

Integrale geneeskunde

(naar Ken Wilber¹)

Al vele eeuwen onderschrijven artsen de 2000 jaar oude eed van Hippocrates: "breng geen schade toe aan je patiënten". Wonderlijk dat deze uitspraak nauwelijks positieve aanwijzingen bevat en vooral waarschuwt voor de schade die de arts kan berokkenen. Waarom is het zo noodzakelijk een dokter dit te laten beloven. Het is alsof Hippocrates al begreep dat het vermogen van de dokter om te schaden vrijwel onbeperkt is. De dokter kan schade berokkenen door zijn doen en door zijn laten en door zijn wijsheid en zijn onwetendheid.

Integrale geneeskunde heeft als doel simpelweg de schade berokkend door behandeling zo klein mogelijk te maken om zo het buitengewone en nog steeds onbegrepen wonder van heling mogelijk te maken. Meer positief benoemd is het doel van integrale geneeskunde een zo optimaal mogelijke benadering te kiezen, volledig bewust van alle pragmatische realiteiten en beperkingen als tijd, geld en ruimte.

Integrale geneeskunde wordt ontwikkeld vanuit het brede perspectief en is o.a. gebaseerd op empirische onderzoek. Het heeft een overduidelijke relatie met modellen van de menselijke psychologie en van de bewustzijnsstudies. Enerzijds verschilt integrale geneeskunde van conventionele en complementaire geneeskunde en anderzijds probeert het tegelijkertijd de duurzame en effectieve onderdelen van beiden te omvatten en te overstijgen.

De medicus professional staat voor grote problemen en dilemma's:

1. In de studie is hem of haar geleerd emotioneel niet betrokken te raken bij de patiënt. Een toenemend aantal studies echter laat zien, wat de

positieve effecten zijn van emotionele en affectieve elementen in het contact van de dokter met patiënt.

1. De wetenschap van nu is gebaseerd op een materialistisch model van de werkelijkheid en ontkent bewustzijn. Het kan wel verklaren hoe fysieke materie reageert, maar op generlei wijze hoe deze fysieke materie plots poëzie kan schrijven. De dokter is gedwongen om de patiënt te behandelen alsof zij fysieke materie behandelt.
3. Compliance (het opvolgen van het advies van de dokter) is een mega probleem. De helft van de medicatie voorgeschreven door de conventionele arts wordt niet genomen en lifestyle adviezen als dieet en beweging worden niet opgevolgd. Verbeteren van compliance, aansluiten bij wensen, verlangens en mogelijkheden is een gebied dat in het biofysische model van geneeskunde nauwelijks aandacht heeft.
4. Een vierde dilemma is: wat dienen we te behandelen? We pogen de desastreuze gevolgen van levensstijlen te beïnvloeden. Arteriosclerotische hartziekten hebben vele bijdragende factoren en toch bevinden zich in vrijwel elk verpakt etenswaar de vetzuren en suikers die hiervoor verantwoordelijk worden geacht. Minstens 25 % van alle ziekten is gerelateerd aan dieetfouten; roken draagt bij aan 1/3 van alle gevallen van kwaadaardige ziekten.
5. Een vijfde dilemma is: wie dienen we te behandelen? De zoon van een alcoholistische moeder en de misbruikende vader komt bij de psychiater vanwege gedragsproblemen en zal uiteindelijk waarschijnlijk medicatie voorgeschreven krijgen.
6. Een zesde dilemma is dat veel mensen niet weten dat het lichaam niet in staat is zichzelf ziek te maken. Het lichaam kan alleen foutief reageren op van dieper komende impulsen². Ziekte, zoals wij die in het Westen kennen echter is alleen toegestaan wanneer zij een somatisch substraat heeft en aangetoond kan worden door pathofysiologisch onderzoek. De ware oorzaak van ziekte wordt hier echter mee ontkend.

Deze dilemma's maken duidelijk dat ziekte met alles rondom ons is verbonden en ingebed is persoonlijke aspecten als erfelijkheid en leefstijl en ook in sociale en culturele netwerken en familiesystemen. Frequent geeft het de dokter het MASH gevoel. Je plakt en bindt en lapt weer op om ze daarna terug te sturen naar het strijdveld waar ze de volgende kogel kunnen vangen.

Wat is gezondheid?

Wanneer we begrijpen dat de mens niet een verzameling is van fysieke delen, maar tevens emotionele, mentale en spirituele dimensies bevat, wat betekent dan gezondheid? Welke niveaus van bestaan -fysiek, emotioneel, mentaal, spiritueel- moet de dokter behandelen? Kan ik gezond zijn wanneer ik spiritueel ben ondervoed? Is een Nazi gezond, zelfs wanneer zijn oriënterend bloedonderzoek normaal is?

De dokter van nu kan zich hier niet meer van af maken met: "dat is niet mijn primaire belang". Door dat te doen gaan we terug naar het oude, materialistische model van geneeskunde. We dwingen onszelf in een model waarvan dokter en patiënt weten dat het gebrekkig is in een tijd waarin allerlei zaken die vroeger besproken werden met de pastoor, de dominee of de rabbi, nu in de spreekkamer van de dokter terecht komen.

Integrale geneeskunde is ontwikkeld om aan al de eerder genoemde dilemma's het hoofd te bieden en zo de cliënt of patiënt effectiever te kunnen helpen. Het is bovenal een manier om de professionele werker in de gezondheidszorg te ondersteunen en te leren omgaan met al de eerder genoemde dilemma's en problemen. De conventionele geneeskunde behandelt de ziekte en de alternatieve geneeskunde de mens. De integrale geneeskunde behandelt de ziekte, de mens en de dokter.

Een integrale benadering betekent een panoramische blik vanaf 10.000 meter hoogte en gaat er vanuit dat geen benadering 100% fout kan zijn. Dit betekent dat elke benadering, methode of epistemologie "correct" is. Uitgaande van de integriteit van al die werkers die weten dat hun benadering een positieve bijdrage heeft aan het welzijn van hun cliënt kunnen we onszelf beter afvragen: "In wat voor universum leven wij, waardoor het mogelijk dat zich zoveel verschillende praktijken ontwikkelen"? De cruciale vraag voor de integraal werkende is dan: hoe is het mogelijk een geneeskunde te praktiseren die niets van de geweldige innovaties van de conventionele geneeskunde opgeeft en die tegelijk oog heeft voor al die andere dimensies van het leven in de wereld van

vandaag, zonder hierbij in een eindeloze en ondoorzichtige brei van therapieën te belanden.

Ik, Wij en Het

Evolutionair betekent groeien omvatten en overstijgen. Vanuit onze panoramische plaats van 10.000 meter kunnen we ons voorstellen dat er verschillende kwadranten zijn. Een simpele voorstelling hiervan is een ***Ik-***, een ***Wij-***, en een ***Het-*** perspectief. Elk van deze perspectieven geeft een specifieke realiteit en ervaring.

De ***Ik dimensie*** van "in de wereld zijn" omvat o.a., zelf-identiteit, meditatie, geleide

fantasie, introspectie, gebed en diverse stadia van bewustzijn.

De ***Wij dimensie*** omvat o.a. cultuur, wederzijds begrip, moraliteit (hoe behandelen we elkaar), communicatie

De ***Het dimensie*** omvat de meer "objectieve" benadering van de realiteit en daarmee de

meer wetenschappelijke benadering, zoals in de fysica, chemie en farmacologie.

Door de eeuwen heeft de deskundige op ieder gebied alle moeite gedaan aan te tonen dat de ander niet bestond. Zo brengt de materialist, gespecialiseerd in de ***Het dimensie*** zijn tijd door met te bewijzen dat de ***Ik dimensie*** niet bestaat en zal de subjectieve idealist, overtuigd van de waarheid van de ***Ik dimensie*** laten zien dat de ***Het dimensie*** niet bestaat.

Een "integraal geneeskundige praktijk" vermijdt ieder beperkend vooroordeel en maakt ruimte voor het gehele scala van effectieve behandelingen, alle

kwadranten en dimensies van menselijke gezondheid, van materie naar lichaam naar geest naar ziel naar energie. Een integraal netwerk is iets anders dan een eclecticisch netwerk dat aanwezig is in vele alternatieve en holistische benaderingen en aangeeft *dat* alles met elkaar samenhangt. Een integraal netwerk is een coherent systeem dat aangeeft *hoe* alles met elkaar is verbonden.

De eerste die verandert in een integraal werkende praktijk is de gezondheidswerker zelf. Hij of zij kan verkiezen welk van de therapieën te gebruiken om integrale geneeskunde te bedrijven. Daarnaast kan hij of zij kiezen cliënten te verwijzen naar integrale gezondheidswerkers vanuit andere disciplines. De constante factor in dit alles blijft de gezondheidswerker die zichzelf heeft geheeld door een te worden met een nieuw bewustzijn. De integraal geïnformeerde gezondheidswerker, de dokter, verpleegkundige of therapeut heeft zichzelf geopend voor het gehele spectrum van bewustzijn, die de multidimensionele beïnvloeding van het Zelf, de cultuur en de natuur kent en onderkent. De voordelen van een dergelijke benadering kunnen zo wat duidelijker worden. Het probleem van vele alternatieve en holistische benaderingen is dat een steeds toenemende verzameling van behandelingen wordt gecreëerd. Dit kan gemakkelijk leiden tot een "alles inclusief" behandeling met bijvoorbeeld doxycycline, Chinese kruiden en accupunctuur. De integrale geneeskunde ontkent effectieve behandelingen niet; zij kan echter pas ontstaan na transformatie van de geneeskundige zelf. Wat zal veranderen is het bewustzijn van de geneeskundige en daarmee, het waarnemingsvermogen en de kaart van de werkelijkheid, van alle menselijke mogelijkheden.

De dokter van tegenwoordig is enerzijds vaak ongelukkig met de huidige gematerialiseerde conventionele geneeskunde en heeft anderzijds weinig vertrouwen in alternatieve en holistische benaderingen. Ze ervaart vaak dat de conventionele geneeskunst weinig menselijk is en vermijdt tegelijkertijd alternatieve therapieën omdat deze evidence based medicine hebben verlaten. De patiënt is op zoek naar een andere dan de technische geneeskunde en geeft jaarlijks honderden miljoenen Euro's uit aan alternatieve behandelingen.

Integrale geneeskunde staat in de kinderschoenen en aan het begin van een onvoorstelbare ontdekkingsreisreis naar menselijke mogelijkheden. Meeander wil

deel uitmaken van deze tocht, pionierend bezig zijn en geneeskunde transformeren naar een nieuw en hoger niveau dat meer respect heeft voor de unieke mogelijkheden van de mens en voor de eindeloze helende krachten van de Kosmos.

1 Ken Wilber: Integral Medicine; a noetic reader

2 A Course in Miracles; foundation of inner peace