

Onderstaande tekst maakt deel uit van het boek 'De weg naar gezondheid. Gids voor de reguliere, complementaire en alternatieve gezondheidszorg in Nederland' van Juliette La Brijn, Uitgeverij Boekscout, 2016.

### **Wat is Natuurgeneeskunde?**

Natuurgeneeskunde is een geneeswijze die zich in haar benadering van ziekte richt op de gehele mens en niet primair op zieke organen. In haar essentie baseert de natuurgeneeskunde zich op de mens in wisselwerking met zijn milieu (omgeving). Hierbij staan de gehele mens, zijn zelfgenezend vermogen en de toepassing van natuurlijke middelen/methoden centraal. Dit geldt in principe voor de meeste complementaire geneeswijzen.

De natuurgeneeskunde is samen te vatten in de volgende hoofdpunten:

1. Ieder levend organisme heeft een aangeboren kracht om verstoringen te herstellen. Deze kracht is een door de natuur gegeven vermogen dat streeft naar zelfhandhaving. Dit zelfherstellend vermogen wordt ook wel de 'innerlijke arts' of physis genoemd.
2. De oorzaak van een ziekte is een opeenhoping van afvalstoffen in het menselijk lichaam.
3. Het lichaam streeft naar een optimale gezondheid. Het lichaam wil dit bereiken door de opgehoopte afvalstoffen te verwijderen.

De natuurgeneeskunde werkt met methoden die uitgaan van het principe "nihil nocere" (nooit schaden) van de grondlegger van de natuurgeneeskunde Hippocrates. Er wordt gekozen voor de kleinst mogelijke therapeutische prikkel om het gewenste resultaat te bewerkstelligen.

De natuurgeneeskundige stelt een diagnose met behulp van natuurkundige methodiek en de vier natuurkwaliteiten, irisdiagnostiek en lichaamsgerichte diagnostiek. De disbalans wordt met behulp van natuurgeneeskundige therapieën hersteld. Het eigen zelfgenezend vermogen van de individuele patiënt wordt dan versterkt met behulp van voedigstherapie, fytotherapie, lichaamsgerichte therapieën of bachremedies.

De natuurgeneeskundige behandeling gaat er vanuit dat er nooit sprake is van één ziek orgaan, maar dat ziekte een stoornis in het gehele lichaam betekent. Men spreekt dan ook, zowel wat betreft de diagnose als de therapie, over een totale benadering van de patiënt.