalige patiënten (n=29) werd de inhoud van het screeningsinstrument bepaald. Het werd opgesteld in het Frans, het Duits en het Engels op grond van de woordkeuze van de patiënten zelf. Later werd het dan in de respectievelijke landen uitgetest bij patiënten met een bewezen (n=11) of vermoedelijke (n=4) fibromyalgie.

Er werd een hoge coherentie teruggevonden tussen de artsen en de patiënten van de verschillende landen. De pijn was de belangrijkste factor in termen van optreden, intensiteit, perceptie, ligging, verergerende en verlichtende factoren en impact op het leven van elke dag. Andere belangrijke factoren waren vermoeidheid, symptomen die gepaard gaan met fibromyalgie, lichamelijke en emotionele situaties die invloed hebben op de conditie van de patiënt, en de persoonlijke voorgeschiedenis en houding van de patiënt.

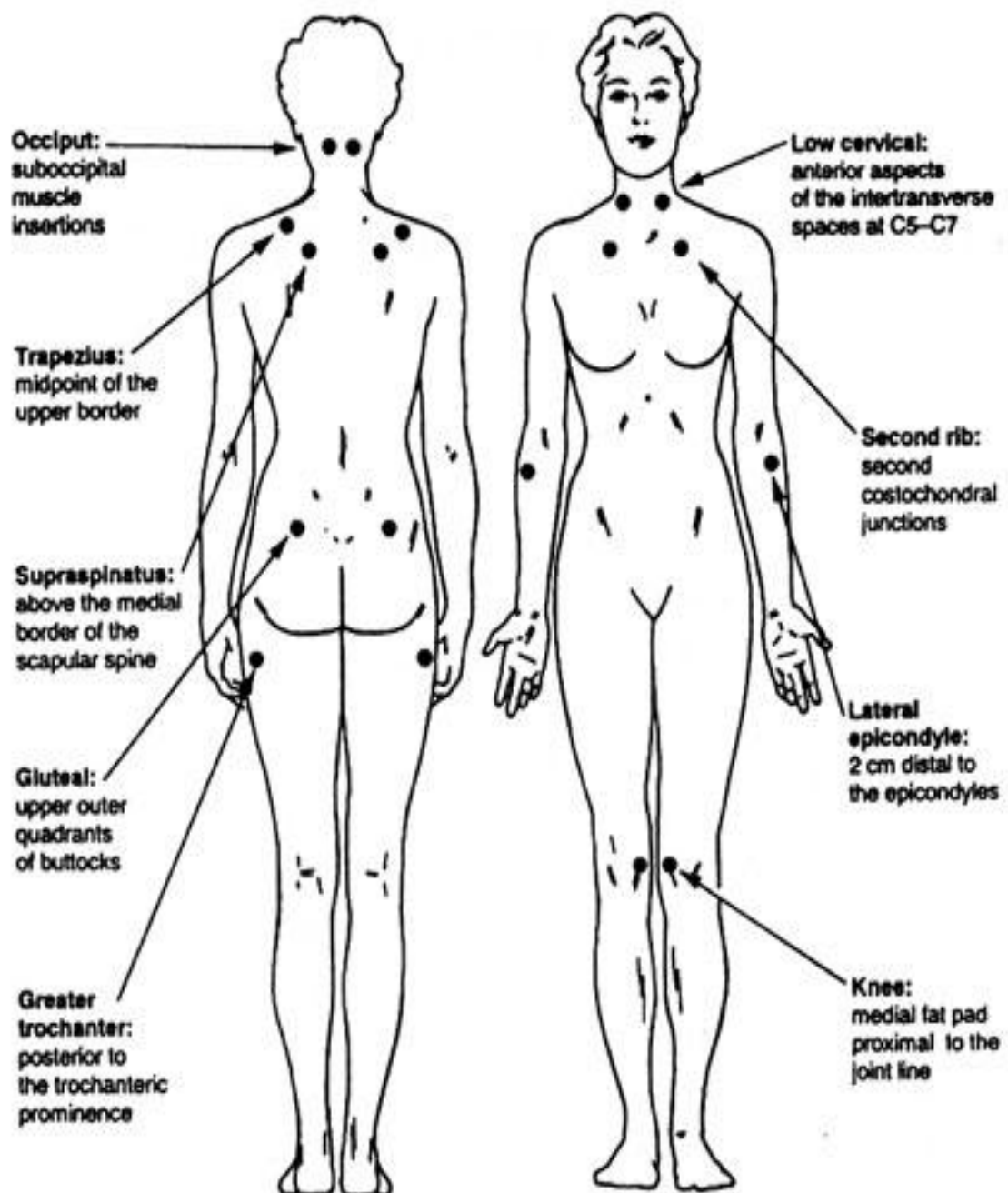
### **Meer dan pijn**

De conclusie van de experts was dat naast de beschrijving en de perceptie van de pijn en de symptomen meerdere factoren in beschouwing moeten worden genomen zoals de geschiedenis, de houding, de levenskwaliteit en sociaal-demografische gegevens van de patiënt om een fibromyalgie te diagnosticeren.

"Door al die factoren tegelijk te vatten en door de woorden van de patiënten zelf te gebruiken, zou het Europese instrument voor opsporing van fibromyalgie gebruiksvriendelijk en nuttig moeten zijn voor de huisartsen om patiënten met fibromyalgie tijdig te detecteren en hun behandeling te verbeteren", besloot Dr. Baron (Kiel, Duitsland). "Momenteel wordt het instrument kwantitatief gevalideerd."

Referentie:

Baron R. et al. Factors to help primary care physicians detecting fibromyalgia in routine practice. Abstract 16.



### Fibromyalgia Tender Points

General locations of the 18 tender points that make up the criteria for identifying fibromyalgia.

## Waaruit bestaat de reguliere behandeling van fibromyalgie?

Bron: <http://nl.wikipedia.org/wiki/Fibromyalgie>

De reguliere behandeling is gericht op het beperken van de pijn, omdat fibromyalgie niet met medicijnen kan genezen.

### Medicatie:

**Tegen de pijn** geeft de dokter een pijnstiller. Dat helpt doorgaans alleen om de pijnpieken te verminderen. Het meest gegeven wordt de paracetamol (eventueel met toevoeging van codeïne of coffeïne) of tramadol en als dat niet helpt of onvoldoende helpt een ontstekingsremmende pijnstiller (NSAID en/of COX-2 remmers).

- Een paracetamol heeft relatief weinig bijwerkingen.
- Codeïne versterkt de werking van Paracetamol, maar geeft ook meer bijwerkingen zoals een verminderd reactievermogen en obstipatie.
- Tramadol behoort tot de groep morfineachtige pijnstillers (opioïden). Het heeft een sterke pijnstillende werking. De belangrijkste bijwerkingen zijn sufheid en verstopping.
- NSAID's hebben een matig effect op de pijn maar kunnen maagklachten veroorzaken. Daarom kan het zijn dat de dokter ook een maagbeschermend of maagzuurremmend middel voorschrijft. Andere bijwerkingen zijn: slaperigheid, duizeligheid, verhoogde bloeddruk, verminderde bloedstolling, huidreacties en overgevoeligheidsreacties. Mensen met nier- of vochtproblemen, hartfalen, hoge bloeddruk en astma kunnen meer klachten krijgen.
- COX-2-remmers lijken op NSAID's. Als NSAID'S teveel bijwerkingen veroorzaken, geeft de dokter COX-2-remmers. Bij COX-2-remmers komen minder vaak maagzweren voor. Deze middelen hebben wel weer dezelfde bijwerkingen op bloeddruk, vochtbalans en nierfunctie. Voorbeelden van COX-2-remmers zijn etoricoxib, celecoxib en meloxicam.

**Tegen de depressie en/of slaapproblemen** geeft de dokter, amitriptyline of anders een middel uit de benzodiazepinen. Beide middelen mogen niet permanent gebruikt worden. Ze werken verslavend en het lichaam moet er steeds meer van gaan gebruiken om dezelfde werking te krijgen. Daarnaast zou de arts kunnen doorverwijzen naar maatschappelijk werk, psycholoog of psychotherapeut.

- Amitriptyline is van huis uit een middel tegen depressies. Het kan evenwel ook pijn verminderen. Voordat de pijn minder wordt, ben je wel 4 tot 5 weken verder. Amitriptyline heeft als bijwerkingen, een droge mond, verstopping, verwardheid en sufheid.
- Benzodiazepinen werken spierontspannend, rustgevend en maken suf.

## Psychotherapie:

De huisarts zou kunnen doorverwijzen naar maatschappelijk werk of een psycholoog. Deze instanties zullen proberen de patiënt te leren omgaan met de chronische pijn en/of de patiënt te leren omgaan met psychische stress.

Je kunt leren omgaan met chronische pijn als je weet waar deze door wordt veroorzaakt / vergroot. Zo leer je controle over de pijn te krijgen. ( *Cognitieve gedragstherapie* )

Psychische stress leidt tot verhoogde spierspanning. Als je beter met stress leert omgaan en/of leert hoe je moet ontspannen, kan je dit beperken.

## Fysiotherapie/ Ergotherapie / Mensendieck en Ceasartherapie / Sporten:

Bewegen kan de pijn en de stijfheid verminderen. Door het verbeteren van de houding en/of de conditie worden de spieren en het bindweefsel gemasseerd en ontstaat een betere doorbloeding. Ontspannen wordt makkelijker en pijn kan (tijdelijk) verminderen.

## Chirurgie:

Sinds kort bestaat de mogelijkheid om een chirurgische ingreep te ondergaan, waarbij onder plaatselijke narcose, zenuwbeklemmingen in enkels of ellebogen worden verholpen. Deze methode lijkt heel effectief te zijn. Van inmiddels 5000 geopereerde patiënten was na behandeling 52% pijnvrij, en bij 41% verminderden de klachten. Deze methode is echter nog jong, en daardoor niet erkend door de medische gemeenschap.

### **Daar is de chirurg die pijn wegsnijdt**

Editie: VENRAY, Publicatiedatum: 03-12-2003

Alsof je onder een vrachtwagen bent gekomen, zulke pijnen doorstaan mensen met fibromyalgie. Patiënten stuiten op een wereld van onbegrip, medici staan vrijwel machteloos, genezing geldt als onmogelijk. Helemaal onmogelijk? De Münchense hoogleraar Johann Bauer lijkt met 'acupunctuur-chirurgie' succes te boeken, maar wordt door de medische wereld genegeerd.

## Multidisciplinair Programma Fibromyalgie:

Een deel van het probleem aanpakken werkt niet. Daarom heeft de FES (Fibromyalgie Patiëntenvereniging, Eendrachtig Sterk), samen met het UMC St Radboud (Nijmegen) een multidisciplinair programma samengesteld voor de reguliere zorgverlening.

De basis is een fysiotherapeutische groepsbehandeling, soms ook met behulp van de cursus "Fibromyalgie, hoe verder..." en gesprekken met een psycholoog. Daarnaast kan het programma aangevuld worden met de hulp van een ergotherapeut, maatschappelijk werk of thuiszorg. Dit kan door de coördinator van het programma of de huisarts afgestemd worden met het team. De problemen die fibromyalgie met zich meebrengt, worden op alle vlakken aangepakt. Zo worden de pijn, vermoeidheid en de stijfheid onder controle gebracht en leert de patiënt omgaan met de sociale en psychische aspecten van de aandoening.

Bron: <http://www.fesinfo.nl/index.php?id=717>

## Zijn er onderzoeken gedaan naar alternatieve behandelwijzen?

Ja, hoewel de site van de FES ( Fibromyalgie Patiënten vereniging) nog steeds vermeldt dat:

Van de meeste aanvullende (is alternatieve )behandelmethode(n) niet wetenschappelijk is vastgesteld of deze effectief zijn.

Zijn er in het buitenland wel wetenschappelijk geaccepteerde onderzoeken verricht.  
Helaas is hierover niets te lezen op de site.

De FES is overigens heel bereidwillig om mee te werken aan wetenschappelijk onderzoek.

Mijn verzoek werd zonder meer geplaatst en nu staat er weer een oproep op de site.  
Ditmaal van de PPCG. (Patiënten Platform Complementaire Gezondheidszorg).

De PPCG is op 1 maart van dit jaar gestart met een landelijk onderzoek naar de ervaringen van mensen met gewrichtsklachten met complementaire zorg (Alternatieve behandelwijzen).

Doel van het onderzoek is te komen tot een geïntegreerde aanpak van chronische gewrichtsklachten (en allergie). Een integratie van reguliere en complementaire zorg, omdat dit naar verwachting gezondheidswinst oplevert.

Veel patiënten blijken in de reguliere zorg niet afdoende te kunnen worden geholpen en zoeken daarom naar complementaire behandelwijzen.

Eindelijk een Nederlands onderzoek.

Mijn onderzoek richtte zich vooral op mensen met fibromyalgie die al onder behandeling waren van een klassieke homeopaat.

Via de FES heb ik 1 reactie gehad.

Mijn oproep op het Similia Forum voor klassieke homeopaten heeft niets opgeleverd.

Via Marian van Kooten heb ik 1 reactie ontvangen van een andere klassieke homeopaat en via mijn mede studenten ook 1 reactie.

Ik heb ook verzocht om informatie bij dhr. Bell in Arizona (USA). Maar helaas heb ik niet één uitgewerkte casus mogen ontvangen. (Hij heeft er 53)

In de casuïstiek daarom maar 6 casussen. Niet bepaald een aantal waar ik wetenschappelijk verantwoord conclusies uit kan trekken.



## Welke onderzoeken hebben gekeken naar het effect van homeopathie op patiënten met fibromyalgie en wat was het resultaat?

In 1989 is een onderzoek gedaan naar het effect van Rhus toxicodendron C6 of een placebo op patiënten met fibromyalgie. (Fisher et al. 1989).

Uit dit onderzoek bleek de pijn in/op de pijnpunten (tenderpoints) te zijn afgenomen met 25%. **Dus als we iedere fibromyalgie patiënt net als de reguliere medicatie, standaard rhus-tox C6 (liever C12) zouden geven, verbetert de pijn met 25%.**

Ook de slaap verbeterde t.o.v. de placebo groep.

Helaas bevatte het onderzoek een aantal zwakke elementen:

- De behandeling was niet individueel.
- De onderzoekspopulatie was te klein, de onderzoeksperiode te kort,
- De VAS (Visuele Analoge Schalen) scores voor slaapproblemen en pijn werden niet apart bevestigd.
- De patiënten hadden geen behandelingsstop (washout periode) doorgemaakt, voordat aan het onderzoek werd deelgenomen. (Een behandelingsstop zorgt ervoor dat de effecten van een eerdere behandeling verdwenen zijn, voordat je aan een nieuwe begint.)

Een verbeterde versie van het eerste onderzoek naar het effect van homeopathie op mensen met fibromyalgia stamt uit 2004.

*Improved clinical status in fibromyalgia patients treated with individualized homeopathic remedies versus placebo* – Bell I, Lewis D, Brooks A, Schwartz G, Lewis S, Walsh B, Baldwin C - Bell et al. 2004 (a,b en c) Rheumatology, 43:577–582.(Oxford Journals, volume 43, Issue 5, p577-582)

Uit deze onderzoeken blijkt dat het individuele homeopatische middel (hier in een 1/50.000 potentie) significant beter werkt dan een placebo, bij het verminderen van de pijn in de pijnpunten (tenderpoints) (verbetering met 50%) en het verbeteren van de levenskwaliteit en de algehele gezondheid van mensen met fibromyalgie.

Het enige zwakte aan dit onderzoek is het aantal patiënten dat heeft meegedaan. (n=53)

Het meest recente onderzoek naar het effect van homeopathie op mensen met fibromyalgie stamt uit 2009. In dit onderzoek worden mensen met fibromyalgie vergeleken, die regulier worden behandeld en mensen die met homeopathie worden behandeld.

*Healthcare provided by a homeopath as an adjunct to usual care for fibromyalgia (FMS): results of a pilot randomised controlled trial.*- Relton C, Smith C, Raw J, Walters C, Adebajo AO, Thomas KJ, Young TA - Homeopathy, 98:77–82.

Dit onderzoek laat zien dat homeopathie een significant beter resultaat laat zien m.b.t. het functioneren van mensen met fibromyalgie dan regulier behandelde mensen. De drop out rate was lager dan in de reguliere groep, de scores op pijn, vermoeidheid en het gevoel moe wakker te worden, waren significant lager dan in de reguliere groep. (Verbeteringen in cijfers niet in percentages.)

## Wat betekent het voor de patiënt om fibromyalgie te hebben?

Even wat statistieken:

*Bron: TNO rapport 2006, Kwaliteit van leven.*

Inkomenspositie:

39,5 % van de vrouwen met weke – delenreuma verrichten betaalde arbeid, tegen 62,2 % van de vrouwen in de algemene beroepsbevolking. Bij mannen is dit 80,0% om 82,6%.

20,0% van de mannen met weke – delenreuma ontvangen een volledige arbeidsongeschiktheidsuitkering, tegenover 2,3% van de mannen in de algemene beroepsbevolking. Voor vrouwen is dit 16,4% t.o.v. 2,4%.

2,2% van de vrouwen met weke – delenreuma ontvangen een werkloosheidsuitkering, landelijk is dit 1,5%. Voor mannen was dit 0% t.o.v. 2,1%.

5,2% van de vrouwen met weke – delenreuma ontvangt een bijstandsuitkering, landelijk is dit 1,2%. Voor mannen is dit 0% t.o.v. 0,3%.

26,3% van de vrouwen met weke – delenreuma zijn huisvrouw. Landelijk is dit 16,6%. Er is een onbekend aantal huismannen met weke – delenreuma. (0%). Landelijk is het aantal huismannen 3,7%.

De ziektespecifieke kwaliteit van leven is gemeten met de VAS (Visuele Analoge Schalen) op 3 dimensies, te weten: pijn, draaglijkheid van pijn, en belemmeringen.

De gemiddelde pijnscore voor mannen met weke – delenreuma bedroeg 6,2. Voor vrouwen was dit 6,3. Waarbij 0 = nauwelijks pijn tot 10 = zeer erge pijn.

De gemiddelde draaglijkheid van pijn bedroeg voor mannen met weke – delenreuma 4,9 en voor vrouwen 5,3. Waarbij 0 = heel draaglijk tot 10 = heel ondraaglijk.

Het gemiddelde voor belemmeringen bij de normale dagelijkse activiteiten bedroeg voor mannen met weke – delenreuma 5,1 en bij vrouwen 5,4.

De generieke kwaliteit van leven is eveneens gemeten. Hieruit blijkt dat mensen met reumatische klachten, zich fysiek minder gezond voelen dan mensen zonder reumatische klachten. De mentale gezondheid is nauwelijks anders voor mensen met of zonder reumatische klachten.

Vrouwen met reumatische klachten met een bijstandsuitkering en met een volledige of gedeeltelijke arbeidsongeschiktheidsuitkering ervaren een slechtere mentale gezondheid dan vrouwen met reumatische klachten met een betaalde baan, die vervroegd zijn uitgetreden of fulltime huisvrouw zijn.

Er zijn nogal wat blogs en sites op internet: Met, door en voor fibromyalgie patiënten. ( Van de 150.000 mensen met fibromyalgie hebben er ongeveer 100.000 een personal blog, grapje. Wat trouwens ook opvalt is dat 21% van de respondenten met weke delen reuma lid is van een patiëntenvereniging. Het landelijk gemiddelde voor mensen met reumatische klachten is 8%).

Conclusie:

Mensen met fibromyalgie moeten enorm veel moeite doen om erkenning te krijgen voor hun aandoening. De frustraties lopen hier en daar hoog op.

Het duurt jaren voor een diagnose wordt gesteld en van de meeste mensen met fibromyalgie worden de klachten niet eens serieus genomen.

Sommige artsen doen het af als iets psychisch, omdat ze geen lichamelijke oorzaken kunnen vinden.

Ook sociaal gezien is het een frustrerende ziekte. Je wordt al snel als een aansteller gezien of als een onmondig kind, die niets zelf kan. Of als een parasiet, die niet werken wil.

Ziek zijn kost vriendschappen. De klachten zijn immers onvoorspelbaar en wisselend van intensiteit.

Heel veel patiënten kunnen maar moeilijk accepteren dat ze fibromyalgie hebben.

Ze hebben moeite zich aan deze ziekte aan te passen. Of ze hebben een partner die zich moeilijk aan kan passen.

Bovendien zijn het vaak mensen die voordat ze ziek werden juist een heel hectisch, overbelast leven hebben gehad. Hetgeen mij brengt naar het volgende:

## Hebben fibromyalgie patiënten bepaalde karaktereigenschappen gemeen?

Ieder mens is uniek, toch zijn er een aantal karaktereigenschappen die bij veel mensen met fibromyalgie voorkomen.

- Mensen met fibromyalgie hebben vaak een druk leven (gehad).
- Ze staan altijd klaar voor vrienden, familie en collega's.
- Ze offeren zichzelf graag op, cijferen zichzelf het liefst weg.
- Nemen anderen het werk uit handen.
- Kunnen geen nee zeggen.
- Ervaren gebrek aan waardering door de omgeving, die alles vanzelfsprekend vindt.
- Houden te weinig rekening met hun eigen behoeften.
- Kunnen geen grenzen aangeven.
- Kunnen niet luisteren naar de signalen van hun lichaam.
- Komen weinig tot rust.
- Stellen hoge eisen aan zichzelf ( en anderen). Werk moet perfect afgeleverd worden, het huishouden dient spik en span te zijn.
- Willen graag de controle over alles behouden.
- Ze vinden het moeilijk werk uit handen te geven, ze doen het namelijk zelf een stuk sneller en beter.
- Hebben vaak last van schuldgevoelens.
- Maken zichzelf veel zelfverwijten, ook als hiertoe geen reden is.
- Hebben last van minderwaardigheidsgevoelens.
- Hebben een laag zelfbeeld.
- Zijn niet flexibel.
- Houden vast aan hoge waarden en normen, principes en opvattingen.
- Weten niet goed wat ze willen, laten zich meeslepen.
- Kunnen slecht tegen kritiek en opmerkingen.
- Hebben innerlijke onvrede, kwaadheid, woede, agressie.
- Kunnen moeilijk loslaten, piekeren, tobben, liggen vaak wakker.
- Hebben angst voor conflicten, fouten, mislukkingen en risico's.
- Neigen tot neerslachtigheid, pessimisme en doemdenken.

Bron: <http://www.fibromyalgiesyndroom.nl/?content=2>,  
Bron: AO2870 2006 Fibromyalgie

## Welke middelen komen uit de repertorisatie van de karaktereigenschappen naar voren?

*Mind – yielding disposition*

*Mind - selflessness*

*Mind- boundaries; lack of = doubtful = want of self-confidence.*

*Mind - industrious*

*Mind – demanding=dictatorial or manipulative*

*Mind – perfectionist=conscientious=fastidious*

*Mind – reproaching oneself= self abuse*

*Mind – self-depreciation= confidence-want of*

*Mind – flexibility loss of = dogmatic*

*Mind – respecting the rules too much=duty, too much sense of*

*Mind –determination or Mind – initiative – lack of or mind - irresolution*

*Mind –anger or mind-ailments from anger- suppressed*

*Mind – Brooding or mind dwells past disagreeable occurrences; on or*

*Mind-ailments from cares, worries*

*Mind – ailments from mental exertion*

*Mind – delusion- appreciated, she is not or*

*Mind- ailments appreciated; from not being*

*Mind – fear- mistakes; of making*

*Mind – sensitive - criticism; to*

*Mind – determination – gloomy*

Na repertorisatie van dit mind-beeld kwam met stip op 1: Lycopodium, op 2: carnosinum op 3: aurum metallicum.

Als ik denk aan het mindbeeld van een persoon met fibromyalgie, gecombineerd met het fysieke ziektebeeld, waarbij met name de gewrichten, spieren en pezen zijn aangedaan, zou ik als eerste middel : Carnosinum cum cuprum, hebben verwacht.

Niet als constitutioneel middel, dat is meer individueel bepaald, maar zeker als miasmatische laag. Of zoals Tinus Smits schrijft, een inmiddels universele laag.

## Carcinosinum cum cuprum in

Het is een combinatiemiddel van carcinosinum en cuprum (koper).

De essentie van het middel is: Gebrek aan zelfvertrouwen en een fundamenteel gebrek aan vertrouwen in anderen.

Het verschil tussen carcinosinum en cuprum is de manier waarop dit gebrek aan (zelf)vertrouwen zich uit. Een carcinosinum persoon doet alles om zich aan te passen aan de wensen van de maatschappij. ( In eerste instantie aan zijn/haar ouders en met name de vader) De persoon in kwestie mag geen fouten maken en gedraagt zich altijd als de verantwoordelijke persoon. Hij/zij zal niet genoeg voor zichzelf opkomen, waardoor hij/zij als kind vaak zal worden gepest en/of geplaagd.

De cuprum persoon reageert heel anders. Deze persoon zal wel even laten zien, dat hij/zij niet stom is, maar juist heel bijzonder en bovendien heel goed in staat is, om de beste te zijn (zeker beter dan zijn/haar vader). Deze persoon voelt zich per definitie ondergewaardeerd en onderschat. Hij/zij heeft een enorme sterke wil en geeft nooit op, want dat zou betekenen dat hij/zij moet toegeven toch niet alles te kunnen.

Beide middelbeelden lijken niet erg bij elkaar te passen, met name als het gaat om het schijnbare gebrek aan wilskracht bij een carcinosinum persoon, terwijl de cuprum persoon juist een enorme sterke wil laat zien. De cuprum persoonlijkheid is echter enorm aan het compenseren, hetgeen heel veel energie kost. Ook een cuprum persoon heeft een zwakke kant, hij/zij laat hem echter niet zien.

Welke symptomen hebben ze gemeen?

- De essentie: Gebrek aan zelfvertrouwen, bang om te falen.
- Een familiale belasting met betrekking tot kanker en/of ziekte aan hart en bloedvaten.
- Ze zijn obstinaat, trouw en nauwgezet, rommelkonten behalve op het werk, heel verantwoordelijk en sterk taakgericht. Ze willen overal graag op tijd aankomen. Ze zijn bang om fouten te maken en voor kritiek. Zijn snel op hun tenen getrapt, workaholics, zenuwachtig voor een afspraak, altijd bezig en daarom eerder geneigd uitgeput te raken.

Het carnosinum element brengt het gevoelige (artistieke) kantje van de persoon mee in het middel:

- Ze zijn sympathiek.
- Hebben angst voor: Kanker, grote groepen mensen, kleine ruimten, hoogten, spinnen, muizen, examens, falen en onweer.
- Ze kunnen geen vreselijke dingen, moord, lijden, operaties of wreedheden zien op tv.
- Ze lezen graag of lijden aan dyslexie.
- Zijn gevoelig voor muziek.
- Ze houden van: Dansen, reizen, de natuur, de zee, dieren, storm en/of onweer.
- Ze vallen moeilijk in slaap, worden wakker om 4 uur s' nachts, kunnen niet slapen omdat ze zoveel ideeën hebben, hebben een aantal uur nodig voordat ze in slaap vallen of liggen een groot deel van de nacht gewoon wakker, worden niet uitgerust wakker, of slapen niet meer na 4 uur s' nachts. Als ze overdag een tukje doen, voelen ze zich doorgaans beter.
- Fysieke klachten: Hooikoorts, de ziekte van Pfeiffer, wratten op handpalmen en voetzolen en waterwratjes, chronische en langdurige verkoudheden, chronische keel en voorhoofdholten ontstekingen, acne, vleesboompjes (fibromen), eierstok cysten, onvruchtbaarheid.
- De klachten verergeren voordat de menstruatie doorbreekt: Dan worden ze agressiever, worden verdrietig, zijn sneller geïrriteerd en hebben last van gezwollen en pijnlijke borsten.
- De klachten verbeteren na een hazenslaapje, en door bezig te zijn.

Het koper element van het middel, Carnosinum cum cuprum:

- Reageert geïrriteerd of boos als anderen hun planning verstoren.
- Houden alles graag onder controle. Zijn goed georganiseerd, plannen alles, houden graag overzicht. Houden zich aan de regels en worden boos als anderen dat niet doen.
- Is hard voor zichzelf en anderen. Komen vaak dictatoriaal over.
- Zijn zowel mentaal als fysiek rigide, en wilskrachtig.
- Verkrampen of verstarren daarom zowel geestelijk als lichamelijk, zijn dus niet flexibel.
- Zijn heel ambitieus, willen de beste zijn, maar niet als dat tegen hun waarden en normen ingaat.
- Ze zijn voorzichtig, gevoelig voor onrechtvaardigheid, serieus en gesloten.
- Ze onderdrukken hun gevoelens.
- Ze houden van duursporten en voelen zich ook beter als ze flink hebben gesport.
- Wil graag zelfstandig zijn. Hebben er moeite mee hulp te vragen.
- Fysieke klachten: Steenkoude voeten, handen of vingers, winterhanden en voeten, het syndroom van Raynaud: Een aandoening waarbij aanvalsgewijs de doorbloeding naar bepaalde delen van het lichaam (zoals de vingers, tenen, oren en puntje van de neus) niet goed is met als gevolg dat deze verdoofd en koud aanvoelen. Ook een kleurverandering kan optreden.
- De klachten verergeren als ze overwerkt zijn, bij aanraking, voor de menstruatie, onderdrukking, het onderdrukken van voetzweet.
- De klachten verbeteren door bezig te zijn, koud drinken en zweten.

## Lycopodium

Overigens is lycopodium als constitutiemiddel niet vreemd.

Een lycopodium persoonlijkheid heeft ook problemen met zijn/haar zelfrespect en heeft een laag zelfbeeld. Ze voelen zich altijd de mindere en proberen dit gevoel steeds weg te drukken. Dat wegdrukken kan op twee manieren.

De ene lycopodium persoon wordt verlegen, introvert, zacht en trekt zich terug. Dit type ontwikkelt veel angsten, bijvoorbeeld om zijn/haar gezondheid, angst om s' avonds alleen te zijn, angst voor de dood en, of ze wel zullen overleven, zelfs fobieën, zoals pleinvrees.

Het andere type gaat zichzelf overschreeuwen, als het ware. Deze persoon wordt te assertief, gaat zijn/haar naasten en gelijken domineren, gaat opscheppen, wordt egoïstisch en doet zich heel extravert voor.

Beide typen onderdrukken hun emoties en reageren doorgaans vanuit hun ratio. Als tegenreactie voelen ze de constante behoefte om een andere oppervlakkige behoefte te bevredigen. Zoals de behoefte aan suiker/snoepjes of sex.

Ze hebben ook moeite zich te binden aan een partner, uit angst voor de verantwoordelijkheid die deze verbintenis met zich meebrengt. Een van de aspecten die te maken heeft met deze bindingsangst is, angst om impotent te worden. Mocht dit zich voordoen, krijgt de partner de schuld. "Je bent niet meer aantrekkelijk!".

Het verlegen lycopodium type heeft als kind meestal al het besef dat het zwakker is. Dit blijkt uit diens lichamelijke conditie. Het kind houdt ook niet van ruige, fysieke spelletjes. Het leest liever, heeft andere hobbies of houdt van computers.

Hoewel de fysieke klachten in eerste instantie het maag-darm kanaal en de lever aandoen, is daarna het spierstelsel aan de beurt. ( Jicht, rugpijn, lage rugpijn en een torticollis of draaihals: *De situatie waarin de nek niet vrij kan bewegen en waar de nek vaak in een asymmetrische dwangstand staat.*

De klachten beginnen en bevinden zich vooral aan de rechter kant van het lichaam.

De klachten verergeren van 4 tot 8 PM of van 3 tot 7 PM, bij het ontwaken s' ochtends en als ze een maaltijd mislopen of als ze willen afvallen.

De klachten verbeteren doorgaans door frisse lucht.

Een lycopodium persoonlijkheid kan kouwelijk zijn.



## Welke middelen komen uit de repertorisatie van de fysieke hoofdsymptomen naar voren?

*EXTREMITIES - PAIN - Shoulders - cold agg.; becoming*  
*EXTREMITIES - PAIN - Tendons - Attachments of tendons*  
*EXTREMITIES - PAIN - Thighs*  
*EXTREMITIES - PAIN - Knees*  
*EXTREMITIES - PARALYSIS - Hands*  
*EXTREMITIES - PARALYSIS - Hips*  
*EXTREMITIES - PARALYSIS - Lower limbs*  
*EXTREMITIES - HEAVINESS - Legs*  
*EXTREMITIES – PAIN- In the morning (sore=beurs)*  
*EXTREMITIES – PAIN – JOINTS – in the morning*  
*EXTREMITIES - STIFFNESS - morning - bed agg.; in*  
*EXTREMITIES - STIFFNESS - Upper limbs - manual labor; after*  
*EXTREMITIES - TINGLING - Forearms*  
*EXTREMITIES - TINGLING - Legs*  
*SKIN - BURNING*  
*SKIN - SENSITIVENESS - diminished*  
*GENERALS -PAIN - tendons*  
*GENERALS - RESTLESSNESS - Affected parts*  
*GENERALS - RISING - bed; from - after - agg.*  
*GENERALS – CHANGE OF WEATHER – agg:*  
from cold to warm: bryonia  
from warm to cold:  
cloudy weather agg.:  
Dry weather agg: bryonia  
Dry weather amel.: rhus-tox, ruta

Het grootste middel gebaseerd op de fysieke klachten is: Rhus-toxicodendron.

Nux-vomica komt hier op de 2<sup>e</sup> plaats en Mercurius op de 3<sup>e</sup> plaats.

NB.

Nux-vomica kwam op de 5<sup>e</sup> plaats bij de repertorisatie van de mentale symptomen.

## Rhus-toxocodendron

De essentie van dit middel is het onderdrukken van emoties en herinneringen, om te overleven. Een rhus-tox persoonlijkheid ervaart dreiging. Hij weet zich in een positie waarin hij zichzelf niet kan verdedigen of waaruit hij niet weg kan lopen.

Het is een middel wat een enorme ondersteuning kan bieden bij regressie therapie. Oude trauma's ( incest, seksueel misbruik, geestelijke en lichamelijk misbruik, martelingen, gevangen zitten, en een bedreigende omgeving )komen boven en moeten worden verwerkt. We hebben het hier niet alleen over mogelijke trauma's in het huidige leven, maar ook in vorige levens. Gelukkig hoeft je deze trauma's niet opnieuw door te maken om ze te verwerken.

Vaak komt er na inname van het middel een enorme boosheid naar boven. Boosheid, haat, wrok en wantrouwen, agressief gedrag wat zich uit in vloeken en tieren en de aandring om met dingen te gaan smijten.

Maar ook het gevoel opgesloten te zitten in de situatie met de drang om vrij te zijn en naar buiten te willen.

Vandaar dat hij zich beter voelt als hij het huis of de plek waar hij zich gevangen voelt kan verlaten. Wandelen, fietsen, motor rijden, paardrijden in de buitenlucht, verbeteren het gevoel van angstige onrust, irritatie, somberheid en droefgeestigheid.

Ook Staphysagria is een groot trauma middel, waarbij gevoelens van woede worden onderdrukt. Het verschil zit hierin dat het staphysagria type veel te aardig is. Die heeft de situatie geaccepteerd en voelt zich te zwak om te protesteren. Als een Staphysagria persoonlijkheid zijn woede uit, is het niet meer dan geschreeuw, waarbij hij zelfs zijn stem kan kwijtraken. Als een Rhus-tox persoonlijkheid kwaad is, is niets in het huis meer veilig. Hij is vervuld van haat, wil en kan niet vergeven en voelt zich tot in zijn ziel gekrenkt en tot slachtoffer gemaakt.

Een rhus-tox persoonlijkheid wordt boos als hij onrechtvaardig wordt behandeld. Hij heeft een enorm sterk ontwikkeld rechtvaardigheidsgevoel.

- Huilt zonder te weten waarom.
- Voelt zich alleen. Wil ook graag alleen zijn als hij zich niet lekker voelt.
- Ligt s' nachts in bed ( na middernacht)na te denken over alle dingen die vroeger zijn gebeurd. Hardnekkige gedachten die maar niet weg willen gaan.
- Angstige onrust zodra de schemering invalt, s'avonds en in bed.
- Wantrouwen/achterdochtig: het gevoel dat er iemand achter hem staat, waardoor hij zich bedreigd voelt. Angst voor geesten die zich in de schaduwen bevinden.
- Voelt zich vaak vies, vooral na seksueel misbruik.
- Startpijn, kou, nat weer, over inspanning, de schemering, avond, nacht en na middernacht verergeren alle kwalen.
- Voortgezette beweging, lichamelijke inspanning, open lucht, wandelen in open lucht verbeteren alle kwalen.
- Droomt over bloedige gewelddadigheden.
- Stijfheid: 's morgens in bed, na het slapen, bij het opstaan, bij beginnende beweging, na inspanning, na lopen, reumatische stijfheid in de gewrichten.  
Frequent urineren, zowel overdag als s' nachts. blaasontsteking

# Casuïstiek

## Case nr 1: Dirk

Ingestuurd door Maritsa Bevelander, Klassiek Homeopaat te Hoorn NH.

Klachten: Vermoeidheid en last van spieren en gewrichten.(fibromyalgie)

Hij herinnert zich vanaf zijn 5<sup>e</sup> jaar al moe te zijn.

Hij slaapt altijd makkelijk in, het tijdstip waarop hij 's avonds naar bed gaat verschilt.

Af en toe gaat hij overdag even liggen, dit kan een uur of langer zijn, waarna hij zich weer fit voelt. Dan gaat hij 's avonds ook later naar bed, als hij overdag niet slaapt kan hij er om 20.30 al in liggen.

Als hij 's ochtends wakker wordt voelt zijn lijf moe aan. Hij heeft dan zware spieren, in armen en benen. Hij moet 's ochtends rustig opstarten, dan voelt hij zich tegen 10.00 uur beter.

Wel merkt hij dat hij tegen de middag alweer moe is. Dat merkt hij het eerst aan zijn lichaam dat dan weer zwaar voelt.

Hij vindt het lekker om aan de gang te blijven. Hij houdt zich bezig met fietsen (de natuur ontspant hem), knutselen, klussen, in de tuin werken, koken, zijn vogels verzorgen.

Hij merkt dat hij lichamelijk en geestelijk ontspant door bezig te zijn. Als hij niet bezig is, wordt hij onrustig. Hij denkt dan aan alles wat er nog moet gebeuren en is bang dat het niet op tijd af komt en doorschuift naar morgen. Het werk moet af. Het lukt hem nu wel beter dan vroeger om te ontspannen.

Als hij bezig is, is hij gefocust en dat ontspant hem. 'Je krijgt een goed gevoel door bezig te zijn, te zien dat de tuin mooier wordt en dat dingen af komen.'

Tevens leidt het hem af van gedachtes aan strubbelingen met kennissen en vrienden. Hij wil daar niet aan terugdenken, omdat hij dan opnieuw boos wordt. Hij heeft het gevoel dat bepaalde kennissen misbruik van hem gemaakt hebben. Hij wordt vaak om hulp gevraagd omdat hij handig is. 'Dan vraagt iemand je om hulp, maar eigenlijk doe je het nooit goed'.

Zoals een buurman, die hem om advies had gevraagd bij het klussen. 'Dan zeg ik wat er volgens mij fout is gegaan, dan krijg ik te horen: 'hou je bek!' Dat pik ik niet en dat zeg ik dan ook. Als dat dan nog een keer tegen mij gezegd wordt, dan loop ik weg en denk ik, bekijk het dan maar! Je kan toch gewoon respectvol met elkaar omgaan.'

Andere ex-vrienden die hij had geholpen bij een verbouwing hebben leugens over hem verteld. 'Ik kan er niet tegen als er ten onrechte dingen over mij gezegd worden. Ik wordt dan boos en knal het eruit, ik schreeuw dan. Maar eigenlijk is dat verspilde energie. Als ik zo boos wordt, ben ik daarna doodmoe.'

Eigenlijk moet ik anderen niet meer zoveel helpen, ik heb het altijd druk, druk, druk, maar ja, ik kan slecht nee zeggen. En ik vindt het fijn om anderen te helpen, dat doe je toch gewoon! Wie goed doet, goed ontmoet.'

In april 2008 heeft hij een operatie ondergaan aan zijn onderrug, waar een hernia zat.

Tijdens de operatie kwamen ze erachter dat hij meerdere hernia's heeft, in totaal 6. Op advies van de specialist wordt daar niets aan gedaan, de klachten zouden eigenlijk alleen verergeren.

Na de operatie is hij van een aantal oude klachten af. Hij kan nu rechter op lopen, de pijn in zijn teelballen is weg en hij valt nu minder. Hij had een klapvoet waardoor hij veel struikelde en viel. Dit heeft hij nu alleen nog heel af en toe. Ook is de pijn uitstralend naar de benen is veel minder.

Na de operatie kon hij in het begin heel weinig. Het viel hem tegen dat er toen maar weinig mensen waren die hem hielpen. 'Dan komt er een buurman op visite die vraagt hoe het gaat. Ik zeg; ja goed, alleen m'n stoepie moet af, en dat gaat nu niet. Nou, denk maar niet dat iemand dat dan even afmaakt. Ik wil graag wat voor een ander doen, maar verwacht wel dat anderen mij dan ook uit de brand helpen. Als er dan niemand is die mij even helpt, ja, dan ben ik teleurgesteld.'

Andere lichamelijke klachten:

- Artrose en artritis, daardoor gevoelige gewrichten. Deze klachten zitten vooral in zijn handen en tenen. Soms gaat dit uit zichzelf weg, zoals de pijn in zijn linkerteen.
- Pijnlijke en vermoeide spieren en krachtvermindering in zijn armen en benen. Volgens een arts zijn dit waarschijnlijk gevolgen van fibromyalgie. Deze klachten verergeren(<) door vocht en kou en verbeteren (>) door rust.
- Vermoeide ogen die tranen en branden. Vooral 's avonds. Erger door warmte en bloesems. Hij gebruikt hier NaCl druppels voor die voor een tijdelijke verbetering zorgen.

In 1979 heeft hij een bedrijfsongeval gehad. Hij werkte in de verpleging. Bij het uit bed tillen van een patiënt ging er iets mis, zijn collega's hadden het niet goed vast. D. hield wel vast, waardoor het gewicht van de patiënt (120 kg) aan 1 arm hing. Hij voelde toen iets knappen in zijn nek maar had geen pijn. Hij heeft die dag gewoon doorgewerkt. Later bleek dat hij een dubbele nekbreek had.

In de periode daarna is hij een aantal keer in de ziektewet terechtgekomen vanwege de klachten aan zijn nek en schouders. Eigenlijk kon hij niet meer in de zorg werken en heeft hij via een uitzendbureau verschillende baantjes gehad. Tot hij toch weer terug wilde in de zorg. In 1989 begonnen de artrose en artritis klachten. Hij is toen weer een aantal keer in de ziektewet (gedeeltelijk afgekeurd) gekomen en weer opnieuw begonnen met werken. In 2001 is hij uiteindelijk volledig afgekeurd. Dit vond hij lekker, geen verplichtingen meer. 'de spanning ging eraf'. Hij vindt het niet jammer dat hij afgekeurd is 'ik heb genoeg gedaan'.

Over zijn jeugd vertelt hij het volgende:

'Bij ons thuis was het motto: gewoon doorgaan. Ook als je ziek was ging je naar school en hielp je thuis. Ik was altijd bezig, mijn moeder was veel ziek (psychisch). Daardoor deed ik veel in huis. Ik voelde me daartoe verplicht om ruzie en spanningen te voorkomen. Mijn zus deed weinig, die had altijd een excuus. Ik vond dat niet eerlijk, een ander kan toch ook wel eens wat doen? Ik vond dat heel onterecht. Ondertussen deed ik bijna alles en zij niets. Ik heb nu ook geen contact meer met mijn zuster.

Omdat mijn moeder een aantal keer opgenomen werd, logeerde ik veel bij anderen. Mijn vader was aan het werk, dus dan sliep ik bij burens of mijn oma. Ik werd een beetje heen en weer geslingerd.'

Op het moment dat ik erken dat dit zwaar geweest moet zijn voor hem, wordt hij emotioneel, begint te huilen en wil weg van de camera. Hij loopt naar buiten om een sigaret te roken. Na een aantal minuten ga ik naar hem toe, hij is al wat gekalmeerd en we lopen naar binnen om het consult af te maken.

Waarom hij emotioneel werd: 'ja, als je het er zo over hebt, overvallen de emoties je toch weer. Ik voelde me verlaten.'

Andere belangrijke gebeurtenissen uit zijn jeugd:

- Zijn zus kreeg meestal haar zin, dit maakte hem kwaad.
- Zijn zus logeerde op een gegeven moment ook bij oma (waar D. zich altijd goed voelde), daardoor was er voor hem geen plek en moest hij naar een tante. Voelde zich in de steek gelaten.

**Slaap:** slaapt meestal goed, behalve als hij spanningen heeft. Denkt dan aan alles wat er nog moet gebeuren (tuin, vogels, lukt 't allemaal zonder hulp)

**Dromen:** droomt een enkele keer, dit gaat dan over alles wat hij nog moet doen, ergernissen over zichzelf en dat hij alles alleen moet doen of dingen niet op tijd afkrijgt.

**Voedselvoorkeuren:** lust alles. Heeft een voorkeur voor hartig en een afkeer van zoet zoals gebak.

**Analyse:**

Opvallend is dat zowel zijn fysieke klachten die op latere leeftijd zijn ontstaan en de mindsymptomen vanuit zijn jeugd en nu, hetzelfde beeld opleveren.

De behoefte aan erkenning, beter voelen door bezig te zijn, het idee dat het werk koste wat kost af moet, terwijl er eigenlijk geen dreiging is, pleiten voor Ruta in plaats van Rhus – toxicodendron.

**Voorschrift:** Ruta C200, 1 x p/w, 4 weken lang

**Reactie:** Reageert goed op de Ruta, maar de verbetering is tijdelijk. Het fysieke lijf vormt iedere keer een antidoot. Daarom overgegaan op Ruta d12.

## Ruta

Middel bij trauma's en ongelukken, kneuzingen, fractures, verstuikingen, botletsels maar ook angststoornissen. Waarbij in essentie: De rek eruit is. ( Zowel geestelijk als lichamelijk dus a.g.v. overbelasting.)

Een Ruta persoonlijkheid voelt zich ondergewaardeerd, belazerd. Ze hebben het gevoel dat alles van één kant komt en dat ze niet op anderen kunnen rekenen. Ze forceren zichzelf, gaan door op hun wilskracht. Terwijl ze eigenlijk niet meer kunnen. Ze voelen zich zwak, moe en wanhopig. Ze zijn hierbij erg ontevreden over zichzelf. Voelen angstige onrust. Ze zijn chagrijnig, maken snel ruzie en hebben een neiging tot tegenspreken. ( Doen dat niet en verwijten zichzelf dat later.) Paniekaanvallen, neuroses en fobieën kunnen ontstaan tijdens hoge koorts.

Werkt vooral bij reumatische klachten en bindweefsel problematiek, op spieren, pezen en het botvlies, oogklachten, duizeligheid en lage rugpijnen.

Het hele lichaam voelt stijf en beurs. Denken is vermoeiend. Hersenen zijn duf. Iedere inspanning is vermoeiend, tenzij de beweging rustig kan worden uitgevoerd. Snel moe, erger door inspanning, erger door koud en nat weer. Meestal beter door te gaan liggen. Het deel waarop gelegen wordt voelt beurs. Het zijn dorstige mensen.

## Case nr 2: Iebeltje

Ingestuurd door Ron Wiebolt, Klassiek Homeopaat in Culemborg.

Klachten: Als 25 jaar fibromyalgie. Prikkelende pijnen in schouders, armen en benen, akelige pijn op het borstbeen, oorsuizingen en ze is ontzettend moe. De reguliere medicijnen veroorzaken maagklachten.

De fibromyalgie was begonnen in de rechter schouder, maar ging daarna overal zitten. Van de huisarts heeft ze diverse middelen gekregen. Ze kon er niet tegen of ze hielpen niet. De reumatoloog had tegen haar gezegd: "Gaat u 's winters maar in Spanje wonen." Een andere arts rade haar een dieet aan.

Vooral 's nachts heeft ze pijn. Dan gebruikt ze Rivotril\*, dat helpt goed.

De pijn die ze voelt zorgt ervoor dat ze haar benen niet kan stilhouden. Het prikt van onder tot boven, vingers, handen, ellebogen en benen. Het prikken is heel naar. (del. 1000 naalden) Ze zit nachten in de stoel, omdat ze het in bed niet kan uithouden. De pijn en de vermoeidheid verergeren door vochtige lucht. Droge koude lucht verbeterd. "Sauerland- dik pak sneeuw en ik kan wandelen en slaap lekker." Vooral haar bovenarmen doen zeer. Het is een zeurende pijn. Het voelt naar, akelig. "Alsof het je eigen armen niet meer zijn." De pijn wandelt. (Wat typerend is voor fibromyalgie.) Het nare is dat het vooral op het borstbeen zeer gaat doen. (Alsof ze een hartinfarct heeft?)

Iebeltje is geen type om stil te zitten. "Ik moet toch in beweging blijven. Stilstand is achteruitgang." Beweging, fietsen, Nordic Walking verbeteren de klachten.

Ze kreeg klachten na het eten van komkommers en paprika's. Daarom volgde ze een dieet zonder (nachtschaden) aardappelen, tomaten, paprika's en komkommers en dronk ze geen koemelk. Daarmee kon ze de pijnklachten iets verminderen.

Hoog cholesterol is een familiekwaa. Ze gebruikt nu: Gemfibrozil 600-900\*\*.

Haar vader stierf op 65 jarige leeftijd, plotseling, aan een hartaanval in bed. Hij was de oudste van 11 kinderen. Er zijn 2 broers van hem gestorven op jonge leeftijd en 3 zussen aan een hartinfarct.

Ze heeft die winter weinig bewogen, gefietst, vanwege stress/spanning in de familie. Er was steeds iemand ziek in de familie. Het was hectisch en druk. Hierdoor verergeren de klachten.

Iebeltje is heel plichtsgetrouw. Ze mag graag zorgen voor haar familie. Hetgeen niet altijd door iedereen wordt gewaardeerd. Wat haar veel zeer doet. Het geeft veel spanning.

Hobbies: borduren, breien, einden fietsen en wandelen. Zingen in het kerkkoor.

Haar moeder zorgde ervoor dat ze een heleboel spullen spaarde, omdat ze zich zorgen maakte over de 65+ tijd. Dat heeft Iebeltje minder, want ze spaart....

Moeder is gestorven op 78 jarige leeftijd, aan een hersenbloeding. Ooms en tantes ook. Haar oudere broer is overleden aan een hartinfarct. Haar jongere broers hebben 5 bypasses gehad.

Verder droomt ze veel. Soms wordt ze overstuurd of huilend wakker, soms heeft ze een leuke droom. De nachtmerries gaan over dingen waar van alles mis gaat en iedereen boos is op haar, omdat zij het verkeerd doet.

Ziektegeschiedenis:

- Zwakke enkelbanden. Vaak verzwikt, vooral rechts. Blauw enkels.

Scriptie fibromyalgie – Marjon Bot - Nieuweboer

- Van ladder gevallen, 4 ruggenwervels gebroken.
- Voet altijd pijnlijk gebleven.
- Brandende voeten.
- Ze heeft links last van oorsuizingen.
- 9 jaar geleden had ze last van nierstenen en niersteenaanvallen.

Vrije associatie:

- Zwart; Af en toe zie ik het wel eens zwart/grijs somber.
- Familie; Licht na de dood van moeder uit elkaar.
- Geld; Geen geldzorgen. Leuk om te hebben. Van te genieten, Delen met de kinderen.
- Medicijn; Hekel aan, wil ervan af, slecht voor de maag.
- Dominee; vrouw, leuk om mee te praten, belangrijk, kerkkoor.
- Verdrietig

### Analyse:

lebeltje is plichtsgetrouw. Ze heeft altijd gewerkt. Ze is ook een zorgzame vrouw die graag zekerheden ( kalium) en bescherming aan haar familie biedt. Als er problemen zijn, dan veroorzaakt dat druk en stress, wat zich uit in nerveuze, rusteloze opwindning. ( Arsenicum). Het consult ging voornamelijk over wat ze verloren had. ( IJzerserie, rij 15 verlies = arsenicum)

**Voorschrift:** Kali arsenicosum C30

**Reactie:** Na 6 weken kwam lebeltje weer op controle. De prikkelingen van de duizend naalden waren weg. Ook had ze geen last meer van verkrampde voeten en handen. Bovendien waren de pijnklachten veel minder. En het was weer mogelijk om komkommers te eten. Ze voelde zich uitgerust en had weer energie.

**Nu:** Klachten zijn met 80 procent verbeterd. 's Zomers zelfs met 95 procent.

*\* Rivotril is clonazepam, een benzodiazepine. Het werkt rustgevend, spierontspannend, vermindert angstgevoelens en beïnvloedt de overdracht van elektrische prikkels in de hersenen. Artsen schrijven het voor bij epilepsie, rusteloze benen of slaapschokken, paniekstoornissen, sociale fobie, bepaalde vormen van zenuwpijn, spierkrampen en bij ernstig zieke mensen om te slapen.*

*\*\*Gemfibrozil behoort tot de fibraten. Fibraten stimuleren de enzymen die een rol spelen bij de opslag, verwerking en verbranding van vet. Hierdoor vermindert de hoeveelheid vet in het bloed. Verder hebben fibraten ook een gunstige invloed op de vorm waarin cholesterol zich in het bloed bevindt. Artsen schrijven het voor bij een te hoog vetgehalte in het bloed of een combinatie van een te hoog vet- en een te hoog cholesterolgehalte. Bijwerkingen: Maag-darmklachten. Hoofdpijn, duizeligheid, huiduitslag en galbulten. Soms komt spierontsteking voor. Is giftig voor de lever. Mag niet gebruikt worden bij nierfunctiestoornissen en bij galblaasaandoeningen.*



## Kali - arsenicosum

### Toxicologie:

Kalium is nodig voor de zenuw prikkelgeleiding en het handhaven van een normale bloeddruk. Verder is kalium noodzakelijk voor het samentrekken van de spieren en voor de energiehuishouding in de spieren.

Kali types zijn: Mensen met principes. Zeer betrouwbaar, correct, stabiel en zelfverzekerd, serieus en verantwoordelijk. Maar kunnen omslaan naar: rigide, dogmatisch, moralistisch, conservatief en stoïcijns. Moeite met nieuwe en onverwachte dingen. Houden hun emoties onder controle. ( Die er dan via dromen uitkomen.) Gesloten types. Optimistisch van aard. Erg taakgericht, maar geen 'workaholics'. Erg familie gericht.

Arsenicum types hebben last van een diepgewortelde onzekerheid ten aanzien van zichzelf. Een arsenicum voelt zich kwetsbaar en weerloos en ervaart de wereld als vijandig.

Arsenicum weet zichzelf niet rustig een plaats te geven en er ontstaat een nerveuze, rusteloze opwindning. Omdat arsenicum geen rust in zichzelf vindt, wordt hij afhankelijk van andere mensen, die hem dienen te steunen en gerust te stellen. Voornamelijk met betrekking tot zijn gezondheid. Erg bezitterig t.a.v. mensen en spullen.

### Essentie:

Enorme nerveuze, rusteloze 'doods'angst ten aanzien van zijn gezondheid. Onrust richt zich voornamelijk op het hart. ( Hartklachten.)

Kouwelijke mensen wiens klachten verergeren door koude en 's nachts. Astma erger s' nachts van 1 tot 3 uur. Allergisch. Beurs of hol gevoel in dat deel van de bovenbuik dat onder de ribben ligt ( het epigastrium ).

### Case nr 3: Jolanda

Eigen inbreng.

Klachten: Spierkrampen vanaf haar 3<sup>e</sup> jaar. Sinds de operatie in Zwitserland ook in de keel. Ze stikt letterlijk als ze een spierspasme krijgt. Ze ligt grotendeels in bed, van waaruit ze van alles regelt.

Ze heeft last van migraine, depressies, duizeligheid en gepiep in de oren.

Vocht verergert de klachten.

Ze is 6 weken getrouwd geweest met een Jehova's getuige. Dat was op 17-9-1997. *Ik zette muziek op, kwam net dat nummer van Andre Hazes: Je loog tegen mij. Hij bleek enorme schulden te hebben.*

*Ze werd mishandeld, door hem.* ( Ze heeft wel humor.)

Heb een niet zo leuk verleden, vertelt ze.

Ik vertel even over wie ik ben en wat ik doe, komt het volgende verhaal eruit: *Ze hebben me allemaal bestolen. Alle bewindvoerders. Ik vertrouw niemand meer. Want ik wil geopereerd worden. Ik ga dood anders. Ik heb in 2006 en 2007 in de WSCP gezeten. Ik kom er gewoon niet uit. Financiën beheren is te vermoeiend voor mij.*

Koken mag ze niet, dus eet ze diepvriesmaaltijden.

Ze heeft ook problemen met de Omring. Ze heeft verschillende alfa hulpen in huis gehad en ze doen niet wat zij zou willen. Ze krijgt niet de hulpmiddelen die ze eigenlijk nodig heeft. *Als ik val, mogen ze me niet eens optillen.*

Tegen het ziekenhuis in Hoorn heeft ze een klacht ingediend. Dokter Nederveen , de neuroloog van het WFG in Hoorn NH zei, toen ik weer eens met de ambulance was afgevoerd vanwege stikklachten. *Oh nee, die, ik kom niet, dat is pure aanstellerij.* Jolanda heeft een psychiatrisch verleden. Haar diagnose was destijds: Borderliner. Ze heeft een aantal uren zonder hulp gelegen op de EHBO afdeling, waarbij ze langzaam aan het stikken was. Uiteindelijk kreeg ze een spierontspanner, na veel aandringen van haar vriendin.

Ze heeft ook ruzie met de burens, vanwege haar honden. De huurwoning is heel gehorig en ze heeft nu 2 honden rondlopen. De honden zijn haar alles.

Ze is stinkend (stik)jaloers op haar vriendin. Haar vriendin heeft al 3 operaties gehad bij dr. Bauer in Zwitserland. Ook voor haar fibromyalgie. Nu doet ze alles weer. Dankzij dokter Bauer. <http://www.fms-bauer.com/> ( Waarbij ze even vergeet dat ze aan de 1<sup>e</sup> operatie bij dr. Bauer spierspasmen en krampen heeft overgehouden.)

De operatie vond plaats in Zwitserland, op 13-1-2009. Ze kon niet meer eten, slapen, zitten, liggen. Ze wou dood. De operatie werd verricht op haar arm of in haar hand. Die is sindsdien pijnvrij.

Ze heeft jaren last gehad van hyperventilatie. *Ik ben vroeger jaren geleden in de psychiatrie gegoooid. Naampje: Borderline.* Dat was eigenlijk het gevolg van de anti-depressiva die ik toen slikte.

Ze wisten toen niet wat ik eigenlijk had. Later kwam het uit, dat het fibromyalgie was.

Ik ben in Amsterdam geboren. Mijn moeder was van Indonesische afkomst. Ik ben van mijn 3<sup>e</sup> tot mijn 7<sup>e</sup> jaar misbruikt door de vriend van oma. Ik heb het wel gezegd, maar ik werd niet geloofd. De fibromyalgie begon denk ik al, dat ik 3 jaar was. Toen had ik al last van spierkrampen. De verkramping en het misbruik hebben denk ik wel met elkaar te maken.

Ik ben later ook door anderen verkracht.

Voor mijn vader was ik niets meer dan bezit. Ik was de jongste, maar voor hem was ik zijn vrouw, dochter en zorgverlener. Mijn vader was alcoholist en in zijn ogen was ik dom.

Er heeft altijd een bepaalde verantwoordelijkheid op me gedrukt. Ik was, denk ik wel, een kreng. Ik moest zorgen dat het goed kwam thuis.

Ik heb daarnaast 2 broers. De jongste is 15 maanden ouder dan ikzelf. Die mishandelde me.

Ik heb jarenlang niet kunnen huilen. Dat was een schande voor de burens. Ik geef niet mijn broer de schuld. Het was het gezin. En er was een pleegzus. Die werd toen ze 3 maanden was weggegeven aan hun gezin. Haar moeder is als eerste overleden. Haar moeder was heel bang, voor haar vader. Jolanda mist haar nog steeds. Hoewel ze het nooit goed kon doen.

De pleegzus was getrouwd met haar 2<sup>e</sup> broer. Ze kregen 2 kinderen. Maar die mag ze niet meer zien van haar pleegzus.

Ik heb vroeger muzikles gehad. Orgelmuziek. Ik hou niet van drukke muziek. Ik hou van Nederlandse liedjes. ( Het levenslied.) Muziek raakt me. ( Dan mag ze huilen, daar kan ze haar emoties in kwijt.)

Nu begint mijn oudste broer (misbruik van haar te maken), maar die mag er niet meer in.

Ik trek agressiviteit aan. Ik heb heel veel woede in me. ( Maar dat is eigenlijk verdriet).

Achteraf heb ik heel veel kansen gehad om uit de gezinssituatie te komen. Ik was een grijze muis. Als er iemand dicht bij me in de buurt kwam, kromp ik steeds meer in elkaar. Toen ik 15 was, ging ik met een vriendin naar dr. Koekoek. Hij was chiropractor en zat bij ons in de straat. Die heeft me willen helpen.

Ik werkte bij de PTT in Amsterdam. Toen ik 24 jaar was, ben ik op mezelf gaan wonen. Toen kreeg ik last van galstenen. In de tijd dat ik in het ziekenhuis lag, om mijn galblaas te laten weghalen, trok mijn 2<sup>e</sup> broer in mijn woning. Toen ik terugkwam, wilde hij vast niet weg en werd ik eruit gezet. Toen ben ik terug naar huis gegaan. Op mijn 30<sup>e</sup> verhuisde ik naar Purmerend.

In 1993-1994 ben ik vrijwillig opgenomen geweest in Duin en Bosch. Dat vond ik heel, heel zwaar. Ik heb daar mensen letterlijk door de ruiten zien gaan. Ik ben er wel sterker door geworden.

In Purmerend leerde ik mijn inmiddels ex kennen. We konden elkaar via de Jehova's getuigen al 6 jaar, voordat we trouwden in 1997.

Het huwelijk duurde 6 weken. Ik ben toen gevlucht naar Almere. Naar een "blijf van mijn lijf" huis. Daar ben ik dag 2 uit weggevlucht. De ellende die ik daar gezien heb. De kinderen werden daar geslagen en bewerkt met stenen. Ik kon dat echt niet aanzien.

Vader overleed in 2003.

Ik ben hard geworden. Ik vind mezelf druk, praat druk. ( Door het gesprek wat ongeveer 2 uur heeft geduurd, is ze zichtbaar moe geworden.)

Jolanda gebruikt een enorme hoeveelheid medicijnen, maar geen anti-depressiva:

- Diazepam 10mg: = benzodiazepine: Zie case 2: Iebeltje
- Rivotril druppels: Zie case 2: Iebeltje = clonazepam = benzodiazepine
- Tramadol : Is een morfine-achtige pijnstiller die tot de opioïden gerekend wordt. Tramadol wordt gebruikt als pijnstiller bij matige tot ernstige pijn en als hoestprikkelonderdrukker. Na verloop van tijd is een hogere dosis nodig om het gewenste effect (meestal pijnstilling) te bereiken dan in het begin: Bijwerkingen: misselijkheid en braken, sufheid, duizeligheid, zweten en droge mond. Verder: Hoofdpijn, obstipatie, verteringsstoornis, moeheid, jeuk, huiduitslag en netelroos. Werkt verslavend. Terughoudendheid is geboden bij astma en ernstige ademhalingsproblemen!
- Oxazepam: = benzodiazepine: Het is een direct werkend kalmeringsmiddel en helpt gevoelens van angst en spanning te verminderen. Het werkt tevens anti-convulsief.
- Pantoprazol: Is een maagzuurremmer. Het behoort tot de protonpompremmers. Het vermindert de aanmaak van zuur in de maag.
- Movicolon: De werkzame stoffen in Movicolon zijn macrogol en elektrolyten. Macrogol met elektrolyten heeft een laxerende werking. Het is te gebruiken bij verstopping.
- Paracetam/codein: Sterkere pijnstiller.
- Betahistine 2 Hcl 16mg: Ziekte van Ménière.  
Bij de ziekte van Ménière is er sprake van een niet goed werkend binnenoor, waardoor klachten van slechthorendheid, duizeligheid en oorsuizen ontstaan. Veelal verloopt deze ziekte aanvalsgewijs. Zo'n aanval gaat samen met duizeligheid, misselijkheid, braken en met het horen van geluiden die niet uit de omgeving komen (oorsuizen).
- Imigran: Werkzame stof: Sumatriptan. Het vernauwt de bloedvaten in de hersenen die bij migraine zijn verwijd. Bovendien remt het de afgifte van stoffen die ontstekingen kunnen veroorzaken en zorgt het ervoor dat een 'pijnbericht' via de zenuwen niet of minder sterk in de hersenen aankomt. Artsen schrijven het voor bij migraine en clusterhoofdpijn.

**Borderline:**

Mensen met borderline voldoen aan 5 of meer van de volgende 9 criteria:

- Krampachtig proberen te voorkomen om feitelijk of vermeend in de steek gelaten te worden.
- Een patroon van instabiele en intense relaties met anderen, gekenmerkt door wisselingen tussen overmatig idealiseren en kleineren (extreem zwart-wit denken, iemand is geweldig of waardeloos).
- Identiteitsstoornis: aanhoudend wisselend zelfbeeld of zelfgevoel.
- Impulsiviteit met negatieve gevolgen voor zichzelf op minstens twee gebieden. Bijvoorbeeld: geldverspilling, veel wisselende seksuele contacten, middelenmisbruik, roekeloos rijgedrag, vreetbuien.
- Terugkerende pogingen tot zelfdoding, gestes of dreigingen, of zelfverwonding.
- Sterk wisselende stemmingen, als reactie op gebeurtenissen. Dit kan leiden tot periodes van intense somberheid, prikkelbaarheid of angst, meestal enkele uren durend en slechts zelden langer dan een paar dagen.
- Een chronisch gevoel van leegte.
- Inadequate, intense woede of moeite boosheid te beheersen. Dit uit zich in driftbuien, aanhoudende woede of herhaaldelijke vechtpartijen.
- Voorbijgaande, aan stress gebonden paranoïde ideeën of ernstige dissociatieve verschijnselen.

De afgelopen periode heeft Jolanda 2 hele zware aanvallen gehad, waarbij ze gereanimeerd moest worden.

### **Analyse:**

Je voelt bij Jolanda de enorme onderdrukte woede. Ze vind zichzelf hard geworden. Zo komt ze ook over. Wat vooral naar boven komt is de enorme dreiging die ze ervaart van haar huidige lichamelijke klachten. Mijn eerste reactie was ook: Rhus –tox. Gezien haar geschiedenis van geestelijk en lichamelijk misbruik en omdat ze een dochter was van een alcoholist, die de boel in het gezin draaiende moest houden. ( vocht <)

### **Voorschrift:**

Ondanks dat ik Rhus-tox zag, heb ik haar in eerste instantie Staphysagria LM1 gegeven. Daar heeft ze niet op gereageerd. We moeten afwachten of Rhus-tox LM1 wel resultaat geeft.

Ik heb gekozen voor een LM1 en niet voor bijvoorbeeld een C12 in verband met de ernst van Jolanda's huidige klachten. ( Geen energie, geen veerkracht meer in het immuunsysteem en je schijnt met een LM meerdere laagjes te raken dan met een C12, dus dat wil ik wel eens zien.)

#### Case nr 4: Elske

Eigen inbreng.

Klachten: Pijn en stijfheid in nek, schouders, armen, handen en knieën. Ze is heel erg moe, is snel uitgeput en slaapt heel moeilijk in en door. De huisarts denkt aan fibromyalgie, zichzelf ook.

Klachten begonnen 8 jaar terug na een auto ongeluk. De pijn maar vooral de stijfheid is begonnen met nekkklachten. De linkerschouder eerst, nu beide kanten. Ze dacht in eerste instantie dat het kwam door overbelasting, omdat ze vroeger heel veel zwom. Ze heeft ook last van haar handen. Zelfs in de zomer heeft ze witte vingertoppen en 1 witte ringvinger aan de rechter kant. (meestal).

Voorts heeft ze last van kalkophoping onder aan de linker grote teen. (= Hallux valgus of dienstbaarheids knobbel.) Het steekt en brand.

Vorig jaar is ze op vakantie geweest naar de Canarische eilanden. Met de familie van haar vriend. Dat hielp niet bij haar klachten. De pijn en de stijfheid verbeterden niet door rust, wel door de warmte. Warmte geeft ontspanning.

Elske heeft rond de afgelopen kerst weer een auto ongeluk meegemaakt. Met haar vader. De auto reed rechts op haar in. Sindsdien heeft ze moeite met zitten. Het gaat al wel beter, want vlak na het ongeval kon ze amper een minuut op haar kont zitten en nu iets langer. (7-3-2011) Het schrikmoment van het ongeluk heeft wel weer gezorgd dat ze stijver is. Ze slaapt sindsdien veel lichter en is vaker wakker vanwege de pijn. (Acuut: Schrik in het lijf nav ongeluk = Aconitum /Opium?)

Inslapen is heel moeilijk, omdat ze haar hoofd niet kan ontspannen. (Nekklachten= torticollis). Ze gebruikt 3 verschillende kussens om haar hoofd zo veel mogelijk te kunnen ontlasten. Als ze op haar rug ligt, ervaart ze de minste pijn, maar dan kan ze niet inslapen. Ze ligt het liefst op haar rechter zijde. Ze heeft sinds 1 jaar of 1,5 jaar een vriendje. Ze wonen apart. Seks is wel leuk, maar altijd pijnlijk. Het kost veel energie en die heeft ze niet. Ze heeft dan ook weinig zin in seks. Dat vindt ze soms heel zielig voor haar vriendje. 'Daar voel ik me wel schuldig over.'

Als kind is ze vaak ziek geweest. Veel KNO klachten, vooral oorklachten. Toen ze 6 jaar was had ze de ziekte van Pfeiffer. Het enige wat ze kon was eten en thee drinken. 'Dat was mijn dagtaak'. Het leek wel op een winterslaap. Ze heeft een erfelijke afwijking aan haar knieën. Daar zit een dood stukje bot. Ze heeft er erg veel last van. Het kan niet operatief worden verwijderd. Ze werd als kind wel gepest, maar dat raakte haar niet heel erg. (weinig emotie) Ze had haar eigen wereldje. Was vaak alleen = prettig. Heeft als kind heel erg veel last van blaasontstekingen gehad en last van constipatie. (Ze heeft geen trauma meegemaakt.) De laatste 2 jaar heeft ze al 3 x een blaasontsteking gehad. Het is niet pijnlijk en daarom komt ze er vaak pas laat achter. Ze moet dan vaak plassen. Op de middelbare school heeft ze het leuk gehad. Ze heeft lekker gepuberd. Vriendjes, vriendinnetjes, uitgaan, roken uitgeprobeerd. Ze heeft wel eens wiet gerookt, maar niet veel. Het helpt wel af en toe tegen de pijn.

Elske heeft een opleiding tot kapster gevolgd. Werkte tot haar 19<sup>e</sup> jaar bij de Kinky kappers in Amsterdam. Met heel veel plezier. Ze kon haar creativiteit daar heel goed in kwijt. Het was een leuke uitdaging. Elske vind zichzelf perfectionistisch. Het moet goed zijn wat ze doet. Ze moet anderen tot inspiratie dienen. Dat is de uitdaging. Dat je er iets voor terug krijgt. (Maar wat ze er voor terug moet krijgen, weet ze niet, Cann-i /opium?: Mind- fanciers - exaltation of) Ze moest stoppen met dit werk, omdat ze het lichamelijk niet meer aan kon. Toen heeft ze een opleiding gevolgd voor sociaal cultureel werk. Ze had werk in de dagbesteding, als activiteitenbegeleidster. Het was niet helemaal wat ze ervan verwacht

had. De activiteiten die ze konden uitvoeren, bestond uit niet veel anders dan handwerken. Voor andere activiteiten was geen geld. Ze werkte er als invalkracht. Vanwege het geld ging ze schoonmaak werk verrichten in een hotel. Ze zou daar de activiteiten gaan coördineren voor de hotelgasten. Met deze belofte werd ze steeds aan het lijntje gehouden, maar ondertussen moest ze wel schoonmaken. Lichamelijk zwaar werk, waardoor haar klachten alleen maar toenamen. Ze raakte hier in de ziektewet. Ze is niet assertief. Ze durfde niets te zeggen, tegen haar werkgever. Ze wil graag aardig gevonden worden. Ze komt ook lief over, bescheiden. Ze kan moeilijk nee zeggen en doet graag dingen voor een ander. Ze gaat uit van het goede van de mens. Ze vindt het wel jammer dat ze bepaalde verwachtingen van haarzelf toch niet kon waarmaken. Dat vind ze: Jammer. ( weinig emotie). Later zegt ze: Soms vind ik het zielig voor mezelf. Houdt van frisse lucht, drinkt eigenlijk te weinig en moet bedekt slapen.

Ze heeft een hond. Dan moet ze wel wandelen en fietsen. Als het echt niet gaat, doet ze een beroep op haar moeder of haar zus. Haar zus woont in hetzelfde gebouw. (Anti-kraak pand). Inmiddels woont haar moeder ook weer in de buurt. Steekwoorden: Samen en gezellig. Haar moeder heeft een tijdje ver weg gewoond. Daar had Elske veel moeite mee. (Geen steun, hulp) Ze heeft veel schuldgevoelens richting haar moeder, omdat ze haar niet altijd tot steun kon zijn in verband met de afstand en haar eigen ziekte. Ze heeft ook last van schuldgevoelens richting haar zus. Haar zus heeft moeite met haar ziekte.

Vader en moeder zijn gescheiden toen Elske 17 jaar was. Ze zijn zonder ruzie uit elkaar gegaan. Haar zus is 2 jaar ouder. Elske heeft weinig moeite gehad met de scheiding. Ze ziet haar beide ouders nog geregeld. Haar vader houdt van orgelmuziek en klassieke muziek. Zelf houdt Elske van dans muziek. Pop & rock. Ze zingt heel graag, wat heel belangrijk voor haar is. Dat doet ze op de woensdagavond. Ze moet zich wel iedere keer ergens overheen zetten om er heen te gaan. Maar ze krijgt van het zingen heel veel energie. Ze voelt zich dan anders.

Haar moeder heeft 3 x borstkanker gehad en op 58 jarige leeftijd een TIA. Vorig jaar is haar borst afgezet. Haar oma van moeders kant had ook borstkanker. De zussen van oma hadden allemaal vage pijnen/klachten met name aan hun handen. Net als Elske. En aan die kant zitten ook schildklierklachten. Elske ademt zwaar. Snurkt niet veel, droomt wel veel en praat in haar slaap.

Dingen raken haar nu niet zo erg. Vroeger wel. Dat is begonnen na het ongeluk! (Het duurt ook even voordat ze antwoord geeft op een vraag.)

Elske is zelf begonnen met manuele therapie en via de arbo arts/ huisarts zit ze sinds november in een revalidatie traject.

Ze eet het liefst fruit & groente. Frisse dingen. Ze houdt ook heel veel van kaas en hartige dingen. Ze is allergisch voor paprika en was allergisch voor tomaten. (Beide behorend tot de nachtschades=solanaceae)

Ze gebruikt de nuva-ring als anti-conceptiemiddel, dat bevalt het beste. Andere anticonceptiepillen hielpen niet. Ze had er veel last van en kreeg tussentijdse bloedingen. Het voelt ook heel droog in de vagina.

### **Analyse:**

Elske heeft last van acute klachten naar aanleiding van de 2 auto ongelukken. Ze staat letterlijk: Stijf van schrik. Haar vroegere klachten en hoe ze was voor het ongeluk, duiden op Pulsatilla. Ze is miasmatisch belast met carnosinum. Maar volgens mij is het acute middel Opium.

**Voorschrift:**

Elske heeft ter plaatse aconitum C200 gehad. Dat heeft geen reactie gegeven op haar angst om in een auto te gaan zitten. Op de pulsatilla heeft ze heel eventjes oorklachten gehad, die zijn weggegaan. Op de carnosinum heeft ze gereageerd met een verharding van haar lymfevaten en is ze iets verkouden geweest. Ze heeft ook een mail gestuurd om mij aan het werk te zetten. ( Het duurde te lang ). Ze kan nu makkelijker huilen, als ze boos is. Volgende fase: Opium LM1.

**Opium**

Iemand kan dit middel nodig hebben ten gevolge van een shock, zoals het meemaken van een natuurramp of oorlog of schrik, zoals een ongeluk. Het kan ook nodig zijn bij mensen die vrijwillig een teveel aan opiaten hebben gebruikt of mensen die tijdens een operatie een voor hen, te hoge dosis opiaten, hebben gekregen van de anesthesist.

Ze voelen zich niet helemaal aanwezig in het nu. Ze zien er soms uit alsof ze dronken zijn.

Dit is als het ware het 1<sup>e</sup> stadium. Gebrek aan reactiekracht met grote gevoelloosheid en slaperigheid. Het 2<sup>e</sup> stadium laat juist het tegen over gestelde zien. Een verhoogde prikkelbaarheid, overgevoeligheid en slapeloosheid. Beide stadia kunnen elkaar afwisselen, maar iemand kan ook alleen 1 van de 2 stadia laten zien.

Het gebrek aan reactiekracht laat zich in het lichaam zien door bijvoorbeeld niet te kunnen poepen en plassen. ( constipatie waarbij de ontlasting bestaat uit harde, zwartgekleurde bolletjes) Gevoelloosheid en/of een zwaar gevoel in armen en benen. Geen pijn bij klachten die normaal wel pijn zouden doen. Struikelen over je benen, maar ook over woorden.

Moeite met de ademhaling. Diep willen ademen. Snurken in de slaap. Moe worden als je leest of ergens anders geconcentreerd mee bezig bent.

Over het algemeen: Hebben ze weinig dorst. Is er droogte op plaatsen in het lichaam, die normaal gesproken vochtig zijn. ( De vagina bijvoorbeeld. Zijn de klachten rechtzijdig. Verergeren de klachten door het eten van tomaten en verbeteren de klachten in de open lucht.

Het is tevens een groot middel voor het chronisch vermoeidheids syndroom.



## Case nr 5: Tonnie

### Eigen inbreng

Klachten: Hele dag door pijn. Kan geen dekbed op me velen.( lac-c?)

Net alsof ze met een mes op je botten lopen te steken. Mijn botten staan op breken. Ik heb overal blauwe plekken vooral op mijn handen. Reguliere diagnose: Spierdystrofie.

Pijn zit voornamelijk rechts, maar nu ook links a.g.v. overbelasting.

Alle raakplekken doen zeer op den duur.

Ik slaap met een kussen onder mijn been en arm ( rechts)

De klachten verbeteren door meer rust te nemen.

De klachten verergeren door teveel lopen en nu ook fietsen.

De klachten zijn begonnen aan de rechterpols, nu 16 jaar terug, na een operatie in het ziekenhuis. Toen is er een bacterie bij gekomen.

Ze is op haar 3<sup>e</sup> weggehaald bij haar moeder, door haar vader. Hij ging zogenaamd een pakje sigaretten halen en ik moest mee. Ik heb mijn moeder pas weer gezien, toen ikzelf 18 was.

( Toen ging ze het huis uit.) Ze heeft echter weinig tijd met haar moeder kunnen doorbrengen, omdat die kort na de hereniging stierf.

Ik ben gedumpt bij een tante. Daarna kwam ik bij stiefmoeder nummer 1, die mishandelde haar. Toen dat huwelijk stuk liep, werd ze gedumpt bij een andere tante. Daar had ze het goed. Ze bleef daar tot haar 13<sup>e</sup>. Toen kwam ze weer bij een andere stiefmoeder, die haar mishandelde. ( Haar vader is 5 x getrouwd geweest.)

Ze vluchtte het huis uit door op haar 18<sup>e</sup> te trouwen. Na 1 jaar huwelijk ging het mis. Haar inmiddels ex heeft haar 12 jaar mishandeld. Zwaar misbruikt, verbruikt en mishandeld, zowel geestelijk als lichamelijk, want ze lag geregeld in het ziekenhuis. *Je was een Turk. Je moest je bek houden.* Ze had wel gebeld naar haar vader om te vragen wat ze moest doen, maar zei ze, dat had ik nooit moeten doen. Die zat alleen maar: *Je hebt het financieel toch goed.* Haar ex had een hele goede baan.

Tonnie heeft tot haar 25<sup>e</sup> gewerkt, toen kreeg ze een dochter (1987) Daarna kreeg ze een WAO uitkering. Als gevolg van dit huwelijk heeft ze enorme buikklasten gehad. Ze had last van cystes in haar eierstok. Ook het aangaan van een normale seksuele relatie lukt niet. Het is nu wel werkbaar, maar ze kan eigenlijk geen aanrakingen meer velen.

Toen ze 30 werd kon ze eindelijk de stap nemen om bij hem weg te gaan, samen met haar dochter. Maar niet zonder voortdurend door hem te worden lastig gevallen en bedreigd. Veel te snel ontmoete ze haar huidige man. Na een jaar gingen ze trouwen. Ze verhuisden naar een andere plaats. Haar dochter woonde bij ze in, tot die 13 jaar werd. Toen had haar vader haar dochter opgehaald om te gaan logeren. Hij bracht haar echter naar haar ex. Ze heeft haar dochter 11 jaar lang niet gezien. ( Wonderlijk dat de geschiedenis zich weer herhaalt.) Je kunt zien dat het haar emotioneel heel erg raakt. Er lopen stille tranen over haar gezicht.

Haar vader woonde in dezelfde woonplaats maar is sinds zijn laatste scheiding, elders gaan wonen. Ze heeft haar vader 7 jaar terug, het huis uitgezet. *Mijn vader is niet eerlijk.*

Als ze haar ex tegen zou komen, zou ze hem nog dood kunnen steken.

Ze heeft met haar huidige man 2 kinderen. Een tweeling. (1998) met behulp van IVF. (reageerbuisbevruchting). Ik ben nu eigenlijk 'te' bezig met mijn kinderen. Ze verwent ze.

*Ik maak ze dood als ze aan mijn kinderen komen.*

Tonnie heeft wel therapie gehad. Daardoor kan ze beter nee zeggen. Haar laatste therapie was EMDR. Dat was toch te heftig. Alle gevoelens van misbruik en vernedering kwamen weer naar boven. Ze kon het niet aan. *Maar ik ben er wel sterker door geworden, zegt ze.*

Ze heeft nog steeds moeite met inslapen. *Heb alle pammetjes/seroxat gehad. Nu krijg ik inslapertjes.* Ze heeft ook aangezichtpijnen, in haar wangen en haar kin en oorpijn tot in het kaakgewricht.

Ze heeft het niet makkelijk. Haar tweelingdochter is jaloers op haar broer. Ze is echt aan het puberen. Scheld haar moeder uit. Tonnie moet heel veel moeite doen, om het gezinsleven nog enigszins aardig te laten verlopen. Van mij hoeft het niet meer, zegt ze. Zichzelf van kant maken, doet ze echter niet i.v.m. de kinderen.

De pijnscore is van 0 tot 10 oplopend een 8.

Haar energie is van 0 tot 10 oplopend een 2.

De kwaliteit van leven is van 0 tot 10 oplopend een 5.

Tonnie heeft ook nog 2x een longembolie gehad. Heeft ademgebrek en licht longemfyseem. Ze rookt, maar minder als ze rust.

Verder is ze vrij chaotisch. Ze vergeet waar ze spullen laat of legt ze klaar, maar vergeet ze vervolgens mee te nemen.

Ze heeft ook last van constipatie.

Vroeger als kind heeft ze enige tijd angstige dromen gehad over een slang die een mens werd.

Medicijnen:

Inslaappillen, tramadol, paracetamol+codeïne, dystrofiezalf, en foliumzuur.

Opmerkelijke uitspraken:

*Het moment dat ik het fijn heb, gebeurt er weer wat. Het lijkt net alsof het niet mag. Het is allemaal mijn schuld.*

### **Analyse:**

Ze is zo trouw als een hond. Iedere keer probeert ze het weer. Weer haar best doen en wat krijgt ze ervoor terug? Absoluut geen eigenwaarde. Vind zichzelf lelijk. Heeft dit blijkbaar allemaal verdient.

### **Voorschrift:**

Lac- caninum LM1

## Lac caninum

### Essentie:

Vertrouwen/trouw. Als deze wordt geschonden ontstaan klachten.

### Mentale beeld:

Heel vergeetachtig, maakt schrijf en spreekfouten. Voelt zich heel terneergeslagen. Denkt een ongeneeslijke ziekte te hebben. Heeft last van woede – aanvallen. Meent heel onbelangrijk te zijn. Walgt van haar eigen lichaam.

### Fysieke beeld:

De fysieke symptomen worden gekenmerkt door veranderlijkheid. Van de ene kant naar de andere kant van het lichaam, van de ene naar de andere plek in het lichaam. Meestal gaat het van rechts naar links en weer terug. Sommige mensen zouden het beschrijven als wandelende pijnen. Ze zijn ook heel gevoelig voor geluid, licht en aanraking. Hebben behoefte aan melk, en gekruide spijzen.

Voelen pijn in het hart bij op- en aflopen van een trap. Hebben last van een stijve nek. Zeurende pijn in het ruggenmerg, van de basis van de hersenen tot het stuitje. Uiterst gevoelig bij aanraken of druk.

Ischias, rechtzijdig. Doof en stijf gevoel in de benen, kramp in de voeten.

Over het algemeen zijn de personen kouwelijk en verbeteren ze door koud weer. ( Een gezonde hond heeft een koude neus.)

### Werkingsgebieden:

Bepaalde vormen van keelontstekingen en difterie en bij reumatische klachten. Werkt op de zenuwen en de vrouwelijke geslachtsorganen. Goed middel bij borstontstekingen.

## Case nr 6: Marijke

Eigen inbreng

Klachten: Dercum's disease ofwel adiposis dolorosa: [www.lipomendercum.nl](http://www.lipomendercum.nl) = vette weefsel reuma.

Dercum's disease lijkt heel erg op fibromyalgie met dezelfde bijkomende symptomen. Maar de pijn bij fibromyalgie zit voornamelijk in de aanhechting van de spieren. De pijn van adiposis dolorosa zit in het vetweefsel of in het geraamte.

( In het geraamte zit ook vet.) Om de een of andere reden vormen vetcellen, vetbolletjes die met name op de botzenuwen heel veel pijn veroorzaken. De pijnen zijn zeer intens, brandend en worden vaak omschreven als pijscheuten alsof 'kokend heet' of 'alsof je op versplinterd glas loopt' of 'dat de pijn door je hele lichaam gaat'.

Ik heb heel veel last van zenuwpijnen. Het zit meestal links. Maar bij mijn schouders zit het links en rechts. Ik ben heel erg moe en heb regelmatig last van klapperkoorts, die steeds terugkomt. ( intermittent) maar nu ook sneller terugkomt. En ik heb alle dagen last van hoofdpijn.

De pijn tussen de schouderbladen voelt alsof er een klomp op me drukt. Ze zakt wel eens door haar linker knie. En 6 jaar terug heeft ze een gescheurde lies opgelopen na zich verstapt te hebben. Dat werd een chronische slijmbeurs.

Sinds 1,5 jaar klapperkoorts. De klapperkoorts komt opeens opzetten. Het begint met kippenvel en een koud gevoel s 'ochtends rond een uur of 4 à 5, als ik in bed lig. Ik heb het enorm koud, maar het zweet gutst van me af, vooral aan de binnenkant van mijn dijen. Ik kan mijn armen niet boven de dekens uit steken, vanwege de kou! Vroeger duurde het 1 dag, nu 2 a 3 dagen. Het komt ook steeds sneller terug. Het jaargetijde maakt niet uit. Van binnen voel ik me een vulkaan (heet) maar van buiten voelt het koud. Ik ga dan meestal uit bed voor een straalkacheltje zitten. Die kan ik zelf aan en uit doen, om het warmer te krijgen. Ik ben na zo'n aanval helemaal Total -loss. Alsof ik een hele zware griep heb gehad.

Het is nu (2011) 3,5 jaar geleden vastgesteld, dat ik dercum's disease heb. Achteraf blijkt dat er bij een rugoperatie in 1979 al vetweefsel (lipomen) zijn weggehaald. Ik heb in de afgelopen 4 jaar, 13 operaties gehad.

Sinds 3 jaar ook steeds hoofdpijnen. Ik bleek een bloknek te hebben ( 2 vergroeide nekwervels, ik dacht de 3<sup>e</sup> en 4<sup>e</sup>) De hoofdpijn is drukkend en zit zowel links als rechts bij mijn slapen. In mijn nek zit een hele grote lipoom, maar die durven ze niet weg te halen operatief in verband met de mogelijke complicaties. Mijn rode bloedlichaampjes zijn groter dan normaal. Mijn lever is goed. Ik heb wel last van hoge bloeddruk. Dat zit in de familie.

3 jaar terug heeft ze een burn-out gehad. Ik zou uit bed stappen, maar dat ging gewoon niet meer. Ik ging terug in bed en heb gigantisch geslapen. De burn-out is het gevolg van een combinatie van factoren. Lichamelijke uitputting ( het kaarsje ging uit) en de economische crisis. Ze heeft samen met haar man een eigen bedrijf. Daarin werkt ze 4 dagen per week. Ze stapt s' ochtends om 6 uur uit bed. Doet het huiswerk/ de bedden. De 5<sup>e</sup> dag zit ze aan de administratie. Ik ben wel veel met geld bezig. Al die vasten lasten. Het is nog erger geworden na de burn-out. Ik weet van elk stuivertje wat ik uitgeef. Ze is een tutje precies. Ze strijkt alles, ook onderbroeken. Alles moet netjes zijn. Ze is geen verzamelaar.

Ze heeft moeite met inslapen. Dat duurt zeker een ½ uur. Ik ben een piekeraar. Ik denk steeds aan alles wat nog gedaan moet worden en wat ik de volgende dag zal gaan doen. Vroeger kon ik met weinig slaap toe. Ze slaapt op haar rug, omdat ze niet op haar zij kan liggen in verband met haar versleten nek.

Ze drinkt heel veel koud water. Houdt van jus d'orange + rode spa, tomatensap en karnemelk. Ze is geen zoetekauw. Ze houdt van hartige dingen. Vooral van vis. Zure haring en panharing. Ze houdt niet van patat of chips en pinda's. Wel van augurken en Amsterdamse uien en slasaus. (zure dingen).

Vroeger kreeg ze op de 3<sup>e</sup> dag van haar menstruatie migraine en had ze heel veel bloedverlies. Daarom is ze al 23 jaar aan de prikpil. Ze krijgt er wel hoge bloeddruk van. De laatste keer dat ze de prikpil heeft gehad was in september 2011. Het werkt 3 maanden. Het is nu mei en ze is nog steeds niet ongesteld geweest.

Ze heeft het altijd vreselijk koud. Altijd al gehad. Thuis staat de CV ketel op 25 graden. Ik kan niet tegen water in mijn gezicht. Dan krijg ik het gevoel alsof ik moet stikken. Ik kan er ook niet tegen als mijn man in mijn nek wil knuffelen. Daar wordt ik angstig van. Ik kan ook niet tegen kolletjes. Dat werkt verstikkend.

Ik ben een gevoelsmens, een kreeft. Maar ook heel nuchter, net als mijn vader. Mijn man is een steenbok. Die is meer gesloten.

De pijnscore is van 0 tot 10 oplopend een 9. Haar energie is van 0 tot 10 oplopend een 3. Ik voel me s 'morgens hondsmoe en heb last van ochtendstijfheid. Het wordt beter in de loop van de dag, als ik bezig ben. Soms heb ik rond 16.00 uur een dip. (Kali-c)

Ik ben er een van een natuurlijke drieling. (OLV- Amsterdam). We lagen 3 maanden lang in de couveuse. Ze woog bij haar geboorte 1,5 pond. Ze werd als laatste geboren. Ze kwamen met 7 maanden. Ze heeft 1 broer en is met haar zus, eeneiig. Ze heeft een fantastische jeugd gehad. Vanwege haar vader. Die ondernam van alles met zijn 3 kinderen. Haar vader overleed in 1991 op 62 jarige leeftijd. Ze heeft er heel veel verdriet van gehad. Haar vader was heel nuchter. Hij was hartpatiënt. Met 54 jaar kreeg hij zijn 1<sup>e</sup> hartinfarct. Dat was in 1983 in Duitsland. Toen moest hij daar een open hart operatie ondergaan. Zij ging er alle weekenden heen, met haar broer, in de auto. Ondanks dat ze hoogzwanger was van haar 1<sup>e</sup>. Woensdags was de operatie en maandags daarop werd haar eerste kind geboren. Met een keizersnee, omdat hij in een stuit lag en zij te nauwe bekkens bleek te hebben. 10-10-1983. Haar tweede zoon werd geboren op 28-3-1988. Die werd ook gehaald. Beide waren 7 pond.

Die bevalling was achteraf vreselijk. Ik had vocht achter mijn ogen agv zwangerschapsvergiftiging en hoge bloeddruk. Ik kreeg een ruggenprik en toen ging alles fout. Blijkbaar was de verdoving op een verkeerde plek gezet, want mijn hartspier raakte verlamd. Ik had het gevoel alsof ik langzaam dood ging en ik kon niets zeggen omdat die spieren ook verlamd raakten. Gelukkig hadden ze het op tijd in de gaten en kreeg ik direct anti-stoffen ingespoten. Ik moest daar 14 dagen blijven. Omdat de wond niet dicht wilde gaan.

Vroeger was ik tuttig. Opgemaakt, hoge hakken.

Inmiddels heeft ze 13 operaties achter de rug in 4 jaar. Maar hoe slap ze ook is, ze wil iedere keer na de operatie direct naar huis. Ze zorgt gewoon dat ze naar huis mag. Ook al voelt ze zich nog zo beroerd, zwak en misselijk. Overigens heeft ze heel veel last van nabloedingen, na iedere operatie. (Phos!)

Vorig jaar heeft de veel stress ondervonden. Dat geeft extra pijn. De stress werd veroorzaakt door haar schoonmoeder. Haar schoonmoeder had haar gezin niet uitgenodigd met sinterklaas en de rest van haar kinderen. ( 2 dochters) wel. *Ik zou namelijk psychisch niet goed zijn geweest.* Ze kan er nog boos om worden. Ze kan niet tegen oneerlijkheid. Ze noemt haar schoonfamilie, buiten haar man: De 3 musketiers. Ze hoort er niet bij en dat doet haar intens verdriet. *Ik wordt er emotioneel van.*

Ze staat namelijk altijd voor haar schoonmoeder klaar. Die eet geregeld mee. Ze houden eigenlijk altijd rekening met haar, maar andersom is dat niet het geval.

Ik wil graag alles zelf weer doen. We moeten gewoon vrolijk doorgaan. Ik ben een huisbeest. Ik hou van gezelligheid en doe daar alles voor. We eten veel roerbak. Aparte gerechten in de olie. We eten weinig vlees. Wel veel bananen en aardbeien. S' ochtends ben ik altijd misselijk. Rond een uur of 12 wordt dat minder. Mijn moeder had ook bloedvaten vernauwing. Haar been moest worden afgezet. Maar die was daar ook heel nuchter onder.

Eigenlijk is haar man bang voor zijn moeder. Zijn gezin is kerkelijk hervormd. Ik ben van huis uit Christelijk gereformeerd. Voor hem ben ik op Bijbelstudie gegaan. Ze zijn niet eerlijk. Alles voor de buitenkant.

Ondanks dat ze een bedrijf aan huis hadden, was ze er altijd voor de kinderen. Ik heb een oergeduld met kinderen. Ik deed van alles met ze. Er kwamen daarom ook veel klasgenoten over huis.

Verder mag ze graag lezen en heeft ze 2 schoondochters. 1 ervan is heel spontaan, heel open, net als ik. Ik zorg er wel voor dat iedereen hetzelfde krijgt.

Ze heeft tegenwoordig ook enge dromen die altijd over hetzelfde gaan: Het gaat altijd over mijn jongste zoon. Hij raakt of misvormd of hij gaat dood. Het is heel angstig. Deze dromen ( hallucinaties) heeft ze sinds ze de klapperkoorts heeft gekregen. Dus nu ongeveer 1,5 jaar. Ze denkt dat er een samenhang is tussen de groei van de lipomen en de klapperkoorts. Beide nemen toe in aantal. ( Eupatorium perfoliatum, *het voelt lijkt mij net als malaria.*)

Medicijnen: Ik heb een keurig overzicht ontvangen van alle medicijnen die ze slikt. Het enige middel wat nog enigszins helpt is paracetamol/codeïne. Sinds kort slikt ze oxazepam, omdat ze zich zo jachtig voelt.

- Depo provera 150 mg/ml = de prikpil, anti-conceptie. Werkzame stof: Medroxyprogesteron als prikpil remt de eisprong, zodat er geen eikel vrijkomt tijdens de cyclus
- Ibuprofenum 600 mg = ontstekingsremmende pijnstiller (NSAID)
- Temazepam pch 20 mg = spierontspannend, rustgevend
- Oxazepam pch 10 mg = kalmeringsmiddel
- Movicolon = darmontstopper
- Paracetamol/codeïne = pijnstillend/koortsverlagend, constipatie opwekkend.
- Omeprazol = maagzuurremmer
- Gemfibrozil = cholesterol
- Simvastatine = cholesterol
- Atenolol = beta blocker, verlaagd de bloeddruk

### **Analyse:**

Deze case heeft meerdere lagen. Constitutioneel: Phosphorus. ( Heel open, heel meelevend, laat zich door alles beïnvloeden. Veel angsten. Leeft mee met de homeopaat. )  
 Acut bij de knokenkoorts: Eupatorium perfoliatum. (leverkruid.) Ik twijfel tussen een C30 of een LM1. Ik kies omdat ze zo gevoelig is, toch maar voor de LM1. De miasmatische belasting moeten we nog maar even afwachten. Maar als ik moet gokken, denk ik aan carcinosinum. ( Veel te lief.)

### **Voorschrift:**

Phosphorus LM1, in geval van een acute aanval: Eupatorium perfoliatum.

### **Prognose:**

Als de middelen aanslaan, verwacht ik een 60% tot 80% verbetering van haar conditie en pijnklachten.

## Phosphorus

### Toxicologie:

Fosfor geeft stevigheid aan het skelet. Ook is het mineraal betrokken bij de energievoorziening van het lichaam en maakt het deel uit van het DNA. Verder is fosfor nodig voor de koolhydraat-, vet- en eiwitstofwisseling.

De absorptie van fosfor wordt verminderd door maagzuurremmende geneesmiddelen die aluminium bevatten en door hoge doseringen calciumcarbonaat (krijt). Calciumcarbonaat zit in calciumsupplementen.

Een overmatige inname aan fosfor veroorzaakt een verhoogde botstofwisseling, wat bij ouderen de kans op botontkalking kan verhogen. Verder kan een te hoge inname aan fosfor de absorptie van ijzer, koper en zink belemmeren.

Omdat fosfor in bijna alle voedingsmiddelen voldoende aanwezig is, is een tekort aan fosfor bijna niet mogelijk. Een tekort aan fosfor kan onder meer leiden tot anorexia, bloedarmoede, pijn in de botten, verkeerde vorming van de botten tijdens de groei bij kinderen of een toegenomen gevoeligheid voor infecties

### Essentie:

Deze mensen staan te open, kennen geen grenzen en zijn daardoor niet goed beschermd.

### Mentale beeld:

“Hoe meer zielen, hoe meer vreugde” als de sfeer goed is. Ze vinden het naar om alleen te zijn, want ze hebben contact nodig om zich veilig te voelen. De aanwezigheid van anderen geeft ze een gevoel van bescherming. Wanneer er iets met een ander aan de hand is voelen ze dat meteen. Zeer gevoelig voor sfeer, deze gevoeligheid kan ze ook nerveus en onzeker maken als het donker is of als het gaat onweten. Ze voelen onweer vaak al van te voren aankomen. Licht ontvlambaar zijn geldt ook voor boos worden; dat kunnen ze wel gemakkelijk, maar het is ook zo weer over. Contact maken met anderen is hun hoogste doel. Fosfor is niet altijd stabiel: ze zijn snel ergens bij betrokken, maar laten die betrokkenheid ook snel weer varen. Zéér snel afgeleid. Alle prikkels “komen binnen”, dat kan leiden tot uitputting. Ze gaan zo op in hun omgeving waarvan ze alles opnemen, dat ze zichzelf dreigen te verliezen. Dokter hopping patiënten.

### Fysieke beeld:

Het is een bloedingmiddel, met branderigheid of brandende pijnen bij alle klachten. De acute toepassing is voornamelijk bij helderrode bloedingen die slecht te stelpen zijn, zoals na een kies trekken of bij een bloedneus. Wondjes blijven lang open, snel blauwe plekken en bloeditstortingen. De brandende pijnen kunnen overal voorkomen, maar je ziet ze voornamelijk in de maag. Pijnen en misselijkheid verbeteren vaak door koud eten of drinken, totdat ze warm geworden zijn in de maag; dan worden ze vaak weer overgegeven. Dorst in veel, het liefst koud water. Drinkt zonder problemen een grote hoeveelheid achter elkaar. Slapen heel diep of heel licht en krijgen na een hazentukje hoofdpijn. Ze houden vreselijk van vis. Ze voelen hitte van binnen, maar de "straling" naar buiten gaat zo snel, dat de buitenkant koel is. Het zijn meestal kouwelijke personen. Misselijk en braken na anesthesie.



## Conclusie

Hebben fibromyalgie patiënten bepaalde karaktereigenschappen gemeen?

Ik ben geneigd om ja te zeggen. Toch kan ik op basis van mijn eigen bevindingen geen uitspraak hierover doen. 6 cases vormen geen afspiegeling van de doelgroep.

De site die ik heb geciteerd met karaktereigenschappen komen wel terug in de cases.

Een voorzichtige conclusie zou zijn: Ze zijn allemaal wel belast met een carcinogeen miasma.

Is fibromyalgie te genezen?

Op basis van wat ik heb gezien is het niet te genezen. (Tenzij spontaan.) Misschien komt dit ook omdat de fibromyalgie patiënten meestal pas naar de homeopaat gaan, als ze voor de rest uitgedokterd zijn.

We zullen zien, in het geval van Elske of eerder ingrijpen leidt tot volledige genezing. (Ervan uit gaande, dat ik het juiste middel weet te vinden.)

Vooralsnog kan je met behulp van de homeopathie, er wel zorgen dat het leven leefbaarder wordt. Als je klachten 50 tot 80% verminderen is dat geen geringe prestatie. (In lebeltsjes situatie zelfs 95% in de zomermaanden.)

Een ding is wel zeker. Van de bijwerkingen die de reguliere medicijnen veroorzaken word je al ziek op zich. Niet alleen lichamelijk maar ook financieel.

Wat je ook kunt concluderen is dat ieder mens uniek is. Dat iedere case anders is en dat hierbij ook steeds andere homeopatische middelen naar boven komen.

Ik kan nu dus helaas niet zeggen dat de meest gebruikte middelen, bovengenoemde middelen zijn. Daar is mijn onderzoeksgroep te klein voor.

In het onderzoek in Amerika waren 53 proefpersonen en werden er 41 verschillende middelen gebruikt, tijdens 4 opeenvolgende consulten. (Baseline, 2, 4 and 6 months).

Ik wil zeker verdergaan met dit onderzoek, om zo cijfermatig meer inzicht te krijgen in het effect van homeopathie op deze ziekte.