

Interview met Jan Blaauw



Vlak voor zijn welverdiende vakantie breng ik een bezoek aan de drukbezochte praktijk van Orthomoleculair therapeut, Jan Blaauw. Ik ben nieuwsgierig naar Jan's achtergrond en naar de door hem mede ontwikkelde 6-daagse cursus darmtherapie die via het opleidingsinstituut Ortho Linea wordt gegeven. Ik word vriendelijk verwelkomd en al snel komt het gesprek goed op gang.

Wat is je achtergrond en op welke manier ben je in de natuurgeneeskunde terechtgekomen?

In begin jaren 80 raakte ik geïnteresseerd in onder andere sportmassage. Na het behalen van mijn NSF/NGS diploma mocht ik alleen maar gezonde mensen masseren. Als ze klachten hadden, dan moest ik ze doorverwijzen naar een fysiotherapeut of arts. Ik was niet tevreden met het feit dat ik mijn kennis maar in beperkte mate kon gebruiken. Vervolgens ben ik allerlei kleine cursussen gaan doen. Bijvoorbeeld bij Den Leidsman en den Onderwijzer in Haarzuilens. Daar ben ik voor het eerst met de orthomoleculaire geneeskunde in aanraking gekomen. Op dat moment had ik al een eigen praktijk kunnen beginnen. Ik was

echter doordrongen van het feit dat ik wel iets wist, maar nog eigenlijk helemaal niets. Er waren toen nog geen orthomoleculaire opleidingen. Ik heb de 4-jarige academie voor natuurgeneeskunde in Bloemendaal gedaan (nu Hogeschool voor Natuurgeneeskunde). In 1990 ben ik afgestudeerd en in 1991 ben ik een eigen praktijk begonnen. Mijn hang naar kennis bleef en ik heb uiteindelijk de cursus orthomoleculaire geneeskunde bij de SOE gedaan. Ik ben in die tijd gaan werken voor de SOE en AOV en heb veel studies gedaan. Tegelijkertijd runde ik een parttime praktijk. Ik heb daar veel geleerd. De afwisseling is voor mij, ook nu nog, het meest prettig werken; lesgeven, patiënten behandelen en me bezig houden met studie en research.

Je houdt je veel bezig met darmtherapie. Waarom is dat?

De darmflora is een heel belangrijke uiting van hoe onder andere onze immuniteit werkt. Als de darmflora niet goed op peil is, zul je zien dat de immuniteit ook niet optimaal functioneert. Het functioneert wel, maar de fine tuning ontbreekt.

Je verzorgt sinds enige tijd de cursus darmtherapie via Ortho Linea. Wat houdt de cursus in?

Het behandelt de pathologie, fysiologie en anatomie van de darmen. Wat gebeurt er allemaal in de darm en wat is er nodig. Hoe functioneert het. Welke afwijkingen kunnen voorkomen in de enzymen of in specifieke bacteriën die er wel thuis horen. Bijvoorbeeld bij disbalansen in de residente flora kunnen allerlei klachten voorkomen. Dit is allemaal heel goed beschreven in de literatuur. Je leert ook meer de klachten te plaatsen.

Voor wie is deze opleiding interessant?

Het is voor alle natuurgeneeskundig therapeuten en artsen een goede aanvulling op hun kennis. Ik heb deze cursus mede helpen samenstellen omdat ik denk dat bij iedere therapie kennis over de darm onmisbaar is. Als de darmen niet goed functioneren, kun je allerlei stoffjes toedienen, maar het effect zal dan grotendeels verloren gaan door de belem-

mering in vertering en/of opname. Als je probiotica wilt inzetten dan zul je moeten snappen wat er mis is waarom het fout gaat en wat die darmen dan extra nodig hebben.

Wat zijn de gevolgen van een verstoorde darmflora voor de bevattelijkheid van allerlei ziektes?

Je ziet dat bepaalde delen van het immuunsysteem over- of onderprikkeld raken. Door een verstoring in de immuniteit kunnen ontstekingen ontstaan, zelfs direct in de darm. Opgeblazen gevoel, veranderde stoelgang geven onder andere aan dat de balans is verstoord. Maar ook gerelateerde zaken zoals longen, huid en slijmvliezen kunnen gaan reageren op verstoringen in de darmen

Je kunt verstoringen in de darmen via Prognos (electro-acupunctuur) meten. Waarom doe je toch een aanvullend ontlastingsonderzoek?

Omdat Prognos een energetische meting is, vaar ik er niet blind op. Zeker als er meer problemen zijn wil ik toch wel heel graag een ontlastingsonderzoek doen om te kijken hoe het staat met de vertering en de verdeling van de bacteriën die er thuis horen of niet thuis horen..

Waar wordt naar gekeken bij een ontlastingsonderzoek?

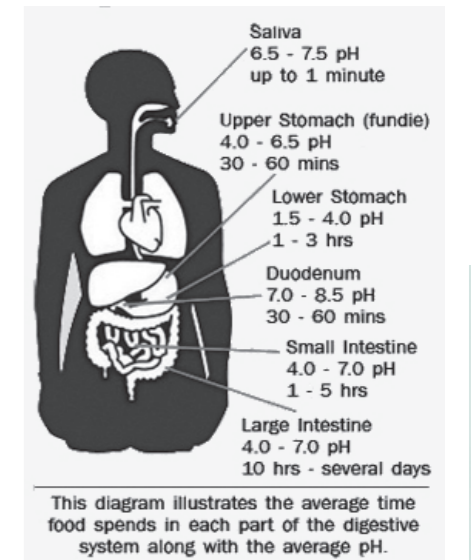
Er wordt gekeken naar markers. Dat zijn stoffjes die ontstekingsgevoeligheid in de darmen aangeven:

Calprotectine bijvoorbeeld of alpha-1-antitrypsine. Immuniteit van de slijmvliezen en de hoeveelheid slijmvlies Een aantal enzymen. Pancreas elastase bijvoorbeeld. Een verlaagde waarde geeft problemen aan richting het niet goed kunnen verteren van koolhydraten Galzuur, zegt iets over vetvertering. Je kunt ook iets zeggen over een mogelijke voedingsmiddelenallergie aanwezigheid. Er wordt gekeken naar een specifieke witte bloedcel, EPX (eosinofiele proteïne X) Gluten- en lactoseintolerantie kun je ook opmaken uit de ontlasting Bacteriën. Hier wordt gekeken naar residente flora. Dat zijn bacteriën die thuishoren in de darmen. Transiënte flora zijn bacteriën op doorreis. Voor een deel mag je die terugvinden in de darmen maar dat mag niet te hoog zijn. Zoals bijvoorbeeld een salmonella of een clostridium. Dit kun je allemaal uittesten.

Er kan ook een bipt genomen worden voor glutenallergie; een stukje weefsel ontnemen van de darmen en dat vast-

stellen. Het moet dan in een vergevorderd stadium zijn. Als je dit gaat testen in een wat vroeger stadium, dan kom je wel verstoringen tegen, maar de vlokken in de darmen zijn dan nog niet helemaal aangetast.

Het maag-darmkanaal is erg lang. Hoe zorgt het lichaam ervoor dat de toegevoegde probiotica op de juiste plaats terechtkomen?



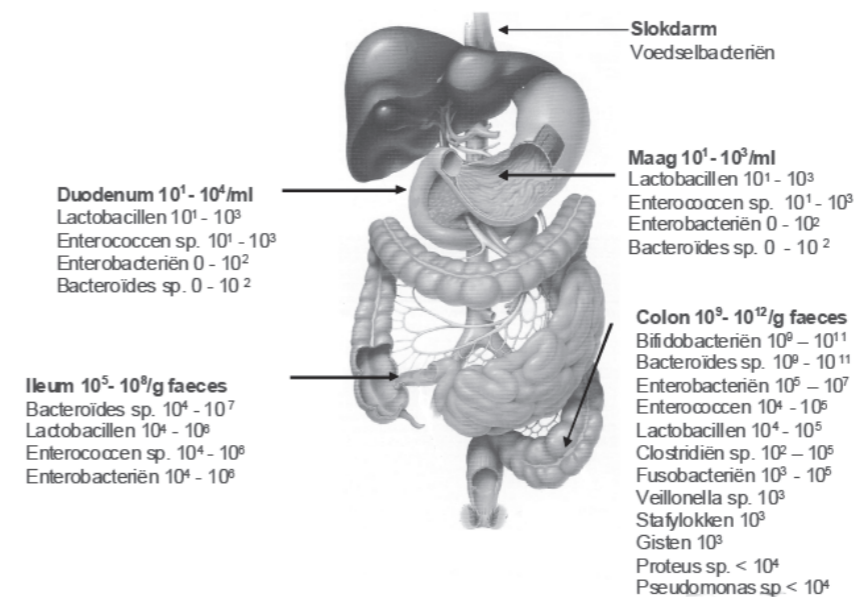
De darmengedeelten zijn opgebouwd uit verschillende PH waarden, waarin bepaalde bacteriën kunnen leven. Je zult zien dat in de dunne darm andere bacteriën zitten dan bijvoorbeeld in de dikke darm. De bacteriën die in zo'n probioticum zitten hebben een gevoeligheid voor een bepaalde pH waarde en daar kunnen ze dan gaan hechten. De bedoeling is dat ze gaan koloniseren. Ze moeten in wat grotere getale worden aangeboden en in het lumen nestelen om uiteindelijk tot vermeerdering over te gaan.

Kun je probiotica overdoseren?

Ja. Ik zie nog wel eens dat mensen jarenlang dag in dag uit preventief een probioticum slikken. Ik denk dat dat niet verstandig is. Doe het alleen maar op momenten dat het lichaam ernaar vraagt. Je zult zien dat als we dit maar ongebreideld gaan slikken, dat er, net

volg pagina 8

Bacteriologische samenstelling darmflora



Jan Blaauw

vervolg van pagina 7

als bij antibiotica, ook een resistentie optreedt. Bovendien zou het kunnen zijn dat je bepaalde bacteriestammen overvoert. De balans wordt hierdoor nog meer verstoord, waardoor het zou kunnen gebeuren dat deze bacterie pathogene trekjes krijgt ondanks dat hij fysiologisch noodzakelijk is.

Wat is jouw advies voor het omgaan met probiotica?

Suppleer alleen als het lichaam erom vraagt. Na een antibioticakuur, tijdens de zwangerschap, begin babytijd, een aantal dagen diarree of bij het slikken van medicijnen die de darmen verontrusten, kun je het inzetten. Als je dan een standaardpreparaat met 4 à 5 miljard kiest, kun je dit zonder problemen 1 tot 3 maanden gebruiken. Voor zwangeren en baby's even verder kijken voor een optimale keuze.

Bij chronische aandoeningen of ziekte, is het verstandig eerst te onderzoeken welke specifieke gebieden aangepakt moeten worden.

Tenslotte nog een vraag die wij iedereen graag stellen. Multivitamine een luxe of noodzaak?

Een duidelijke noodzaak. In de orthomoleculaire opleiding geef ik aan dat dit altijd het beginpunt is van je behandeling en dat je daarna pas gaat kijken wat specifiek nodig is. Overal zien we een grotere noodzaak;

- uit voedselconsumptiepeilingen (vit. B12, vit. D, foliumzuur, vitamine A),
- verschraling van de grond (minder wetenschappelijk aantoonbare vitaminen en mineralen in groenten en fruit),
- beperkt eetpatroon (uit berekeningen eet 2% van de Nederlandse bevolking volgens de schijf van 5

van het Voedingscentrum. Eerlijk over eten?)

- banale waarschuwingen tegen teveel innemen (hoe en wat teveel?)
- nog steeds een te hoge zoutconsumptie (verstoring elektrolyten: hart/ vaatstelsel en nieren)
- teveel verzadigd vet (verstoring van oxidatieve balans en hormoonhuishouding)
- Helaas ontbreekt de ruimte hier, maar er valt nog veel meer hierover te zeggen.

Jan, hartelijk bedankt voor het interessante gesprek. Ik hoop dat je van je vakantie zult genieten. Voor meer informatie over ortholinea of de darmtherapie kunt u naar de website www.ortholinea.nl

Susan Waardeloo