

Mens Sana
Centrum voor Integrale Geneeskunst te Deurne

Berichten

Nieuwsbrief voor natuurlijke gezondheid
28-08

Magnesium tekort

Magnesium: natuurlijk behoud van gezondheid

Naar voorlopig voorzichtige schatting heeft zo'n 30-40% van alle patiënten die ik zie een magnesium tekort. Dit gegeven is mij ook pas sinds een half jaar bekend geworden. In het BNS onderzoeken behandelschema dat ik de afgelopen drie jaar heb bedacht en ontwikkeld was het meten van het magnesium gehalte in het bloed al vanaf het begin een vast onderdeel. In de eerste twee jaar heb ik naar schatting bij slechts zo'n tien patiënten een magnesium tekort vastgesteld en behandeld. Op mijn continue zoektocht naar nog betere resultaten bestelde ik het Canadese boek: **The Miracle of Magnesium** van Carolyn Dean.

Door het lezen van dit boek ben ik heel wat meer te weten gekomen over het gigantische probleem van magnesium tekort. De grootste eyeopener was de ontdekking dat ik al twee jaar het magnesium tekort onjuist gemeten heb. Hierdoor heb ik vermoedelijk bij honderden patiënten het stellen van de diagnose 'magnesium tekort' gemist waardoor de

Discover the essential nutrient that will work wonders for your health!



- Alleviate muscle pain, insomnia, and a host of other conditions
- Activate vital enzymes to increase your body's energy
- Help to prevent serious illnesses such as depression and heart disease

CAROLYN DEAN,
M.D., N.D.

Verder in dit nummer:

- **Berichtgeving over effecten van vaccinaties**
- **Magnesium in de Homeopathie:** geneesmiddelbeeld van magnesium.
- **Nieuwsberichten:** BNS-Therapie slaat aan bij collega's.
- **De huisapotheek:** Dermavi Crystal Flakes voetenbad, **transdermale magnesium suppletie**, een snelle ravitaillering.
- Mens Sana Berichten 29-09 over: **HPU**.

klachten en ziekten die hierdoor veroorzaakt werden nog niet kon worden opgelost. **Je blijkt namelijk geen Magnesium atomen te moeten meten maar magnesium ionen, dit zijn elektrisch geladen atomen die de werkzame vorm zijn van magnesium.** Nadat ik de meting hierop had aangepast begon het magnesium tekorten te regenen in mijn praktijk. Ik heb in een maand of vier ongeveer 80 patiënten behandeld voor magnesium tekort en hiermee is het zicht op dit probleem al een heel stuk toegenomen.

Magnesium genoemd naar Magnesia

Magnesium werd voor het eerst in grote hoeveelheden gevonden in de buurt van een oude stad in klein Azië dat **Magnesia** heette. Magnesia is ook een streek in Griekenland in de provincie Thessalië waar veel magnesium gevonden is. De naam magneet is van magnesium afkomstig. Magnesium werd ontdekt in 1775. Het is het 8^e element in hoeveelheid op aarde. Als metaal verbrandt het snel in een felle lichtflits. Het werd daarom vroeger gebruikt voor flitsen bij fotografie en nu nog in lichtkogels en brandbommen. Het is heel licht en wordt daarom gebruikt in allerlei legeringen in vliegtuigen, raketten en racefietsen. Talk (magnesium poeder) wordt bij het turnen gebruikt omdat het veel water absorbeert.

Magnesium sulfaat, bekend onder de naam

bitterzout, werd gebruikt bij het bepalen van de circulatietijd van het hart in de cardiologie en soms nog als laxeermiddel. Heel lang is er veel te weinig onderzoek gedaan naar de rol en betekenis van magnesium tekort voor de gezondheid van de mens, waarschijnlijk omdat de farmaceutische industrie een enorme vlucht genomen heeft en er aan magnesium veel te weinig te verdienen valt omdat het slechts een mineraal is waarop geen patent kan worden aangevraagd. De laatste tijd nemen het aantal onderzoeken naar de functie van magnesium en magnesium tekort heel erg toe en dat heeft veel meer zicht opgeleverd op de klachten en ziekten die hierdoor veroorzaakt worden. Hieronder volgt een

overzicht:

- Angst en paniek
- Astma
- Trombose
- Darmziekten
- Depressie
- Verstoorde ontgiftiging
- Diabetes Mellitus = suikerziekte
- Chronische Vermoeidheids Syndroom (CVS)
- Coronairziekte (aderverkalking)
- Te hoog cholesterol
- Hypertensie
- Hypoglycemie
- Slapeloosheid
- Nierinsufficiëntie
- Migraine
- Fibromyalgie
- Spierkrampen, twitching
- Duizeligheid
- Verwardheid
- Verlaagde

- vruchtbaarheid
- (Pre)Ecclampsie (zwangerschapstoxicose)
- Botontkalking
- Raynaud's syndrome (samentrekking van de arteriolen in handen en voeten)
- Cariës

Drie dingen die je moet weten over magnesium en hartziekte

1. Magnesium voorkomt spierspasmen van de kransslagaders in het hart, die kunnen leiden tot hartinfarcten.
2. Magnesium voorkomt spierspasmen van de perifere bloedvaten, die tot hoge bloeddruk kunnen leiden.
3. Magnesium voorkomt het neerslaan van calcium in atherosclerotische plaques in de slagaders, die tot aderverkalking leiden.



Magnesium rijk voedsel

De belangrijkste bron voor magnesium is **bladgroenten en alle groene groenten**. Elk chlorofyl atoom, de groene bladkleurstof in alle planten, bevat een atoom magnesium in het centrum van de formu-

lestructuur. Er zit veel magnesium in **noten**, vooral cashew noten, en **zaden** en **onbewerkte granen**. Het is goed om regelmatig gebruik te maken van verse graanvlokken, kelp, bakkersgist (edelgist), zonnebloem- en pijnboom-pitten, zeezout en **chocolade** om een Magnesium tekort te helpen voorkomen.

Algenpreparaten, zoals **chlorella** en **spirulina**, en **green magma** (van jonge gerstloten) hebben een hoog magnesium gehalte omdat ze relatief veel chlorofyl bevatten. Naast een hoge ontgiftende werking zijn het uitstekende leveranciers van Multivitaminen en aminozuren. Last but not least is **Marmite** (geconcentreerd gistextract) heel erg magnesium rijk (1500mg per 100gram).



Hoe ontstaat de enorme toename van magnesium tekort

In hoofdlijnen zijn er vier oorzaken aan te wijzen voor het zo veelvuldig optreden van magnesium tekort:

1. Er is veelal onvoldoende aanbod van magnesium in ons dagelijks voedsel.
2. Om diverse redenen wordt de behoefte aan magnesium alleen maar groter.
3. De magnesium status wordt negatief beïnvloed door allerlei reguliere geneesmiddelen.
4. Toename van verlies aan mineralen.

1. Onvoldoende aanbod van magnesium

We eten vaak al niet voldoende verse groenten of andere magnesium rijke producten. Bovendien is de bodem waarop de groenten gekweekt worden meer en meer 'uitgemergeld' geraakt ondanks het gebruik van kunstmest. Niet biologisch geteelde groenten bevatten veel minder mineralen dan wel biologisch geteelde groenten. Dit is onlangs nog wetenschappelijk aangetoond in Engeland terwijl een TNO-onderzoek hiernaar in 2007 ons nog van het tegendeel probeerde te overtuigen.

Biologische groenten en fruit bevatten tot 40 % meer antioxidanten dan gewone producten. Ook biologische melk scoort tot 60 % hoger wat het gehalte aan antioxidanten en gezonde vetzuren betreft. Dat blijkt uit de eerste resultaten van een groots opgezet Europees onderzoek dat in november 2007 uitgebreid de media haalde.

Onder leiding van professor Carlos Leifert liep aan de Newcastle University in Engeland gedurende vier jaar een grootschalig onderzoek naar de gezondheidsvoordelen van biologische voeding. Op verschillende locaties in Europa werden biologische en niet-biologische producten geteeld op aanliggende velden. In Nederland bijvoorbeeld zijn het Louis Bolk Instituut en Wageningen Universiteit bij het onderzoek betrokken.

Bio is gezonder

In de Britse media maakte onderzoeksleider Leifert vorige week enkele resultaten bekend.

- *Biologische melk bevat 50 tot 80 % meer antioxidanten.*
- *Biologische melk heeft een hoger gehalte aan vitamine E.*
- *Biologische kaas kan tot twee keer zoveel voedingswaarde hebben als reguliere varianten. Biologische tomaten, tarwe, aardappelen, kool en uien bevatten 20 tot 40 % meer antioxidanten.*
- *Biologische spinazie en kool bevatten meer mineralen, zoals ijzer en zink.*
- *Biologische producten zijn rijker aan vitamine C.*

De globale bevindingen worden in 2008 wetenschappelijk gepubliceerd. Het onderzoeksproject 'Quality Low Input Food' kost 17 miljoen euro en wordt mee gefinancierd door de Europese Unie.

Bron: de Biotheek, 5/11/2007
Infocentrum van Bio Forum
Vlaanderen:

<http://bioforum.be/biotheekbe> www/

Fabrieksvoedsel is magnesium arm

Gedurende de raffinageprocessen en andere bewerkingen die het voedsel in onze fabrieken ondergaat gaan vaak grote hoeveelheden mineralen, waaronder Magnesium, verloren. Bijna alle magnesium in granen raakt

verloren gedurende de bewerkingen tot het produceren van bloem of volkorenmeel. De chemicaliën die worden gebruikt bij de bereiding van ingevroren groenten om de rijke groene kleur te bewaren resulteren in groot Magnesium verlies. En uiteindelijk verliezen de groenten in onze keukens het laatste substantiële deel van het Magnesium door de manier waarop ze gekookt worden.

Percentage van verloren magnesium gedurende de voedsel processing

- * Raffinage van bloem uit graan 80 procent
- * Verfijnen van rijst 83 procent
- * Productie van zetmeel uit graan 97 procent
- * Extractie van witte suiker uit melasse 99 procent

In de reguliere geneeskunde staat men absoluut onvoldoende stil bij de enorme toename van voedingstekorten ofwel ondervoeding. Men is er te weinig op gespist dat een ziekte heel goed veroorzaakt kan zijn door een gebrek aan een vitaal vitamine zoals Magnesium. In onze rijke westerse wereld treffen we de meerderheid van mensen met overgewicht aan met een slechte voedingstoestand met een gebrek aan essentiële mineralen en vitamines.

Ons voedsel kent een gestage toename van magnesium gebrek sinds 1909:

1909 inname	408 mg/dag
1949 inname	368 mg/dag
1980 inname	349 mg/dag
1985 inname	323 mg/dag (mannen)
1985 inname	228 mg/dag (vrouwen)

Wat kun je doen om meer magnesium te sparen

Je kunt het best biologisch voedsel kopen. Je betaalt er wel wat meer voor maar als we er in groten getale toe over gaan dan wordt de prijs vanzelf veel lager. Eet veel meer vers en zo weinig mogelijk bewerkt voedsel (raw and whole food). Ga veel vaker over tot roerbakken of het slechts enkele minuten beetgaar stomen van de groenten. Drink meer bronwater dat vaak magnesiumrijker is. Met name San Pellegrino (Italië) en Vittel (France) zijn beroemd vanwege o.a. een hoog magnesium gehalte.

Drie dingen die je moet weten over magnesium en Diabetes

1. Magnesium tekort is wellicht een onafhankelijke voorloper van diabetes.
2. Suikerpatiënten hebben zowel meer magnesium nodig als hun magnesium verlies is hoger.
3. Magnesium is nodig voor de productie, het functioneren en transport van insuline.

2. Toenemende behoefte aan magnesium

Magnesium heeft een belangrijke rol bij **ontgiftingsprocessen** van b.v. chemicaliën en zware metalen zoals kwik uit amalgaam vullingen in ons gebit. Omdat wij daar voortdurend veel te veel aan blootgesteld worden is de behoefte aan magnesium in de westerse wereld erg gestegen. Tevens wordt de magnesium behoefte onder invloed van stress ook sterk verhoogd. Je kunt de natuurlijke ontgiftingsprocessen naast een hogere magnesium inname het best op een volkomen natuurlijke en veilige manier stimuleren met het gouden drietal: **alfaliponzuur** (een krachtige antioxidant die ook makkelijk de bloed-hersen-barrière passeert), het blad van de **koriander plant** en **chlorella**.

3. De magnesium status wordt negatief beïnvloed door allerlei reguliere geneesmiddelen.

Verschillende reguliere geneesmiddelen veroorzaken een verhoogde behoefte aan magnesium door b.v. verzuuring in de weefsels te veroorzaken waardoor er meer magnesium uit de cellen getrokken wordt om de verzuuring te neutraliseren en de toxische effecten te minimaliseren. De volgende geneesmiddelen kunnen een Magnesium tekort veroorzaken:

- o Diuretica (plastabletten)
- o Orale anti conceptiva (OAC, de pil)
- o Insuline
- o Digitalis (digoxine,

- hartversterkend middel)
- Tetracycline (en andere antibiotica)
- Prednison

4. Toename van verlies aan mineralen

Je moet je altijd heel goed realiseren dat je veel meer mineralen verliest als je langdurig of vaak zweet. Dit is het geval bij **duursporten** en **topsport** en als iemand langdurig **zware arbeid** verricht. Je verliest ook veel meer mineralen als je een **saunabad** neemt. En als je maar af en toe naar de sauna gaat zal het wel niet zo'n vaart lopen maar er zijn steeds meer mensen die thuis een saunacabine hebben geïnstalleerd en die er daarom veel vaker gebruik van maken. Met sowieso de vaak al grote hang naar magnesium tekort door de andere oorzaken zouden topsporters en saunabezoekers standaard gebruik moeten maken van een mineralen voedingssupplement.

De functies van magnesium in het menselijk lichaam

Magnesium reguleert maar liefst 325 enzymen in ons lichaam waarvan de productie, het transport en de opslag van energie de belangrijkste functie is. Het opereren met een magnesiumtekort is als werken met de netspanningschakelaar in de uit stand. **Magnesium is als het ware de vonk van het leven.**

Magnesium draagt ook zorg voor de elektrische geleiding in de kilometers zenu-

wen in ons lichaam. Het draagt zorg voor een goed hartritme, een goede bloeddruk en voorkomt epilepsie. Magnesium is noodzakelijk voor de eiwitsynthese van DNA en RNA, dus voor groei en ontwikkeling. **Magnesium reguleert de calcium opname in de cellen en waar calcium zorgt voor de contractie daar zorgt magnesium voor de relaxatiefase.** Calcium en magnesium vormen tezamen een dansend duet en zijn elkaars antagonisten. Ook het calcium werkt niet goed als er niet genoeg magnesium voorhanden is. Magnesium zorgt dus voor de broodnodige ontspanning van alle skeletspieren, van alle ingewanden en van de hersenen. Zo zorgt het ook voor een goede slaap. Magnesium is zeker net zo belangrijk voor een **goede botopbouw** als het calcium, een groot deel van de epidemie aan osteoporose komt op rekening van het magnesium tekort. Terwijl dit in de reguliere geneeskunde geheel veronachtzaamd wordt.



Magnesium tekort veroorzaakt een 'gat in de dijk'

Magnesium speelt een belangrijke rol bij het in stand houden van een goed functionerend immuunapparaat. Ik heb dat het afgelopen half jaar tientallen keren onder mijn eigen ogen zien gebeuren. Ik had de patiënt in 2 of 3 behandelingen volledig bevrijd van alle belastingen en tekorten. Maar ik zag oude allergieën weer terugkeren of nieuwe ontstaan en/of opnieuw infectieziekten optreden alleen maar omdat er toch nog een magnesium tekort bleek te bestaan. Pas als ik dit tekort had aangevuld konden de allergieën blijvend genezen worden en herstelde de afweer tegen infecties.

Drie dingen die je moet weten over magnesium en de hersenen

1. magnesium beschermt de hersenen tegen de toxische effecten van chemicaliën zoals voedselchemische toevoegingen.
2. Magnesium maakt het bloed dunner en voorkomt te dik bloed en kleine stolsels en daarmee beroertes.
3. Magnesium ontspant te hoge spanning in spieren van het hoofd en de nek, die migraine vaak verergeren.

Diagnose en therapie van magnesium tekort

In Amerika werd door Bella en Burton Altura een speciaal bloedonderzoek ontwikkeld met ion-selectieve elektroden

waarvan ik niet eens weet of die in Nederland reeds wordt uitgevoerd. Omdat dit bloed-onderzoek ongetwijfeld weer extra kosten met zich mee brengt en het bioresonantie-onderzoek heel erg betrouwbaar is vertrouw ik hier nu voor het grootste deel op. Ik ga volledig af op het Rathega onderzoek en het klinisch beeld en zet zo nodig een proefbehandeling in die in principe risicoloos is. Ik schrijf dan een voedings-supplement voor waarin een **organische magnesium verbinding** (citraat, glutamaat, aminochelaat en geen oxide, fosfaat, of carbonaat want die zijn anorganisch) zit (400-600mg per dag) dat geslikt kan worden met water, **liefst niet tijdens de maaltijd**. De opname van magnesium uit de darm naar het bloed is dan beter in tegenstelling tot het voorschrift in de meeste bijsluiters. Bij een orale substitutie duurt het 2-3 maanden alvorens een

tekort is opgeheven. Daarna is een derde van de dagdo-sis voldoende om het Mag-nesium gehalte goed op peil te houden.

In uitzonderlijke gevallen (bv. bij nog bestaande ernstige darmklachten) levert de opname van de magnesium in de darm problemen op. Dan laat ik de patiënt dagelijks een **voetenbad** nemen waarin zeezout zit, een magnesium chloride verbinding. Deze zogenaamde **transdermale toepassing** zorgt voor een aanvulling van het magnesium tekort dat net zo snel werkt als een intra-veneus infuus. Deze behan-deling is ook bij uitstek geschikt zo snel mogelijk na een hartinfarct, een beroerte of een astma-aanval. Meer over het magnesium voetenbad in de rubriek: de huisapotheek.

Met het huidige voedings-patroon en het werken met voedingssupplementen is er in de regel een te groot aanbod van calcium en

onvoldoende aanbod van magnesium. De huidige verhouding van calcium-aanbod tot magnesium-aanbod varieert van 5:1 tot 15:1 terwijl die verhouding in het paleolithische tijdperk 1:1 was.

Dit artikel is een compilatie van informatie uit de drie onderstaande boeken en ervaringen die ik heb opgedaan tijdens het uitoefenen van mijn praktijk.

1. The Miracle of Magnesium van Carolyn Dean, M.D., Uitgeverij: Ballantine Books, januari 2003, ISBN: 0-345-44588-0
2. Transdermal Magnesium Therapy, van Marc Sircus, Ac, O.M.D., Uitgeverij Phaelos Books, 2007, ISBN: 0-9787991-1-9
3. Homeopathie en de Elementen van Jan Scholten, Uitgeverij: Stichting Alonissos te Utrecht, 1996, ISBN: 90-7481717-03-3

September 2008

Hans Reijnen, arts voor Homeopathie en Bioresonantie

Berichtgeving over effecten van vaccinaties

I. Hoe Lang Kan Men De Waarheid Nog Blijven Ontkennen Over De Gevolgen Van Het BMR-vaccin en Autisme: Amerikaanse rechtbank bevestigt de link

Al duurt de leugen nog zo lang de waarheid achterhaalt hem wel. Een doorbraak mag ik wel zeggen. Een Amerikaanse rechtbank heeft geconcludeerd dat het BMR-vaccin autisme kan veroorzaken en heeft een schadeclaim toegewezen.

Dat is gebeurd in een geheime uitspraak die in maart 2008 pas openbaar werd. Het US Court of Federal Claims heeft bepaald dat thiomersal, een conserveermiddel dat veel kwik bevat in vaccins voor kinderen en kan leiden tot autisme. Deze uitspraak is er een in een serie van 4900 zaken over schadeclaims die momenteel in behandeling zijn. Gezondheidsautoriteiten zijn als de dood dat hierdoor een vloedgolf aan schade-

claims ontstaat. De uitspraak lijkt ook de contro-versiële bevindingen te onderschrijven van dr. Wakefield, die al in 1998 stelde dat er volgens hem een verband was tussen autisme en vaccinatie. De uitspraak, door de Amerikaanse Assistant Attorney General Peter Keisler, is afgelopen november gedaan in een van de drie proefzittingen over het verband tussen het BMR-vaccin en autisme door een panel van drie

rechters onder voorzitterschap van Keisler. In zijn conclusie sprak Keisler uit dat 'een compensatie van toepassing is'. De zaak ging om een kind dat in juli 2000 op ander halfjarige leeftijd negen vaccinaties kreeg, waarvan er twee thiomersal bevatten. Binnen enkele dagen vertoonde het meisje, dat tot dan toe gezond was geweest, plotseling geen reacties meer op verbale aanwijzingen en nam haar taalvaardigheid af, maakte ze geen oogcontact meer, kreeg ze last van slapeloosheid, aanvallen van aanhoudend schreeuwen en stuipen. Zeven maanden later werd de diagnose autisme gesteld.

Bron: Medisch Dossier april 2008

Overigens: het giftige conserveermiddel thiomersal is in Nederland al jaren niet meer in gebruik. Er wordt nu gebruik gemaakt van aluminiumhydroxide dat helaas ook bijwerkingen kan geven.

II. Wetenschappelijk dispuut rond griepvaccinatie bij ouderen

Bewijs effectiviteit griepvaccinaties opnieuw onderwerp van gesprek

Nederland heeft een grote rol gespeeld in het promoten van vaccinaties bij ouderen. Begin jaren negentig heeft in Maastricht een studie plaats gevonden die jarenlang door internationale wetenschappers werd aangehaald als bewijs van de effectiviteit van griepvaccinaties. Of die vaccinaties zin hebben voor

gezonde ouderen, is een discussie die recentelijk opnieuw actueel is geworden. Internationaal hebben verschillende onderzoekers de conclusies van deze studie weerlegd, door bestaande gegevens opnieuw statistisch te bewerken.

Studies

In 1991 zette de Maastrichtse studiegroep een gerandomiseerd, dubbelblind placebo gecontroleerd onderzoek op naar het effect van griepvaccinaties. Vijftien huisartsenpraktijken namen eraan deel en 1.838 ouderen boven de 60 jaar, die niet tot een risicogroep behoorden. De ene helft kreeg het griepvaccin ingespoten, de andere helft de controlegroep, een zoutoplossing. Klinisch gezien maakte 2% van de gevaccineerden een griepperiode door en 3% van de placebo-groep. De conclusie van de studie luidde dat door de griepvaccinatie het aantal ziekenhuisopnames met 27% afnam en de griepsterfte met 50%.



In 2004 analyseerden Italianen het effect van griepvaccinaties bij personen boven de 65 jaar aan de hand van 64 bestaande studies. Zij concludeerden dat in tehuizen influenza met 23% afnam, waardoor longontstekingen vermin-

derden. Bij ouderen die zelfstandig woonden zag men geen afname. Zij hadden geen baat bij griepvaccinatie.

De conclusie van een publicatie van augustus 2008 waarin van 1.173 relatief gezonde ouderen van 65 tot 94 jaar het ziekteverloop werd gedocumenteerd over een periode van drie jaar luidde: herhaling van het vaccin biedt bij deze leeftijdsgroep geen bescherming tegen longontsteking na een griepaanval.

In Amerika steeg in tien jaar tijd, de vaccinatie voor ouderen van 15% tot 67%. In Nederland wordt meer dan 65% van de senioren jaarlijks gevaccineerd. Men zou over de jaren een afname van griepgevallen verwachten, maar het tegendeel is waar; er is een toename van ziekte- en sterfgevallen. De groep van Thompson komt tot de conclusie dat de 133.900 ziekenhuisopnames voor pneumonie (longontsteking) en influenza in 2005 in Amerika een verdubbeling betekenen sinds de jaren negentig van de vorige eeuw. Ook de studiegroep van Simonsen toont in 2006 een verdubbeling van influenzagevallen en complicaties aan.

Bovenstaande is een gedeelte van een artikel dat in Supplement verscheen, no 10 oktober 2008 van de hand van Dr. Saskia van As. In dit artikel vindt u de verwijzingen naar de aangehaalde studies.

III. Opname HPV-vaccin in vaccinatieprogramma te vroeg

Landelijke invoering van een vaccin tegen baarmoederhalskanker in het rijksvaccinatieprogramma per 1 september 2009 voor alle meisjes van 12 jaar is te vroeg. Volgens onderzoekers en artsen van het Erasmus MC, UMC Groningen en het Nederlands Kanker Instituut is eerst onderzoek nodig naar het effect van het vaccin bij 12-jarigen.

Zij publiceren hun argumenten op de website van het Nederlands Tijdschrift voor Geneeskunde.

Kans

Minister Klink heeft de Tweede Kamer aangegeven in september 2009 te willen starten met het landelijk vaccinatieprogramma tegen HPV (Humaan Papillomavirus). De bedoeling is hiermee in de toekomst de kans op het ontstaan van baarmoederhalskanker te verminderen.

De auteurs zijn verbaasd over de snelheid van de invoering van het vaccin in het vaccinatieprogramma. Meest opmerkelijk is dat het vaccin in het geheel nog niet is getest bij 12-jarige meisjes, de groep die men wil gaan vaccineren. Wellicht reageren zij anders op het vaccin dan de 15- tot 26-jarige vrouwen bij wie het vaccin wel is getest.

Te kort

Onderzoeken die reeds met het vaccin zijn gedaan lopen nu maximaal zes jaar. Dit is volgens de auteurs te kort om betrouwbare conclusies te kunnen trekken over de effectiviteit, omdat de

ontwikkeling van baarmoederhalskanker 10 tot 15 jaar duurt. Zowel de duur en de mate van bescherming van het vaccin tegen baarmoederhalskanker als de bijwerkingen op lange termijn zijn nog niet bekend. Ook ligt de kosteneffectiviteit van het vaccin, zelfs bij zeer gunstige aannames, boven de geldende norm van kosteneffectiviteit voor behandelingen. Tot slot komen de auteurs tot de conclusie dat aan vijf van de zeven criteria die de Gezondheidsraad hanteert bij het advies over opname in het rijksvaccinatieprogramma, nog niet of slechts gedeeltelijk wordt voldaan.

Zeldzamer

Baarmoederhalskanker is een ernstige aandoening, maar is in Nederland geen groot volksgezondheidsprobleem meer. Het is een ziekte die steeds zeldzamer wordt, mede dankzij een goed georganiseerd bevolkingsonderzoek, waarbij met een uitstrijkje voorstada van kanker worden opgespoord. Overhaaste invoering van HPV-vaccinatie is daarom niet zinvol. Volgens de auteurs moet eerst het effect van het vaccin bij 12-jarigen worden onderzocht en de resultaten over effectiviteit en bijwerkingen uit de huidige onderzoeken worden afgewacht. Pas daarna kan een gedegen besluit worden genomen over invoering en organisatie van HPV-vaccinatie.

Publicatiedatum :02-09-2008 op de website van Erasmus MC.

Homeopathische bescherming tegen Influenza

Vanaf nu is de Influenzinum reeks (30K, 200K, MK en 10MK, 2008/2009) weer verkrijgbaar. Dit is een uitstekend **alternatief voor de grieprik.**

Iedereen die daarvan gebruik wil maken kan zich daar telefonisch voor aanmelden op tel: 0493-319000 tussen 09.00 – 12.30 uur.

Magnesium in de Homeopathie

Alles wat in de natuur voorkomt kun je gebruiken als grondstof om er een homeopatisch geneesmiddel van te maken. Zo is het vaak gebruikte Natrium muriaticum in de homeopathie gemaakt van Na-Cl, natrium chloride ofwel gewoon keukenzout. Als ik dat wel eens tegen een patiënt vertel dan reageert die nogal eens met de opmerking: oh, heb ik daar een tekort aan, dan? Neen dat is niet het geval. Maar je bent dan wel geholpen met het toedienen van gepotentieerd keukenzout. Wat is dan toch dat proces van potentieren? Dat is inderdaad een van de wonderen van de natuur en het wonder van de homeopathie. De grondstof wordt een aantal keren 1:10 of 1:100 verdund en geschud en het middel krijgt een grote geneeskracht terwijl er helemaal niets meer van de grondstof in zit. Geen enkele molecuul meer van de oorspronkelijke stof in het middel, wat is er dan nog wel aanwezig in zo'n middel?

Raakvlakken tussen homeopathie en bioresonantie

Het is voor velen nog moeilijk voor te stellen maar door het proces van potentieren blijft er een soort 'imprint' achter op de watermoleculen of de alcoholmoleculen (afhankelijk van welke dragerstof je gebruikt) en die 'imprint' is volledig verbonden met de oorspronkelijke stof die je gebruikt. Zo bevat die 'imprint' een heleboel

informatie die bij de mens een uitwerking heeft op alle drie de niveaus: lichamenlijk, mentaal of psychisch en emotioneel. Zo heeft elk homeopatisch geneesmiddel zijn eigen heel specifieke affiniteit met een aantal fysieke processen bij de mens, we noemen dat dan een heel eigen organotropie. **Zo heeft Natrium muriaticum een grote affiniteit met de water en zout huishouding in het lichaam.** Dit is ook niet zo vreemd als je beseft dat reguliere artsen bij hoge bloeddruk plastabletten geven en je vaak zout laten beperken. Dit is dan wel echt allopathisch want homeopatisch gezien zouden wij een patiënt dan juist meer water willen laten drinken maar dan ook wat meer zout willen laten gebruiken en dit principe pas ik in de praktijk dan ook het liefste toe. Wie meer over dit principe wil lezen kijkje op onze website (www.menssana.nu) onder de link voeding: je bent niet ziek, maar je hebt dorst. Zo heeft Natrium muriaticum psychisch in zijn imprint zitten dat iemand die het middel nodig heeft een muur om zichzelf optrekt nadat hij zich vaker in de steek gelaten heeft gevoeld. Emotioneel kan hij/zij heel erg blijven wonen in zijn/haar verdriet, in het repertorium vertegenwoordigd door de rubriek in de Mind: brooding, alsmar bezig blijven met vervelende gebeurtenissen uit het verleden.

Homeopathische potentieren is hetzelfde als spiegelfrequenties in de bioresonantie

Nu is mij de afgelopen drie jaar, sinds ik ook veel met bioresonantie werk, duidelijk geworden dat wanneer je van een bepaalde grondstof de spiegelfrequenties gebruikt dat overeenkomt met het toedienen van het homeopatisch gepotentieerde middel. Aan de hand van een sprekend voorbeeld zal ik uitleggen wat ik hier precies bedoel. Als iemand allergisch is voor koemelk dan kan ik iemand genezen van die **koemelkallergie** op twee verschillende manieren maar die volgens mij precies hetzelfde zijn.

A: Lac Defloratum is een homeopatisch geneesmiddel gemaakt van koemelk. Door de patiënt een opklimmende potentiereeks van Lac Defloratum te geven (30K, 200K, MK en 10MK).

B: Ik plaats koemelk in de ingangsbeker van het bioresonantie apparaat en ik behandel de patiënt met de spiegelfrequenties die de computer hiervan maakt. Melk heeft zijn eigen frequentiepatroon en de computer ontwerpt de spiegelfrequenties, het geïnverteerde beeld, door die toe te dienen verdwijnt de allergie voor koemelk. Uit bovenstaand gegeven blijkt dus dat er een overeenkomst is tussen homeopatisch dynamiseren en genezen met bioresonantie m.b.v. spiegelfrequenties. Hier komen de wereld van de homeopathie en de

wereld van de bioresonantie dus rechtsstreeks bij elkaar. Als je de twee natuurkundige basisprincipes bij elkaar voegt kun je tot de volgende formulering komen:

er zit niets meer van de grondstof in het homeopathische middel maar het water of de suikermoleculen hebben een soort 'geheugen' voor de spiegelfrequenties die bij de grondstof horen en dat blijkt wonderbaarlijke geneeskraft te hebben.

Dit alles was slechts een inleiding om hopelijk beter te begrijpen wat er precies gebeurt als je gebruik maakt van een homeopathisch geneesmiddel. Ik wil in dit artikel uitgebreider stilstaan bij homeopathische geneesmiddelen die gemaakt zijn van Magnesium. Dat kan zijn **magnesium metallicum**, het middel gemaakt van het enkelvoudige element magnesium. Maar dat kan ook zijn van magnesium verbindingen, we noemen dat mineralen, waarvan **magnesium carbonicum** en **Magnesium muriaticum** in de homeopathie de meest gebruikte zijn. Je kan zelfs een homeopathisch geneesmiddel maken van stenen met een hoog magnesiumgehalte, dit is een van de nieuwste ontwikkelingen binnen de homeopathie. Iedereen weet dat edelstenen of halfedelstenen geneeskraft hebben maar het is vrij nieuw om deze stenen dan ook weer te gaan dynamiseren. Stenen met het hoogste magnesium gehalte

zijn magnesiet en Magnetiet. Olivijn en serpentijn bevatten ook veel magnesium.

Het homeopathische geneesmiddelbeeld van magnesium carbonicum

"Past bij ziekelijke, nerveuze, winderige en pafferige personen" zo staat te lezen in de complete materia medica van Vermeulen. Het past ook vaak bij kinderen: de lastige zuurpruim met rusteloosheid en concentratiezwakte (ADHD).

Lichamelijk:

- Heftige aangezichtspijnen, erger bij liggen op de aangedane zijde.
- (Trigeminus)Neuralgie, Migraine
- Scheurende kiespijn, met name tijdens de zwangerschap
- Snijdende koliekpijn gevolgd door dunne, groene ontlasting
- Delirium Tremens, Tetanus.
- Vaatspasmen: hartklachten, infarct, ritmestoornis en Raynaud klachten.
- Klachten van spieren, tanden, nagels, osteoporose.
- Weigert melk of maagpijn na melk.
- Slaperigheid overdag en slapeloosheid 's nachts.
- Verergering door kou, koude wind en tocht.

Mentaal-emotioneel:

Het zijn mensen die niet tegen onrecht kunnen, die zich vaak inzetten voor het stichten van vrede, heel slecht tegen agressie kunnen of juist behoorlijk agressief zijn. Mensen die een (grote) onderdrukte boosheid hebben en in het dagelijks leven vaak juist te zacht, te aardig, te

meegaand zijn, kunnen heel veel baat hebben van gepotentieerde magnesium. Er is vaak een angst voor verlies, b.v. dat vader of moeder er niet meer zal zijn. Het is vaak geïndiceerd bij kinderen van gescheiden ouders of weeskinderen. Magnesium carbonicum is geïndiceerd als het kind boos is op vader, als die b.v. het huis verliet of magnesium muriaticum als het kind boos is op moeder als die b.v. vreemd ging met een ander.

Hoofdthema: leren ruzie maken

Veel patiënten met een magnesiumtekort zijn vaak veel te bang om ruzie te maken en dan is er vaak ook een indicatie voor gepotentieerde magnesium. Zij zijn vaak best kritisch en worden vaak van binnen wel boos maar uiten dat veel te laat of niet. Er is in ons Calvinistische landje al vaak een enorme rem op het uiten van onze emoties. Het wordt extra lastig als het om emoties gaat die voor een ander niet makkelijk zijn maar op boosheid zit vaak een enorme blokkade. Er zit een grote angst op wat er wel niet allemaal zou kunnen gebeuren als we onze boosheid wel uitleven. We zijn als de dood om een ander te beschadigen en misschien zouden we iemand wel kunnen vermoorden als we ons teveel zouden laten gaan. Daarom beginnen we er meestal maar helemaal niet aan. Dat leidt dan wel vaak tot veel samengebalde energie en onbewust creëren we zo onze eigen ziekten.

Het is heel belangrijk om onze eigen boosheid helemaal toe te laten, de boosheid mag er helemaal zijn. Vervolgens is het nog belangrijker om de boosheid zodanig in relatie te brengen dat je daar een ander niet mee beschadigt. En zo kom je tot een van de levensopdrachten om te leren om op een gezonde manier ruzie te maken. Ten eerste is het niet gezond als je geen ruzie wil maken, zo

bleek uit een studie van de Universiteit van Boston dat vrouwen die ruzies vermijden een vier zo grote kans hebben om vroegtijdig te overlijden dan vrouwen die wel ruzie durven maken. Ten tweede is er een probleem als je ruzie maakt op de verkeerde manier. Daar is een heel leuk artikel aan gewijd in het oktobernummer van het maandblad de Plus. Ik trof daarin een prachtige oneliner:

ruzie dwingt je om stil te staan bij elkaars beleveningswereld waardoor je elkaar beter begrijpt.

Voor wie benieuwd is geraakt zie: www.plusonline.nl. Het artikel kan een grote bijdrage leveren aan het bevorderen van de kwaliteit van communicatie in relaties. Het bespreekt de kunst van ruzie maken in 6 stappen.

BNS-Therapie slaat aan bij collega's

Sinds de invoering van het BICOM 2000 apparaat in juni 2005 is er veel veranderd in Mens Sana. Nadat ik er ongeveer een jaar mee gedaan had wat bijna iedereen ermee doet ben ik begonnen om een geheel eigen onderzoek- en behandelssystematiek te ontwikkelen. Ik heb die gedoopt tot "de BNS-therapie" omdat er een aantal nieuwe elementen in zitten en het een mix is van Bioresonantie, Nosodentherapie (een onderdeel van de Homeopathie) en Substitutietherapie (Orthomoleculaire geneeskunde, je vult datgene aan waarvan er een tekort is aangetoond). Het is een integraal CAM geneeskundig geheel geworden. Daar heb ik ondertussen zoveel goede resultaten mee bereikt dat ik begonnen ben om er les over te geven aan collega artsen en therapeuten. Ik gaf mijn eerste seminar op 16-05-2008 in Putten waar 16 toehoorders waren. Hiervan is een aantal ondertussen een dag komen meekijken in de praktijk en is begonnen met het toepassen van het onderzoeksschema in hun praktijk. Ik sprak over mijn nieuwe

ontdekkingen aangaande vitamine B12 tekort op een congres voor 80 homeopatisch artsen en gaf op een ledenvergadering van de ABB voor 12 artsen een introductie over de BNS therapie. Zij waren allen meteen heel enthousiast zodat ik het verzoek kreeg om een workshop te geven over de BNS-therapie. Dit zal plaatsvinden op vrijdag 17 oktober a.s. in Bunnik: hier kunnen 20 collega's op inschrijven.

Ondertussen is de toeloop op Mens Sana zodanig toegenomen dat wij het aanbod van patiënten met het huidige team niet goed aankunnen, ondanks de uitstekende hulp die ik van mijn collega Jose Valks-Smits heb gekregen. Ik ben bezig met het inwerken van een therapeut, een dierenarts die nu ook mensen behandelt, die binnenkort ons team komt versterken. Maar ik ben nog steeds op zoek naar een arts die mij kan komen helpen zodat ik meer tijd krijg voor de verbreiding van de BNS-thera-

pie. Het onderzoeksschema brengt heel veel onderliggende oorzaken van alle chronische klachten aan het licht waardoor we in staat zijn om met 3 of 4 behandelingen in een half jaar enorme verbeteringen tot stand te brengen en als het ware schoon schip te maken. Daarna wordt het ook een stuk makkelijker om de oorzaak op te sporen als er zich opnieuw een acuut probleem voordoet. Onze website is een geweldig medium waarmee ik voortdurend kan verhalen over alle nieuwe ontdekkingen. Dit heeft er o.a. toe geleid dat steeds meer mensen uit het hele land een beroep op ons doen omdat ze hun eigen ziektegeschiedenis herkennen in de ziektebeelden zoals die beschreven staan op menssana.nu.

Laten wij hopen dat zich weldra nog een arts meldt die ons kan komen helpen om het alsmaar groeiende patiënten aanbod op een goede manier te kunnen blijven verwerken.

Het volgende nummer zal gewijd zijn aan:

- ✓ het **onderwerp:**

HPU

- ✓ met zoals altijd bijdragen vanuit de (para)-medische praktijk als uit de psycho-energetische invalshoek.

Vaste rubrieken:

- ✓ De Huisapotheek
- ✓ De boekentip

Colofon:

Uitgave van:

Mens Sana

Ferdinand Bolstraat 8

5753 BL **Deurne**

medewerkers:

- * Hans Reijnen, arts voor homeopathie en bioresonantie
- * Mieke Lomme, psycho-energetische begeleiding
- * José Valks-Smits, arts voor homeopathie
- * Annie Willems, aromatherapeute
- * Hanneke Cuppen, psycho-energetische begeleiding
- * Jacqueline Lemmen, praktijkassistente

Mens Sana Berichten

verschijnt:

4 keer per jaar

Te verkrijgen:

Telefonisch:

0493-319000

E-mail: info@menssana.nu

kosten:

op spreekuur: **gratis**

per e-mail: **gratis**

per post:

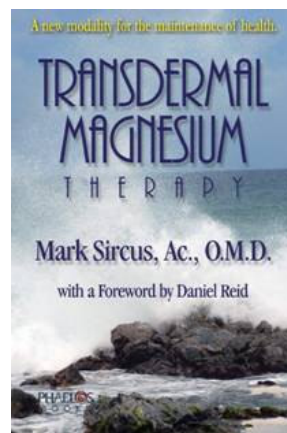
€ 1,50

per jaar (4 nummers)

€ 5,00

De Huisapotheek

Het is heel nuttig om een speciaal soort zeezout in huis te hebben. Zeezout bevat een zeer hoog gehalte van bijna 50% aan magnesiumchloride kristallen. Je kunt er heel nuttig gebruik van maken om op een heel aangename manier snel het magnesium gehalte van het bloed mee op peil te brengen. Je kunt **Dermavi Crystal Flakes** bestellen op www.BioVion.nl. Doe hiervan 150 gram in 5-10 liter warm water en neem hierin een voetenbad van 20 minuten. **Het is een even snelle manier van magnesium substitutie als een intraveneus infuus.** Het chloor blijft achter op de huid en de magnesium ionen worden opgenomen in de bloedbaan. Het kan wel wat prikken aan je voeten.



Het is bij uitstek geschikt voor (of na) een grote sportprestatie, een saunabezoek of wanneer de darmfunctie niet optimaal is om wat voor reden dan ook, zodat het gebruik van magnesium tabletten niet voldoende wordt opgenomen. Het magnesium voetenbad heeft ook een sterk ontgiftende werking, het werkt erg ontspannend en bevordert een goede nachtrust. Het kan ook verlichten bij alle vormen van pijn en bij migraine. Dit voetenbad kan ook ingezet worden bij de directe nabehandeling van hartinfarcten, beroertes en astma-aanvallen.

Hans Reijnen, arts voor homeopathie en bioresonantie



De Syllabus BNS-Therapie is te verkrijgen voor artsen en therapeuten voor € 18,00. Meer info hierover is te vinden op www.menssana.nu