diagnose

Reageren: diagnose@ad.nl

boeken

Rennen

Hardlopen is heilzaam voor lichaam en geest. *Gentle running* is volgens de schrijvers van dit boek beter dan conventioneel rennen, omdat het niets met trainen volgens de geijkte manier - stopwatch, trainingsschema - te maken heeft. De inhoud van *Gentle running* laat zich niet

makkelijk samenvatten, maar het komt erop neer dat deze vorm van hardlopen geschiedt vanuit het bekken. En het gaat erom dat je ontspant tijdens de inspanning; dus 'licht' lopen in plaats van zwaar. Het is hardlopen dat past bij de fysieke bouw van de mens, zeggen de auteurs. U kunt het ermee eens zijn of niet. In Duitsland en Oostenrijk was het boek al een daverend succes.

Gentle Running - lichter lopen, beter ademen, mooier leven, Wim Luijpers en Rudolf Nagiller. Uitgeverij United Media Company/LezersPoort, €19,90.

Opvoeden

De vele tv-programma's en de karrevracht boeken over opvoedkwesties doen vermoeden dat ouders van nu houvast zoeken. Welke aanpak deugt? *Pittige jaren* richt zich op ouders van

kinderen tussen de twee en acht jaar. Wanneer moet je een kind negeren, belonen, straffen, waarderen of juist afremmen? Wat te doen bij bedplassen? Het beruchte 'time out-bankje' voor kleintjes die niet willen luisteren komt ook voorbij. Maar die kennen we al van de tv.

Pittige jaren - praktische gids bij het opvoeden van jonge kinderen, Carolyn Webster-Stratton. Bohn Stafleu van Loghum, €29,50.

Seksuele problemen

In de reeks 'Van A tot Ggz' verschijnt deze gids over seksuele problemen. Het boek is overzichtelijk ingedeeld naar veel voorkomende problemen bij mannen, vrouwen, homo's en hetero's.

Geen zin of juist te veel, nauwelijks of juist veel te snel klaarkomen, pijn bij het vrijen en de oorzaken, lichamelijk en/of psychisch, het komt allemaal aan bod in bondige teksten. Een hoofdstuk geeft mogelijke therapieën of behandelmogelijkheden. Prima gids over een uiterst gevoelige onderwerp.

Omgaan met een seksueel probleem, Jacques van Lankveld. Bohn, Stafleu en Van Lochum, €18,90.

Els Brenninkmeijer

Psychose of toch de

Psychische klachten worden door zowel allochtonen als autochtonen soms toegeschreven aan boze geesten. Cor Hoffer houdt zich bezig met de beleving van ziektebeelden en de invloed van volksgeloof. 'Als mensen zélf denken dat er sprake is van een djinn, moet je dat serieus nemen.'

Tekst: Marc Kruyswijk **Foto:** Jacqueline de Haas

Nog voor hij was geboren, had Cor Hoffer al kennisgemaakt met wat door velen wordt omschreven als volksgeloof. Toen zijn moeder in 1955 van hem zwanger was, traden er complicaties op. Ze kampte met een ernstige nierziekte en de artsen vreesden het ergste voor zowel de gezondheid van de moeder als die van het ongeboren kind. Als de nood zo hoog is, wordt het zaak je tot hogere machten te wenden, dacht ze en hoogzwanger reisde moeder Hoffer af naar Lourdes. Ze ging op bedevaart naar de plaats waar Maria verscheen aan het eenvoudige meisje Bernadette.

Getuige de blakende conditie waarin Hoffer (volledige naam: Cornelis Bernadette Maria Hoffer) nu verkeert, ruim vijftig jaar later, heeft de bedevaart succes gehad. „Over de vraag of het uiteindelijke, voorspoedige verloop van de zwangerschap iets te maken had met de reis naar Lourdes is natuurlijk niets zinnigs te zeggen," zegt Cor Hoffer. „Feit is dat het allemaal goed is gegaan. En los van de eventuele heilzame werking op de ziekte van mijn moeder, is het interessant te filosoferen over die Lourdesreis. Wie weet dat toen al de kiem is gelegd voor mijn interesse in volksgeloof."

Inmiddels is Hoffer werkzaam bij de organisatie Bavo Europoort in Rotterdam, die zich bezighoudt met geestelijke gezondheidszorg. Een vreemde plaats voor de cultureel antropoloog en socioloog die Hoffer is, geeft hij zelf ook toe, maar als je erover nadenkt niet helemaal onlogisch. „We hebben in een stad als Rotterdam steeds nadrukkelijker te maken met mensen die uit alle windstreken van de wereld komen. Voor de geestelijke gezondheidszorg heeft dat consequenties, want in veel culturen, en dat geldt trouwens ook voor onze eigen, autochtone cultuur, spelen zaken als volkscultuur en het geloof in bovennatuurlijke krachten een belangrijke rol."

Hoffer ondersteunt en adviseert de hulpverleners die te maken krijgen met de meest uiteenlopende voorbeelden van de invloed van volksgeloof op psychische ziektes en gezondheid. Daarbij baseert hij zich op zijn antropologisch onderzoek onder Turken, Marokkanen, Surinamers, Antillianen, Kaapverdianen en Chinezen. „Veel hulpverleners negeren het multiculturele en religieuze aspect, ze vergeten dat de oorzaken van de aandoeningen kunnen samenhangen met cultuur, religie of afkomst. Als je de context niet serieus neemt, verklein je de kans dat een behandeling aanslaat. Ik probeer te bewerkstelligen dat men die héle context betrekt bij de diagnostiek en de behandeling."

'Veel hulpverleners negeren het multiculturele en religieuze aspect'

Daarbij maakt Hoffer geen onderscheid. Veel van de mensen die hulp zoeken zijn bijvoorbeeld van Marokkaanse afkomst, maar overal speelt volksgeloof een rol in de manier waarop mensen tegen hun ziektebeeld aankijken. „Ik heb met veel islamitische gebedsgenezers gesproken en ook met de mensen die zich met hun klachten tot hen hadden gewend. Bij Surinaamse Nederlanders speelt soms winti een rol. En denk eens aan de autochtone Nederlanders en de aantrekkingskracht die iemand als Jomanda of de christelijke gebedsgenezer Jan Zijlstra op hen heeft. Het zijn allemaal voorbeelden van volksgeloof."

Hoffer trekt het onderzoek dat hij doet naar volksgeloof het liefst breed en benadrukt keer op keer dat voor alle religies geldt dat er altijd een groep is die afwijkt van de hoofdstromingen. Uit een aantal onderzoeken blijkt dat 5 tot 10 procent van de Marokkaanse en Turkse moslims wel eens gebruikmaakt van de diensten van islamitische gebedsgenezers. „Hoewel veel mensen niet zullen toegeven dat ze dergelijke gebedsgenezers bezoeken en het cijfer dus best eens hoger zou kunnen liggen, misschien 10 à 15 procent."

Zowel voor het christendom als de islam geldt dat dergelijk volksgeloof door de hoofdstroming niet wordt geaccepteerd, zegt Hoffer. „Ik ken het voorbeeld van een Marokkaanse jongen waar het psychisch niet goed mee ging. De diagnose was gesteld: schizofrenie. Maar zijn vader bezocht met hem een fqih, een gebedsgenezer die de mening was toegedaan dat de klachten werden veroorzaakt door een djinn, een boze geest. Het bezoeken van een fqih wordt echter afgekeurd door de officiële islam, want die staat het leggen van contacten met geesten niet toe. Bovendien vragen genezers nogal eens geld voor hun werk met de koran, terwijl het voor moslims verboden is om geld te verdienen aan Allah's woord."

Ook binnen bijvoorbeeld het rooms-katholicisme is er altijd spanning tussen de leer van het Vaticaan en uitingen van volksgeloof, zegt Hoffer. „Denk daarbij aan sommige bedevaartsoorden en ook aan de hei-

PASPOORT

Cor Hoffer

Geboren: 25 november 1955 te Bovenkarspel.
Opleiding: Sociologie der Niet-Westerse Volken aan de Rijksuniversiteit Leiden. Gepromoveerd aan dezelfde universiteit in 2000 bij Sociale Wetenschappen. Promotieonderwerp: Volksgeloof en religieuze geneeswijzen onder moslims in Nederland. Daarnaast deed hij onderzoek naar respectievelijk besnijdenissen bij joodse en islamitische jongens en de opvattingen over postmortale orgaandonatie bij joden, christenen, moslims en humanisten.
Loopbaan: Sinds 2002 werkt Cor Hoffer bij de Bavo Europoort als onderzoeker, consultant en trainer interculturalisatie.

Cor Hoffer is ervan overtuigd dat volksgeloof soms een heilzame werking kan hebben op de gezondheid.

boze geesten?

sa die steeds ontstaat als iemand claimt dat Mariabeelden huilen of gehuild hebben. Of het bestaan van allerlei exorcistische rituelen om duivels uit te drijven."

Islamitische gebedsgenezers en personen als Jomanda en Jan Zijlstra hebben volgens Hoffer gemeen dat ze antwoorden geven op vragen waar de reguliere zorg simpelweg geen uitsluitsel over kan geven. „Vragen als: waarom word ík ziek? Dat een psychische aandoening wordt veroorzaakt door organische problemen in de hersenen, gaat er bij een aantal mensen niet in. Die wijten hun klachten aan het bovennatuurlijke, gewoon omdat de antwoorden van mensen als Jomanda en de gebedsgenezers beter aansluiten bij hun belevingswereld. Bovendien communiceren ze niet zelden een stuk beter met de cliënt."

'Je kunt je patiënt alleen écht bereiken als je meegaat in diens beleving'

Hoffer is ervan overtuigd dat volksgeloof soms een heilzame werking kan hebben op de cliënt. „Islamitische genezers blijken in sommige gevallen in staat om cliënten in schijnbaar uitzichtloze situaties nieuwe perspectieven te bieden. Zij verklaren ziekten in termen van bovennatuurlijke krachten en manipuleren vervolgens die krachten als onderdeel van het genezingsproces. Ik geloof ook dat als je voor de volle honderd procent gelooft in de aanpak van de genezer, dat dat de effectiviteit ten goede komt."

Reguliere hulpverleners staan nogal eens sceptisch tegenover volksgeloof en religieuze geneeswijzen. Hoffer wil duidelijk stellen dat hij geen voorstander is van het doorverwijzen naar gebedsgenezers. „Helemaal niet! Maar het is ook onverstandig als de hulpverlener de patiënt verbiedt bijvoorbeeld de bonuman nog langer te bezoeken. Hulpverleners moeten vasthouden aan hun eigen denkmodel, want daar zijn ze voor opgeleid en kundig in. Daarnaast is het voor de communicatie en het vertrouwen goed als zij zich openstellen voor alternatieve benaderingen. Je kunt je patiënt alleen écht bereiken als je meegaat in diens beleving."

de specialist

Heeft u ook een vraag voor het specialistenpanel? Stuur deze naar: **Redactie Diagnose - de specialist, postbus 8983, 3009 TC Rotterdam** of per e-mail: **specialist@ad.nl**. Een selectie van vragen komt in deze rubriek aan bod.

Lacoferrine

Omdat ik een borstsparende operatie heb gehad, zocht ik meer informatie over kanker. Daarbij kwam ik lacoferrine tegen. In Nederland schijnt dit middel niet gebruikt te worden, terwijl het bijvoorbeeld in Amerika, naar het zich laat aanzien met succes, wel wordt gebruikt. Waarom staat men in Nederland zo afwijzend tegenover dit middel?

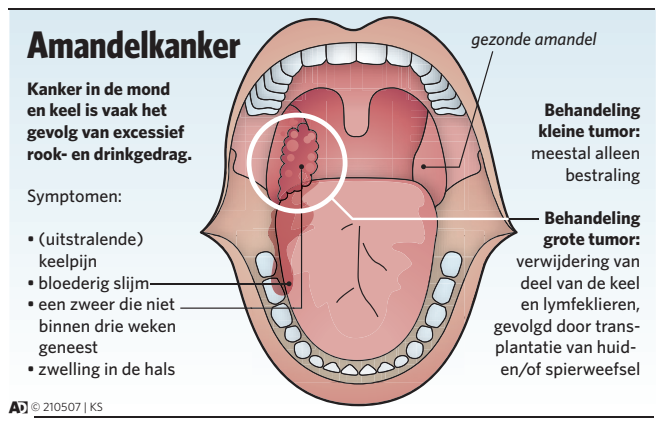
Apotheker Jaap Dik: Lactoferrine is een stof die in ons lichaam voorkomt en een rol speelt in het bestrijden van bacteriën en virussen. We kunnen het vinden in traanvocht, speeksel en in moedermelk. Ook in koemelk is de stof aanwezig. Er zijn bedrijven die bezig zijn met de productie van menselijk lactoferrine. Er is volop onderzoek gaande naar de werkzaamheid bij bepaalde ziekten, maar het verkrijgen van betrouwbare resultaten duurt helaas een aantal jaren. Iedere behandeling met lactoferrine is op dit moment niet meer dan proberen of het werkt. In Nederland willen we graag zekerheid over de werking van een voorgeschreven middel, met een mooi woord: Evidence Based. In andere landen heeft men vaak voldoende aan een vermoeden van werking, met het grote risico van valse hoop. Ik ben zelf voorstander van het Evidence Based werken, maar ik kan me voorstellen dat er situaties zijn waarbij je alles wilt proberen en geen tijd hebt om te wachten op verder onderzoek.

Navelstreng

Hoe snel moet de navelstreng worden doorgeknipt?

Verloskundige Simone Valk: Wanneer de baby geboren is, komt de ademhaling op gang. Door de kou begint de baby te huilen. De longen ontplooien zich en de bloedsomloop verandert van foetaal naar gewoon. Door de drukverschillen sluiten de vaten in de navelstreng, waardoor deze stopt met kloppen. Zolang de navelstreng nog klopt krijgt de baby zuurstofrijk bloed binnen via de placenta. Dit bloed voorziet de organen van zuurstof tot de longen het helemaal overnemen. Meteen doorknippen is dus niet aan te raden, maar in veel ziekenhuizen een gewoonte, omdat men meteen wat bloed uit de navelstreng wil hebben om het zuurstofgehalte te bepalen. Kinderen bij wie de navelstreng is uitgeklopt, hebben op de leeftijd van achttien maanden minder bloedarmoede. Een injectie om de placenta geboren te laten worden is geen beletsel. Door de samentrekking van de baarmoeder wordt het bloed richting de baby gestuwd wat het gunstige effect vergroot. Geelzucht tijdens de eerste week komt niet vaker voor bij kinderen die laat zijn 'afgenaveld'.

Amandelkanker

Mijn zwager heeft amandelkanker. Hoe krijg je dat en hoe kun je dat het beste behandelen?

KNO-arts Hendrik Verschuur: Kanker in de keel (waar de amandel deel van uitmaakt) komt in Nederland zelden voor: in totaal ongeveer 800 nieuwe patiënten per jaar. Kanker in mond en keel is vaak het gevolg van excessief rook- en drinkgedrag. Om keelkanker te voorkomen kun je het beste niet roken en hooguit gematigd drinken. De symptomen van keelkanker bestaan uit pijn in de keel, soms uitstralend naar het oor, bloederig slijm, een zweer die niet binnen drie weken geneest en/of een zwelling in de hals. Het laatste kan duiden op een plaatselijke uitzaaiing. De behandeling bestaat bij kleine tumoren uit bestraling alleen. Bij grotere tumoren zijn soms ingrijpende operaties nodig, waarbij zowel een deel van de keel als de lymfeklieren in de hals worden verwijderd (een zogenaamde 'commando-operatie'). Vaak wordt een patiënt ook bestraald. Soms wordt gekozen voor een behandeling met gelijktijdig chemotherapie en radiotherapie.