

[Conclusie onderzoek Voetreflexplus en de ziekte LS]

Mijn probleemstelling luidt:

“Kan Voetreflexplus™ de jeuk aan de vulva verminderen bij Lichen Sclerosus?”

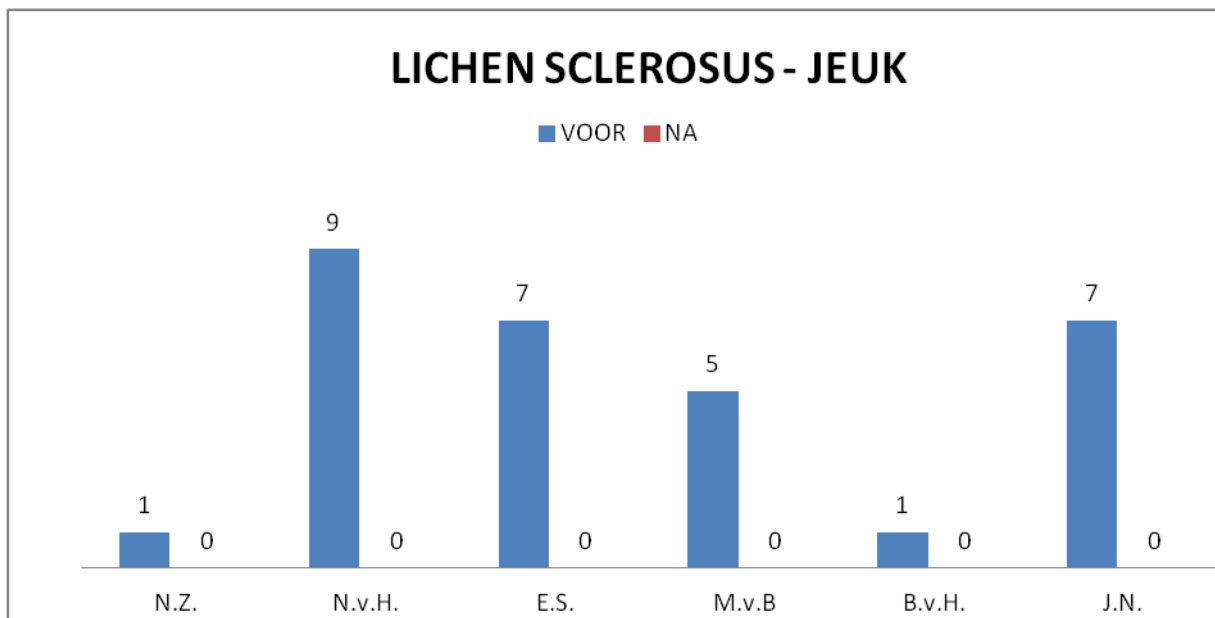
Voordat ik mijn conclusie uiteen zet wil ik allereerst mijn bewondering uitspreken voor alle 6 de vrouwen die hebben meegewerkt aan mijn scriptie. Het onderwerp LS is best nog in de taboe sfeer en daarom waardeer ik hun openheid hierover enorm. Je kent elkaar niet en toch hebben ze zich allemaal volledig overgegeven aan mij en de anamnese vragen. Fijn dat het ook klikte tussen cliënt en therapeut. Zij gaven aan dat ze het fijn vonden dat er iemand geïnteresseerd is in dit onderwerp en naar hun hele verhaal wilde luisteren. Dat was de allerbelangrijkste reden om mee te doen aan het onderzoek.

Via de mail had ik ze al informatie gezonden over hoe het traject zou verlopen en het anamnese formulier zodat ze deze op hun gemak konden invullen. Tijdens de eerste afspraak hebben we dit goed doorgenomen. Wat ik zelf niet had verwacht is dat deze vrouwen heel veel hebben meegemaakt op emotioneel gebied en hierover ook heel open en eerlijk hebben gesproken. Eigenlijk gaf dat mij kracht om voor deze vrouwen nog meer van te betekenis te willen zijn. Ik zal de vrouwen dan ook nog een tijd blijven volgen en zo nodig nog ondersteunen.

Conclusie op de probleemstelling:

Na het uitvoeren, van het door mij opgestelde behandelplan, bij 6 vrouwen die de diagnose LS hebben, kan ik met **TROTS** zeggen dat door de Voetreflexplus behandelingen, de jeuk aan de vulva (en anus) bij allemaal is verdwenen. Voetreflexplus draagt dus zeer positief bij, bij het verminderen van jeuk aan de Vulva.

In onderstaand schema “JEUK” is de beginfase en eindfase in kaart gebracht. **Blauw** geeft aan de **jeuk voor** de ontspanningsmassage, dus bij de start van het hele traject. **Rood** geeft aan de **jeuk na** het hele traject, dus na de laatste behandeling. Zoals te zien is, zijn er geen rode balken zichtbaar, dus geen jeuk!



Weken na de laatste behandeling hadden de vrouwen nog steeds geen jeuk! Inmiddels zijn we een paar maanden verder. Een aantal geeft aan dat het nog steeds goed gaat. Bij 2 vrouwen zijn klachten lichtelijk weer toegenomen, mogelijk ook doordat ze weer in een stressvolle periode zitten. Er is 1 vrouw die de behandeling heeft doorgezet (tegen betaling) 1x per maand, zij bemerkt en ziet nog steeds verbetering aan de vulva.

Wat opviel tijdens het behandeltraject:

- Gigantische opvlamming van jeuk na de ontspanningsmassage. Deze duurde ongeveer 3 dagen. Bijna allemaal voelde ze tijdens de massage een stroming in en/of rond de vulva/vagina. Ook werd een warmte gevoeld bij de opening van de vagina. Bij de start van de 1e behandeling was de jeuk al minder dan bij de start van de ontspanningsmassage.
- Elke behandeling werd gestart met minder jeuk dan de vorige behandeling.
- Direct na elke behandeling was de jeuk volledig weg bij 5 vrouwen, bij 1 vrouw wel veel minder jeuk dan die voor de behandeling.
- Na de 3^e behandeling, de Maag/Milt + de Spijsvertering, hadden 3 vrouwen de eerste dagen een lichte opvlamming van jeuk. Bij 1 vrouw verdween het na paar dagen, de andere gingen de 4^e behandeling in met een lichte jeuk. Direct na de 3^e behandeling was bij iedereen de jeuk weg.
- Na de 4^e behandeling had 1 vrouw een heftige opvlamming. 5 vrouwen hadden geen jeuk, werden ook niet meer wakker 's nachts van de jeuk.
- Bij de 5^e behandeling startte 1 vrouw met lichte jeuk die direct na de behandeling ook weg was en weg bleef.
- Na de ontspanningsmassage en bij de Maag/Milt + Spijsvertering waren de meeste jeuk opvlammingen. Normaliter duurde een opvlamming weken, nu hooguit 3 dagen. Dat vonden alle dames ook verrassend en uiteraard heel fijn dat het korter duurde.
- Een aantal dames blijven therapie trouw smeren met de hormoonzalf en de vette zalf, omdat wetenschappelijk is bewezen dat het doorsmeren in een puls schema het risico op kanker vermindert.
- Andere dames willen juist af van de hormoonzalf en zijn ook gestopt omdat ze geen jeuk hadden, eigenlijk vergaten ze het ook gewoon. Indien nodig zouden ze het wel gebruiken.
- Dat bij alle vrouwen eelt op de Chinese schildklier zat en tijdens het traject verminderde of zelf verdwenen is. Ditzelfde geldt voor het vocht dorsaal op de voet op Lever 2 en Lever 3 en de zone van de Thymus steeds zachter werd.
- Tijdens de massages hebben ze allemaal stuwings gevoel, vooral in benen en bij de liezen. Ook 3 vrouwen voelde een bruisend gevoel, alsof er luchtballen in het bloed zitten. Vooral in het bekkengebied werd minder zwaarte gevoeld.
- 1 iemand moest veel boeren, twee andere vrouwen hadden last van winderigheid. De energie ging weer stromen.

Algemene overeenkomsten bij alle vrouwen NA het behandeltraject:

- Geen jeuk meer en een super doorbloeding aan de vulva(10+)
- Geen pijn meer
- Conditie van de vulva enorm verbetert, de vulva voelt voller, levendiger, warm, minder strak en goed bevochtigd, ook de vagina.
- Beseffen dat de vulva en bekkengebied weer bestaat op een positieve manier, normaal willen ze er niet mee bezig zijn en blokten ze het omdat anders de klachten erger worden. Noem het een tactiek. Het voelt nu weer als een bevrijding.
- Opvlammingen duren veel korter en zijn minder heftig, of zijn er helemaal niet
- Het zware gevoel in het bekken/buik is verdwenen
- Ze gebruiken minder hormoonzalf of helemaal niet meer (op eigen initiatief)



- Worden niet meer 's nachts wakker van de jeuk
- Wondjes, kloven en strakheid en pijn enorm verbeterd/verdwenen.
- Voelen veel verbetering in alle klachten die LS met zich meebrengt
- Voelde allemaal wel een bruisend gevoel door hun lichaam of vulva tijdens de behandelingen
- De witte plekken kleiner zijn geworden of zelfs verdwenen en grotendeels weer roze
- Vulva is meer roze, beter doorbloedt
- Schrikken niet meer van hun eigen vulva, durven nu zelf naar de vulva te kijken, hebben weer contact
- Uiterlijk vulva is enorm verbeterd, alsof er weer kleine schaamlippen ontstaan (van gladde huid naar meer reliëf)
- Seks is fijner bij de vrouwen die nog seks hadden.

Andere gezondheidsverbeteringen die door de vrouwen opgemerkt werden.

- Voelen zich veel ontspannender, zijn rustiger in hun hoofd
- Accepteren meer, laten daardoor meer los, communiceren beter
- Stellen grenzen, ondernemen actie voor zichzelf, komen op voor zichzelf
- Hebben emoties beter onder controle, ondanks dat er veel loskomt
- Hebben het minder heet
- Hartkloppingen zijn afgenomen
- Voelen zich vrolijker, woede aanvallen zijn vermindert
- Hebben meer energie
- Ogen zijn minder troebel, beter zicht
- Hooikoorts is minder/heeft niet doorgezet bij 2 vrouwen

Ik heb onderzocht of de jeuk kon verminderen aan de vulva bij LS. Het veelvuldig krabben van de aangedane huid door de jeuk veroorzaakt excoriaties en/of lichenificatie. Als jeuk vermindert of verdwijnt zal ook het krabben afnemen en hierdoor vermindert de kans op wondjes, minder pijn en minder risico dat het verergert en het risico op vulvacarcinoom afneemt. Er komt dan meer rust in het genitale gebied wat ook meer kwaliteit van leven geeft voor de vrouwen.

LS is een chronisch anogenitale huidaandoening die niet is te genezen volgens de reguliere geneeskunde, alhoewel het bij sommige vrouwen in de menopauze wel helemaal rustig kan worden of zelfs kan "uitblussen". Zoals we nu weten zijn bij LS de bovenste huidlagen, de epidermis en de dermis van de vulva aangetast als gevolg van het schrompelen van weefsel (atrofie) of door bovenmatig groei van weefsel (hypertrofie). Atrofie betekent letter "zonder voeding" er ontstaat dan afname van weefsel.

De symptomen ontstaan doordat de bindweefselcellen die zorgen voor de vorming van collageen, de stof die de huid soepel houdt, gaan ontsteken en verouderen. Hierdoor ontstaat steeds meer bindweefsel in de epidermis. Door de ontsteking komen weer stoffen (histamine, neuropeptiden en prostaglandine) vrij die de jeukzenuwen activeren. De uiteinden van de jeukzenuwen zijn gelegen op de grens van de epidermis en de dermis. Er zijn meerder oorzaken voor jeuk. Hormonale problemen maar ook een "major life event" (sterfgeval, scheiding, ontslag etc) kan aan een aanleiding zijn tot krabgedrag aan de vulva. Een ander mogelijke oorzaak kan ook een beschadiging of afknellen van zenuwen zijn.

Uit mijn onderzoek komt het meeste naar voren dat de oorzaken Westers gezien te maken heeft met het immuunsysteem, de hormonen (oestrogeen, schildklierhormoon, cortisol), de spijsvertering (Malt, afweersysteem, kwaliteit bloed, voedend/afvoerend en verdedigend) en de geestelijke gesteldheid (serotonine, endorfine). De overeenkomsten op de voeten laat dit ook zien.



LS kan komen door een daling in de oestrogeenspiegel. Oestrogeen zorgt voor een goede elastische huid, goede doorbloeding van de vagina en zorgt ook dat er neurotransmitters worden aangemaakt die de stemming beïnvloeden (serotonine en endorfine). Door een daling van oestrogeen in de menopauze kunnen dus problemen ontstaan aan de genitaliën en in het emotionele welzijn van de vrouw. Testosteron tekort kan ook afwijkingen geven aan de vulva.

Het schildklierhormoon heeft een belangrijke rol in de dikte en elasticiteit van de huid en bij de genitaliën.

Cortisol regelt belangrijke processen in het lichaam. Het heeft een ontstekingremmende, vaatvernauwende en celdelingremmende werking. Het helpt ook tegen de jeuk, doordat de ontsteking geremd wordt maar het werkt ook op de vrije zenuwuiteinden in de huid. Langdurige **stress** veroorzaakt negativiteit en uitputting. Burn-out kan zo ontstaan. Als het stress hormoon te hoog is leidt dit tot ontregeling van neurotransmitters, in het bijzonder serotonine en heeft invloed op de stemming.

Bij LS kan ook het genitale deel van de huid worden aangevallen door het immuunsysteem wat de ontsteking veroorzaakt. Als de aanmaak van het stresshormoon, cortisol, niet stopt heeft dit direct invloed op de organen van het immuunsysteem: de thymus, lymfeklieren, beenmerg en milt. Cortisol zorgt ook dat het afweersysteem wordt onderdrukt als dit noodzakelijk is wanneer het afweersysteem buitensporig reageert.

De darmen zijn belangrijk voor een goed spijsvertering maar ook voor een goed functionerend immuunsysteem. Serotonine wordt voor 80% gemaakt in de dikke darm. De darmflora werkt nauw samen met de plaques van Peyer in de dunne darm, deze heeft een afweerfunctie en is voor 80% verantwoordelijk voor de weerstand. Alle lymfoïde weefsels zijn via de slijmvliezen verbonden (Malt). Dit verklaart ook waarom vrouwen met LS recidiverende blaasontstekingen hebben omdat dit te maken heeft met een slecht functionerend darmslijmvlies.

Een goede spijsvertering is van belang bij elke ziekte, zeker chronische, omdat de kwaliteit van het bloed afhankelijk is van goede spijsverteringssappen. Bloed is het transportsysteem en zorgt dat de weefsels worden voorzien van zuurstof, voedingsstoffen, hormonen en andere stoffen maar ook om afvalproducten af te voeren. Daarnaast zorgt bloed voor de verdediging tegen indringers.

Bij LS zijn de epidermis en de dermis aangetast wat wijst op een verminderde doorbloeding en kan bloed geen voeding leveren voor de huid. Alleen in de dermis liggen bloedvaten die de opperhuidcellen voeden.

Metafysisch zie je dit ook terugkomen. Bij jeuk wordt de energie die men eigenlijk naar buiten wilt richten tegen zichzelf gericht (zelfde als bij het immuunsysteem). Het gaat vooral om onderdrukte gevoelens naar de partner, men wil uitbreken met alle opgekropte gevoelens (opgekropte energie in de keel, stagnatie vrije energie, schildklier, keelchakra/communicatie). De kern zit in het niet bewust leven of aanwezig zijn in zichzelf. Het bloed is de drager van onze diepste-ik en ons levenssap, dat alle informatie over onze diepste wensen en verlangens draagt en transporteert. In het stromen van het bloed ligt de drijfveer. Als de levenstroom van binnenuit niet wil stromen wordt de huid droog en hard. Irritatie, frustratie en woede ligt hieraan ten grondslag.



Bij alle 6 de vrouwen zie je dat het afweer -, ontgiftings -, spijsvertering- en het hormonale systeem verstoord is. Langdurige vervuiling ondermijnt het herstelvermogen. Door jarenlange angst/piekeren/frustratie, door verzuring en onderdrukking van het afweersysteem gaat het afweersysteem steeds slechter functioneren en raken hormonen uit balans. Je ziet dat bij alle 6 de vrouwen de lichamelijke -, de geestelijke uitputting/belasting en dat de zingeving een rol spelen. Dit blijkt uit de emotionele belastingen uit het verleden, onverwerkte en verdrongen gevoelens en de langdurige druk/stress, zich niet uiten, disbalans tussen denken en voelen. Chronische stress kan ook schildklierproblemen veroorzaken.

Ze leven niet vanuit hun bezieling. De tolerantie en het herkennen van zichzelf is weg. Constant goed willen doen voor anderen (de laatste druppel uit zich zelf persen). Het allemaal niet meer aankunnen en teveel vastklampen aan taken of mensen en zich hierdoor laten opslokken. Machteloosheid, agressieve gevoelens en de angst om zichzelf te zijn. Vluchten van de eigen-ik en eigen diepste gevoelens en eigen natuur.

Een goede weerstand, balans in de hormoonhuishouding en een goede spijsvertering zijn dus belangrijke factoren bij LS. Een holistische benadering is van belang voor het vinden van de werkelijke oorzaak van de ziekte en zorgen dat het zelfgenezend vermogen van lichaam en geest wordt gestimuleerd. Energie moet vrij stromen, bij blokkade hierin kan geen genezing plaatsvinden, de overdracht van impulsen voor communicatie tussen hersenen en lichaam is belangrijk om lichaam en geest in balans te houden. Het lichaam regelmatig reinigen zowel fysiek als geestelijk omdat gifstoffen het genezingsproces vertragen. Naast de fysieke gesteldheid zijn ook de emoties, denk- en gedragspatronen belangrijk, deze aspecten zijn met elkaar verbonden en beïnvloeden elkaar. Belemmerde patronen beïnvloeden het helingsproces en dienen dus doorbroken te worden maar ook losgelaten te worden. Bewustwording is een belangrijk proces.

De natuurgeneeskundige stimuleert, ondersteunt, reinigt en herstelt bij LS het lymfesysteem, de hormoonhuishouding en het spijsverteringsstelsel en biedt veel ontspanning aan door middel van voetreflexplus massages, ademhalingstechnieken, bewustwording gesprekken en voedingsadviezen en tips voor natuurlijke remedies. De vastgehouden energie en vochtretentie kan zo worden losgemaakt waardoor ruimte ontstaat voor herstel, een betere doorbloeding naar de vulva huid, versterking van het immuunsysteem, daardoor ook afname van vrijkomende histamine, (lees: afname jeuk) en verbetering in de prikkeloverdracht.

Let op: De organen in de Chinese geneeskunde hebben een andere werking/functies dan de Westerse organen, dus hier is geen vergelijking in te trekken! Dus ook niet bij een reguliere arts (Westerse) zeggen LS is iets met

Chinees gezien neigt LS bij de jongere vrouw naar Milt Qi leegte, Bloedleegte en Lever Qi stagnatie. Bij de oudere vrouw zien we daarnaast ook Lever en Nier Yin leegte. De vloeistoffen raken in de menopauze op en geeft "lege" hitte. Het Yin en Jing raken op. Hierdoor krijgen 's nachts de Yang klachten de overhand, daarom is de jeuk 's nachts het ergst. Lege hitte geeft stagnatie en damp. De langdurige stress en de heftige bloedingen tijdens de menstruatie heeft Bloedleegte veroorzaakt waardoor weer Lever Qi stagnatie is ontstaan. Leverbloed kan zo de Nier-Jing niet voeden. Nier-Jing kan dan ook niet meer bijdragen tot de productie van bloed via het beenmerg. Leverbloed is ook gerelateerd aan de Ren Mai en de Chong Mai die van de Lever afhangen van hun bloedvoorziening. Stagnatie verstoort de circulatie van Qi en Bloed. Ook in de Ren Mai en Chong Mai. De Lever kan de Milt niet goed controleren waardoor de vloeistoffen niet meer goed getransformeerd en



getransporteerd worden en zo ingedikt vocht ontstaat. Omdat dat vocht zakt geeft dit obstructie in het onderste gedeelte van het lichaam.

Lever Qi stagnatie geeft ook fluctuatie van de mentale toestand en gevoel van brok in de keel en prikkelbaarheid. Dit gevoel komt en gaat met de emotionele toestand. De Levermeridiaan, de interne tak, stroomt door de keel. In de keel bevindt zich de schildklier, problemen met de schildklier kan Westers een (mede)oorzaak zijn bij LS. Binnen de TCM worden schildklierklachten gezien als het gevolg van emotionele spanningen. De energiestroom (Qi) kan niet vrij stromen omdat er blokkades zijn op de energiebanen in het lichaam. Ook onverwerkte emoties kunnen bijdragen aan een trage schildklier. Dat is ergens wel logisch omdat onverwerkte emoties, energetisch gezien 'opgehoopte energie' is die geen kant uit kan.

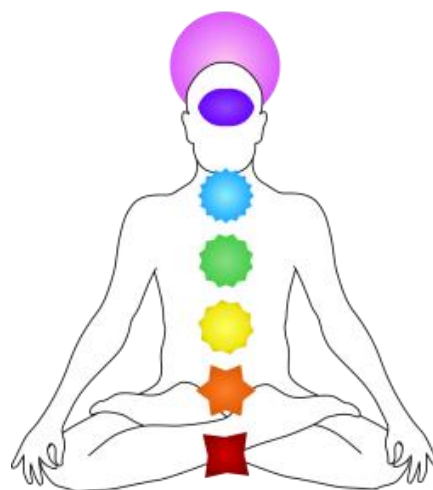
Ter hoogte van de keel bevindt zich ook de keelchakra. Een Chakra kun je zien als een knooppunt in het lichaam waar veel energie samenkomt. Denk bijvoorbeeld aan het samenkomen van zenuwen, aderen en slagaders.

Het keelchakra wordt gezien als een 'bemiddelaar' tussen denken en voelen. Wanneer het denken het voelen domineert (of omgekeerd) zal dit voor een disbalans zorgen. Dit is bijvoorbeeld het geval wanneer men het leven teveel vanuit het hoofd leeft en het gevoel minder de ruimte geeft. Dit zorgt op een dieper niveau voor emotionele spanningen die vaak latent aanwezig zijn (zorg voor anderen en zichzelf vergeten).

Een belangrijk aspect dat hiermee samenhangt is het vermogen om jezelf te kunnen uiten. Er zijn weinig zaken die energetisch gezien zo ongezond zijn als jezelf niet kunnen uiten. Wanneer men zich niet uit, bouwt men als het ware druk op in zijn/haar systeem omdat de energie zich ophoopt in het lichaam. Men doet zichzelf hiermee tekort omdat de levensenergie niet vrij kan stromen en bepaalde organen dan onvoldoende energie krijgen.

Dit zou een verklaring kunnen zijn waarom bij alle 6 de vrouwen de Chinese schildklier op de voet is afgezet met een dikke laag eelt. Eelt duidt op het vormen van een afscherming. Deze afscherming heeft in iedergeval betrekking op het geestelijk functioneren. Men wil of kan niet meer voelen. Men is bang voor hetgeen gevoelsmatig zou worden beleefd en durft de confrontatie hiermee niet aan. Daarom wordt alles weggestopt onder een harde buitenlaag.

Door de afscherming kunnen de binnen- en uitgaande prikkels bemoeilijkt worden. Liefdevolle en voedende prikkels worden zo tegen gehouden, niet opgenomen. Ook bedreigende gevoelens worden zo moeilijker losgelaten. Men staat niet onbevooroordeeld open voor hetgeen het leven te bieden heeft. Duurt de situatie voort dan zullen er zich ook fysieke klachten voordoen. Wanneer men dus met de afgeschermdde emoties aan de slag gaat, het aandurft om de onderliggende problematiek onder ogen te komen, zal er geen nieuwe eeltlaag gevormd worden. Omdat het de "Chinese schildklier" betreft zie je hier dus de afgrenzing tussen het denken en voelen en de vrije energiestroom die blokkeert. Het allerbelangrijkste is dat men zich uit, staan waar je voor staat en zo min mogelijk zaken en gevoelens opkroppen. Geen "ja" zeggen als je "NEE" bedoelt.



We kunnen dus concluderen dat door het hele behandeltraject en uit de reacties de Qi weer vrij is gaan stromen waardoor ook de HUN (de etherische ziel van de Lever) weer in balans is gekomen, maar ook de vrije stroom in de keel (eelt Chinese schildklier is verdwenen). Dat merk je aan dat de vrouwen voor zichzelf opkomen, grenzen stellen, hebben weer doelen. Leven weer meer in het hier en nu, accepteren meer en laten los. Ingedampt vocht en stagnatie zijn opgelost waardoor de jeuk kon verdwijnen en de vulva werd beter gevoed werd waardoor zelfs de witte plekken verminderde of verdwenen. Ook de pijnen zijn verdwenen. Hormonen zijn in balans gebracht wat belangrijk is in de menopauze. De Lever, de Nier en de Milt (Chinees gezien) kunnen weer optimaal samen werken. Er komt meer balans tussen het denken en voelen.

Langdurig onder hoge druk staan heeft dus grote invloed op de spijsvertering, de hormonen, het immuunsysteem, het bloed en de geestelijke gesteldheid en de energiestroom in het lichaam.

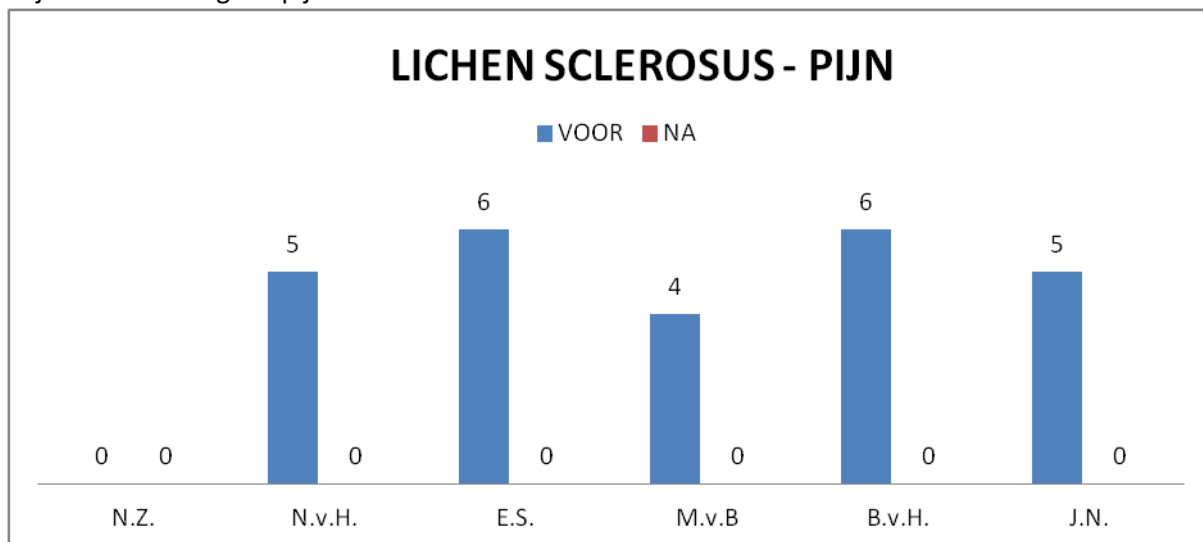
De Voetreflexplus behandelingen hebben niet alleen goed hebben geholpen tegen de jeuk maar ZEER ZEKER bij LS in zijn geheel. Vooral de doorbloeding aan de vulva en/of anus, de vermindering van pijn, het (gedeeltelijk) verdwijnen van de witte glans plekken en het zware gevoel in het bekkengebied.

De mooie reacties en vooral de resultaten hebben mijn emotioneel erg geraakt. Er is rust gekomen in het genitale gebied, maar ook merkte ik op dat de vrouwen in die 6 weken allemaal zijn veranderd in hun gezicht, in hun doen en laten, in hun emoties en in hun zelfinzicht. Ze hebben weer connectie met hun lichaam. Wat mij ook erg opviel is dat de dames naar mij toe ook helemaal geen schaamte hadden. Een vrouw heeft foto's gemaakt van haar vulva voor en na het hele behandeltraject. Ze heeft mij ook de foto's laten zien. WAUW, dat was echt een enorm verschil. Ik ben haar hier zeer dankbaar dat ze dit met mij wilde delen. Heel bijzonder moment voor ons allebei. Zij is een stuk schaamte voorbij en ik supertrots dat dit resultaat er was. Ik denk dat ik ze allemaal een mooi kado heb gegeven doordat ze zich weer meer vrouw voelen.

Het meest verrassende vind ik de veranderingen aan de vulva gezien de korte tijd van behandeling ten opzichte van jarenlange heftige klachten. Het is echter wel raadzaam om langere tijd de behandeling door te zetten aangezien er meerdere systemen en stelsels bij LS zijn betrokken.

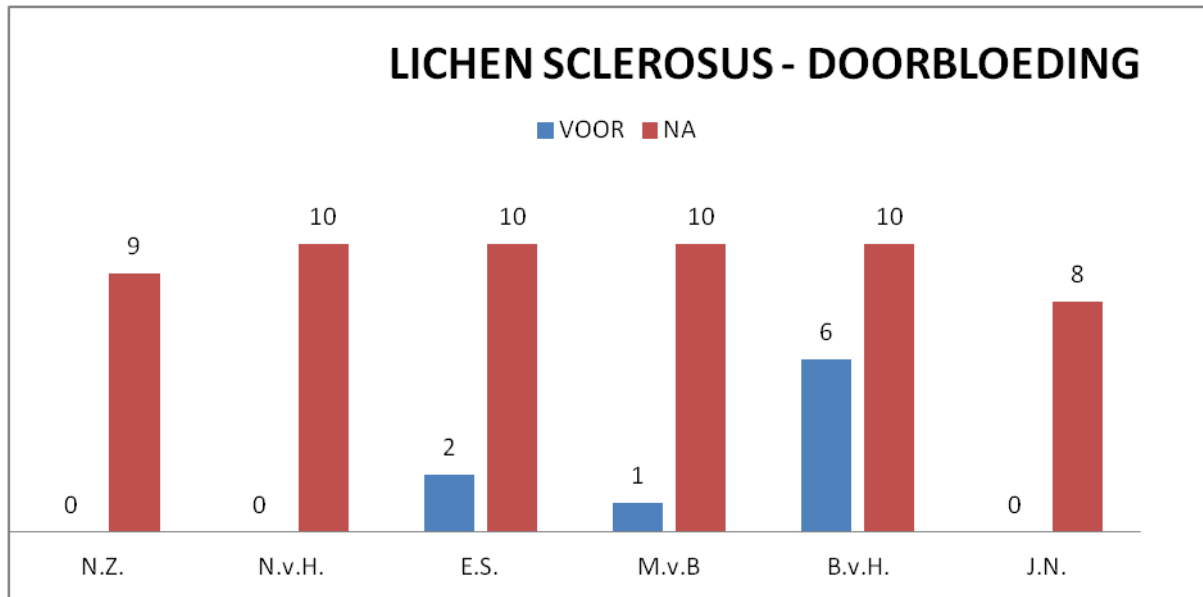
Ik heb ook nog twee andere schema's bijgehouden en omdat deze resultaten ook zeer verrassend zijn wil ik ze niet onthouden.

In onderstaand schema "PIJN" is te zien dat 5 vrouwen pijn hadden aan de vulva en/of anus. Na het traject hadden ze geen pijn meer!



In onderstaand schema "DOORBLOEDING" is duidelijk te zien dat er nauwelijks een doorbloeding naar de vulva en/of anus was bij 5 van de vrouwen voor de behandelingen.

Blauw geeft aan dat er **geen of weinig doorbloeding** is en **rood** een **goede doorbloeding**. Hier ziet men duidelijk dat er een enorme verbetering is tot zelf super goed. Sommige gaven aan dat het weer voelde als vroeger.



[Dankwoord van de vrouwen na het behandeltraject]

NAMEN ZIJN NIET VERMELD!

Lieve Linda,

Voor mij ben jij een kanjer van een therapeut: empathisch, kundig, nieuwsgierig en onderzoekend, zonder oordeel, gulheid en hartelijk. Gedurende jouw behandeling is ten eerste de ernst van mijn klacht zeker verminderd, maar ook heb ik een grote innerlijke rust gevonden en een blijheid die ik heel lang niet heb gevoeld. Ook gedurende de behandeling kwamen successievelijk oude klachten en emoties naar boven, en verdwenen dan. Weer een stukje verwerking, denk ik.

Dank je wel dat je met alles wat je in je hebt mij hebt willen helpen, voor je hartelijkheid, je gulheid en je goede zorgen. Of de Lichen Sclerosus weg zal blijven, weet ik natuurlijk nog niet, maar zo niet, dan kom ik graag bij je om er verder aan te werken.

XXXXX

De afgelopen weken ben ik bij Linda onder behandeling geweest in verband met Lichen Sclerose. Mijn klachten voor de behandeling waren met name jeuk gedurende de nacht en af en toe een “zwaar” gevoel in de onderbuik.

Omdat ik al eerder een goed resultaat had bemerkt na een voetreflex behandeling wilde ik graag mee doen aan de behandelingen zoals Linda ze voorstelde voor een groep vrouwen die allemaal de aandoening Lichen Sclerose hebben.

In de loop van de weken is de jeuk eigenlijk totaal verdwenen en het zware gevoel is weg gebleven. Nog opmerkelijker is de conditie van de huid, van de zilverwitte glans rond de vagina en opening van de urethra is een groot gedeelte roze geworden. De huid voelt ook veel minder strak aan en is beter doorbloed.

Al met al ben ik zeer tevreden over de therapie. Niet alleen over de fysieke resultaten maar ook mijn stemming is beter geworden. Linda is een heel prettig mens die goed kan luisteren en met haar handen een bijzonder talent heeft!

XXXX

Hoi Linda,

Hierbij een schrijven van mijn ervaringen en het effect van de behandelingen die jij mij hebt gegeven. Behandelingen die jij voor je studie moest verrichten en waarvan je in je scriptie verslag moet doen. In het begin dacht ik “baat het niet dan schaadt het niet”, maar ik kan nu echt zeggen dat ik er baat bij heb gehad. De klachten waarvoor ik behandeld ben zijn stukken minder geworden, en heb geen jeuk meer. Ik kan er geestelijk ook beter mee omgaan. En ik wil je bedanken want ik voel me door je behandelingen geestelijk en lichamelijk echt beter.

Vriendelijke groet,

XXXX



Voetreflex behandelingen onderzoek LS

Op de Facebook pagina van de Stichting LS zag ik de oproep van Linda om mee te doen aan haar afstudeeropdracht.

Ik ben 50 jaar en vorig jaar gediagnosticeerd met LS. Achteraf gezien bestaan mijn klachten al jaren. De reguliere behandeling in het ziekenhuis bracht mij niet van de jeuk en pijn af en zodoende greep ik de behandelingen van Linda met beide handen aan.

Voetreflexologie was voor mij nieuw en ik ging dan ook geheel blanco naar de behandelingen. Linda nam bij de eerste behandeling zeer ruim de tijd voor de intake en bracht mijn klachten zorgvuldig in kaart.

Tijdens de behandelingen gebeurde er van alles in mijn lijf: van stromingen in mijn borst tot tintelingen bij mijn oren.

Opvallend was dat het genitale gebied steeds beter doorbloed raakte en ook de pijn en jeuk verdwenen! Voor het eerst in vijftien jaar was mijn vulva weer een gewoon lichaamsdeel waar niet meer de hele dag door pijn mijn aandacht naar toe ging. De klachten waren zo mild dat ik bijna vergat de crèmes van de dokter te gebruiken.

Linda is iemand die veel vertrouwen geeft. Ze heeft een luisterend oor en observeert goed. Ze anticipeert goed op wat er tijdens de behandeling gebeurt.

De behandelingen hadden ook als positief neveneffect dat zelfs mijn hooikoorts en astma zeer rustig zijn.

Al met al heb ik een zeer positief gevoel bij de behandelingen en ik kom ook graag terug als klant van Linda.

XXXX

Lieve Linda,

Jouw behandeling heeft mijn LS goed gedaan. Het zorgde er bijvoorbeeld voor een betere doorbloeding van de vulva. Een paar keer was er een opvlamming, die minder lang duurde dan daarvoor. Voor jouw behandeling duurde een opvlamming soms een paar weken, en nu een paar dagen. Dat is een enorm verschil! Ik ben dan ook blij dat ik aan jouw afstudeeronderzoek mee kon doen.

Als therapeut heb ik je leren kennen als iemand die integer is, luisterde en de juiste vragen stelde. Wat ik bijzonder prettig vond, is dat jij mij niets hebt opgedrongen. Dat je open staat voor, in dit geval, mijn mening. Ik zal jou zonder enige twijfel aan iedereen aanbevelen!

Bedankt voor deze uitdagende en tegelijkertijd mooie periode.

Hartelijke groet,

XXXX

Hai lieve Linda,

Hierbij nog mijn verslagje van mijn ervaringen met de behandelingen met betrekking tot de LS. Je vroeg mij in de vragenlijst, wat zijn je verwachtingen van de behandelingen. Ik antwoordde, dat ik meer inzicht mag krijgen ten opzichte van mijn aandoening. Ik ben er van overtuigd dat het lichaam het zelfgenezend vermogen aanspreekt. Ik heb ook veel inzichten mogen ontvangen van jou. Zoals je de eerste keer gelijk zei; gedachten zijn je krachten! Zowel positief als negatief. Ik heb hierin veel mogen waarnemen in mijzelf. En ik vind deze manier om via de voeten de organen te bereiken en stagnaties op te sporen helemaal bij mij passen. Ik ben weer een stapje verder in mijn proces dankzij jouw behandelingen. Ik heb al een vervolgspraak bij je geboekt. Ik voel me heel veilig bij jou dat is een voorwaarde om te mogen onderzoeken, en ondanks veel pijn en zielenpijn kan ik mij heel ontspannen voelen. Ik kon bij je lachen, huilen, boeren...loslaten, zodat er weer ruimte kwam en hierdoor doorstroming. GEWELDIG!

En ik kan mijn aandoening beter begrijpen en zelfs al een beetje omarmen. Dank je wel dat je mee wandelt op mijn pad. Ik eindig met een zin uit een lied van Harrie Jekkers
"Ik hou van jou is pas echt van waarde wanneer ik kan zeggen "ik hou van mij"! "

Liefs,
XXXX

DANKBAARHEID
is de kortste weg naar
»»» Geluk «««

Alle dames die mee hebben gewerkt aan mijn scriptie nogmaals hartelijk dank!