

Vrouw-zijn in diagnose en therapie; de draak en haar gezondheid

Door Ellen IJspeert

In elke vrouw schuilt een draak, een oerkracht die op verschillende wijzen gebruikt kan worden. Een van deze positieve wijzen is het doorgeven van kennis en ervaring. Op donderdag 18 september heeft de stichting Folia Orthica weer een symposium georganiseerd met dit jaar het onderwerp vrouw-zijn in diagnose en therapie. Vrouwen zijn anders dan mannen, ervaren klachten ook anders en hebben ook specifieke klachten. Diverse voornamelijk vrouwelijke sprekers hebben zich gebogen over de relatie tussen vrouw-zijn, voeding en gezondheid met als doel de kwaliteit van zorg voor vrouwen te verbeteren. En iedere spreker deed dat op zijn unieke manier, waarbij de drakenkracht steeds meer naar voren kwam.

Cardioloog Angela Maas benadrukte het onderscheid tussen mannen en vrouwen onder de 55 jaar. In die periode zijn de hormonale verschillen het meest duidelijk. De vrouw wordt beschermd door de oestrogene hormonen tegen aderverkalking en hoge bloeddruk en dus tegen hart-en vaatziekten. In de periode van de overgang (40-60 jaar) gaat er van alles veranderen. De klachten die een vrouw in deze periode aangeeft worden vaak afgedaan als behorende tot de overgang. Angela benadrukt het serieus nemen van hoofdpijn, opvliegers, duizeligheid, hartkloppingen, vermoeidheid en pijn op de borst met betrekking tot hart-en vaatziekten en adviseert regelmatige controle van bloeddruk en cholesterol bij risicogroepen. (www.vrouwencardioloog.nl)

Diëtiste Anita Badart berichtte dat 95 % van de bevolking vindt dat ie "best gezond" eet maar dat slechts 2% aan de Richtlijnen Goede Voeding voldoet. Tijdens de zwangerschap gaan vrouwen zich opeens met betere voeding en supplementen bezig houden terwijl dat voor die tijd (om zwanger te kunnen worden) ook belangrijk is. Met name het belang van voldoende vitamine B12 heeft grote invloed op de cognitieve en motorisch ontwikkeling van de baby tijdens zwangerschap en borstvoeding maar ook op de kwaliteit van sperma. Tekorten bij de moeder uiteten zich in neurologische verschijnselen, anemie, vergeetachtigheid, verlies eetlust en verminderd concentratievermogen. Ook voldoende essentiële vetzuren zoals alfa-linoleenzuur/omega 3 kunnen postnatale depressie bij de moeder en visus-, bewegings- en gedragsproblemen bij het kind voorkomen. (www.rondengezond.nl)

Gynaecoloog Barbara Havenith sprak over feiten en fabels over de overgang. In Nederland heeft 80-85% van de vrouwen last van overgangsklachten, in Japan slechts 17%. Een feit is dat de overgangleeftijd bepaald wordt door erfelijke aanleg, roken, slechte voedingsstatus, chemotherapie of andere ernstige ziekten. Een fabel is dat deze uitgesteld kan worden door het gebruik van de pil.

Wel een feit is dat hormoontherapie de beste resultaten geeft om overgangsproblemen te beïnvloeden. Acupunctuur staat op de tweede plaats en daarna voedingssupplementen (vitamine E, hop, soja) en homeopathie. De heer Kwee, arts-acupuncturist deed hierover verslag van een onderzoek. Hij verving op korte termijn de vanwege ziekte uitgevallen Dorothee Struck.

Barbara noemt het oestrogeen het "zorghormoon". Na de overgang krijgen vrouwen meer oog voor zichzelf in plaats van in de eerste plaats te zorgen voor anderen. De draak leert los te laten. (www.overgangsinfo.nl)

Anna Kruyswijk, orthomoleculair arts behandelde de vraag: hoe beïnvloedt voeding het hormonale systeem en vice versa? Via een casus werd opnieuw aangetoond dat organen en hormonen, emoties, stress en voeding een sterke invloed op elkaar uitoefenen. Met sturing op het gebied van voeding en supplementie kunnen veel klachten verholpen worden. (www.jouwvoeding.nl)

Tot slot kwam de draak uit de grot en liet zich helemaal zien in de vorm van publiciste/journaliste Lisette Thooft. Zij vertelde over haar mythosofie van de vrouw als draak die scherp de wereld in kijkt, op zoek naar verzaadiging, kinderen barend en gezin bestierend. Gedreven door het vuur, soms spuwend, soms burning out. De baarmoeder als grot van de draak; ze komt ervandaan en voelt de kracht van haar eigen baarmoeder. En na de overgang komt deze energie vrij voor spirituele ontwikkeling; het loslaten. (www.lisettethoof.nl)