

Henk Fransen is arts en behoort tot 's werelds meest ervaren experts op het gebied van kanker. Hij pleit voor een medicijnloos ziekenhuis waar het beste uit alle geneeswijzen wordt verenigd. "Gezondheid kun je niet verzekeren. Je kunt als individu wel de volle verantwoordelijkheid nemen om je genezend vermogen te versterken. Voor verzekeraars zijn er volop kansen hieraan bij te dragen."

Het eerste medicijnloze ziekenhuis van Nederland

TEKST IVO VALKENBURG | BEELD GIJS VERSTEEG

"Ik lag in mijn eerste levensjaar maandenlang op een isolatiekamertje in het ziekenhuis. Mijn immuunsysteem werkte niet. De artsen hebben me naar huis laten gaan om te sterven, maar toen ik thuis liefdevol werd aangeraakt en borstvoeding kreeg, ben ik opgeknapt. Deze ervaringen hadden diepe impact. Het heeft me doen beseffen hoe belangrijk, naast reguliere behandelingen, ook aanraking, warmte en contact is voor genezing. Hoe bijzonder om nu aan de andere kant van het bed te staan. Om mensen te ondersteunen in hun genezing en ze te leren hoe ze kracht kunnen vinden om hun uitdagingen te overwinnen. Wat ik de afgelopen dertig jaar van mensen met kanker over de herstelkracht van lichaam en geest heb geleerd, is voor iedereen van belang."

MOEDER THERESA

"In mijn studie geneeskunde miste ik de menselijke aspecten. Ik vond dat de reguliere geneeskunde de mens teveel reduceerde tot een lichaam, soms tot een machine. Zo'n machine kan stuk gaan en dan kun je het repareren. Er is op zichzelf niets mis met die gedachtegang en er is ook veel mee bereikt. De reguliere geneeskunde is in staat om bij een ernstig ongeval, bij complicaties,

bij serieuze acute ziektes of bij geboortes mensen met kunst en vliegwerk in leven te houden. Ik heb daar zelf meerdere keren mijn leven aan te danken gehad. Ik ben dan ook de laatste om te beweren dat de reguliere geneeskunde niet goed is. Maar het kent ook zijn beperkingen. Vooral bij chronische ziektes. Wetenschappelijk onderzoek laat op dit moment zien dat 80 procent van alle welvaartsziekten, inclusief kanker, het gevolg is van leefstijl, hoe de mens met zijn eigen lichaam omgaat."

Op zoek naar de menselijke aspecten van geneeskunde, onderbrak Fransen zijn studie voor een jaar om in het stervenshuis van Moeder Theresa in Calcutta te gaan werken. Later deed hij ook werkervaring op in ziekenhuizen in India en Afrika. "Ik leerde er dat er ook andere oplossingen voor problemen zijn. Wij zijn vaak vastgeroest in onze denkkaders. Ik kreeg het inzicht

**"ZORGVERZEKERAARS
DIENEN TE STOPPEN MET
POLISSEN OM GEZONDHEID
TE VERZEKEREN"**

HENK FRANSEN:
"STOP MET
KREDIETVERLENING."

dat elke cultuur, elke geneeswijze en elk individu een eigen perspectief heeft en dat die perspectieven elkaar kunnen verrijken. Daarvoor is het wel belangrijk dat we eerlijk en oprecht durven kijken naar ons functioneren en daarover met elkaar in gesprek gaan: dit doe ik goed en dit kan beter. Hoe pak jij dat aan? Kunnen we elkaar verrijken? In plaats van: ik heb gelijk en jij ongelijk.“

DATA-ANALYSE

Fransen heeft het volste vertrouwen om één geneeskunde te ontwikkelen waarbij het beste uit alle geneeswijzen bij elkaar komt. Volgens Fransen kan dit snel plaatsvinden, sneller dan menig-een denkt. Waarom is Fransen zo optimistisch? Dat heeft te maken met de opkomst van data-analyse. “De reguliere geneeskunde is momenteel nog gestoeld op dubbelblind onderzoek. Alleen behandelingen die op deze manier worden bewezen, worden in een ziekenhuisprotocol opgenomen. Dergelijk onderzoek is echter heel kostbaar. Alleen voor medicijnen die te patenteren zijn, waar de financiële investering valt terug te verdienen, kan ze wel goed worden ingezet. Natuurlijke middelen, waarvan uit onderzoek al bekend is dat ze zich kunnen meten met bijvoorbeeld chemotherapie, worden momenteel niet verder onderzocht en blijven buiten handbereik van de patiënt. Dat geldt ook voor natuurlijke middelen die niet te patenteren zijn.”

Fransen denkt dat het dure dubbelblind onderzoek in de nabije toekomst snel vervangen zal worden door data-analyse. Hij refereert aan een oud boek van Bill Gates, getiteld *‘Zaken doen met de snelheid van een gedachte’*. Hierin liet hij zien dat het bedrijf van de toekomst al zijn aandacht besteedt aan data-verzameling. Over de klant, over de leveranciers, interne processen, medewerkers, concurrenten, trends en noem maar op. Door snelle, eenvoudige en goedkope data-analyse weet het bedrijf wat de beste actie is. Bedrijven die het beste zijn in data-analyse maken het verschil.”

“In de topsport zie je hetzelfde. Data-analyse maakt het verschil tussen goud, zilver of brons op de Olympische Spelen. De data-verzameling is enorm. Alles wordt gemeten. Data-analyse vindt ook plaats in de meeste andere wetenschapsgebieden. Het maakt een uitwisseling van kennis mogelijk tussen de verschillende gebieden van wetenschap. Het ontsluit mogelijkheden waar we een jaar geleden nog niet over durfde te dromen.”

“De reguliere geneeskunde loopt op dit vlak achter. Dit komt door de positie van de farmaceutische industrie. Maar er kloppen steeds meer mensen en ontwikkelingen aan om data-analyse actief te gaan inzetten. Neem *Apple Watch*. Die weet twee dagen van te voren al dat je naar New York gaat en komt met tips om je eet- en slaappatroon aan te passen, zodat je minder last hebt van je jetlag. Het duurt niet lang meer dat je door middel van chips en nanotechnologie een terugkoppeling krijgt over je bloedsuiker, hartslag, bloeddruk en je fysiologische processen plus adviezen zodat je helemaal geen last meer hebt van een jetlag.”

“Data-analyse is ook zoveel goedkoper dan dubbelblind onderzoek. Het zal mogelijk maken dat de natuurlijke methoden snel bewezen en geaccepteerd gaan worden. De grondslag van de alternatieve geneeswijzen gaat over leefstijl. Allerlei vage, moeilijke, complexe processen die door dubbelblind onderzoek onmogelijk te vangen zijn,

zal door data-analyse snel een verfijnd beeld gaan opleveren van hoe het precies werkt, en wat we zouden moeten doen. En dat wordt geïntegreerd in de reguliere geneeskunde.”

ZORGVERZEKERAARS

Fransen ziet een mooie rol weggelegd voor zorgverzekeraars om daadwerkelijk te innoveren. “Je kunt je gezondheid niet verzekeren. Laten zorgverzekeraars dan ook stoppen met polissen te verkopen om gezondheid te verzekeren. In plaats daarvan kunnen ze mensen maximaal stimuleren om zelf verantwoordelijkheid te nemen voor hun eigen gezondheid. Zorgverzekeraars zouden uitgebreide preventieve campagnes kunnen starten. De gezondheidszorg wordt duurder en duurder en het is belangrijk dat mensen al op school leren welke invloed ze zelf hebben op hun gezondheid. Onverantwoord gedrag zou kunnen worden teruggekoppeld aan het individu, in plaats van afwenteling op het collectief. Alleen daar waar het tot excessen leidt, is een collectieve verzekering goed om elkaar vanuit solidariteit bij te staan. In het huidige systeem maken natuurtherapeuten mee dat mensen aan het einde van het jaar nog hun verzekeringspremie ‘proberen op te maken’ of juist wachten omdat een behandeling niet meer wordt vergoed en het jaar erop ‘de premie weer terugverdiend kan worden’. Die instelling is ongezond. Zorgverzekeraars zouden hier wat aan kunnen doen.”

Fransen illustreert dit aan de hand van de zogenaamde blauwe zones, gebieden op aarde waarvan bekend is dat mensen daar significant langer leven. “In blauwe zones krijgen mensen minder vaak kanker of andere welvaartsziekten. Het genezend vermogen in de blauwe zones heeft een relatie met gezondheidspreventie op vijf verschillende niveaus, te weten: (1) het fysieke niveau (gezond eten, drinken, ademen, bewegen, rust), (2) het gevoelsniveau (verantwoording nemen en vervulling van emotionele behoeftes), (3) het den-

**“DATA-ANALYSE MAAKT
UITWISSELING VAN KENNIS
MOGELIJK TUSSEN DE
VERSCHILLENDE GEBIEDEN
VAN WETENSCHAP”**

kniveau (kracht van gedachten, overtuigingen, geloof, creativiteit en wijsheid), (4) het relatieniveau (steun en verbinding voelen in relaties met omgeving) en (5) het zielsniveau (het geven en ontvangen van liefde, betekenis, ontwikkeling van talenten, het ontdekken, leven en doen 'waarvoor je in de wieg bent gelegd'). Wat zou er gebeuren wanneer zorgverzekeraars en politiek meer zouden gaan inzetten op het bewust maken van en leren verantwoordelijkheid nemen op deze vijf niveaus?"

INTEGRATIE

De kloof tussen reguliere en alternatieve zorg is in Nederland groot. Fransen doet al meer dan 25 jaar onderzoek naar de zin en onzin van alternatieve geneeswijzen. Hij wil graag best practices met elkaar verbinden. "Alternatief zit in Zwitserland in het basispakket. Zwitsers zijn heus niet gek. Waarom doen ze dat? In Amerika zijn er ziekenhuizen waar *integrative medicine* wordt beoefend. In deze ziekenhuizen kan een patiënt naast zijn reguliere behandeling ook alternatieven kiezen. Als vaststaat dat voedings- en leefstijlfactoren grote impact hebben op gezondheid, dan is het toch wijs om alternatief te bestuderen en daar waar het aanvullend werkt te integreren in de reguliere basiszorg?"

"ORGANISATIES KUNNEN VEEL LEREN VAN DE WERKING VAN HET MENSELIJK LICHAAM"

Eén geneeskunde waarin het beste uit alle geneeswijzen wordt gecombineerd is de visie van Fransen. "Op het individuele niveau van artsen, specialisten en verpleegkundigen borrelt er op dit gebied van alles. Reguliere artsen delen niet zelden mijn visie. Ik weet dat er brainstormgroepjes zijn van professionals die met elkaar van gedachten wisselen hoe regulier en alternatief gecombineerd kunnen worden."

Zeventig procent van de Nederlanders zoekt naast zijn reguliere behandeling een alternatief, aldus Fransen. "Toch biedt 'het systeem' hier nog weinig ruimte voor. Soms zijn artsen bang voor juridische aansprakelijkheid om buiten de protocollen te handelen. Er is sprake van een algemene weerstandshouding tegen 'alternatief'. Het is niet eenvoudig om door de bestaande ka-

ders van het zorgsysteem heen te breken. Ook veel zorgverzekeraars delen deze weerstandshouding."

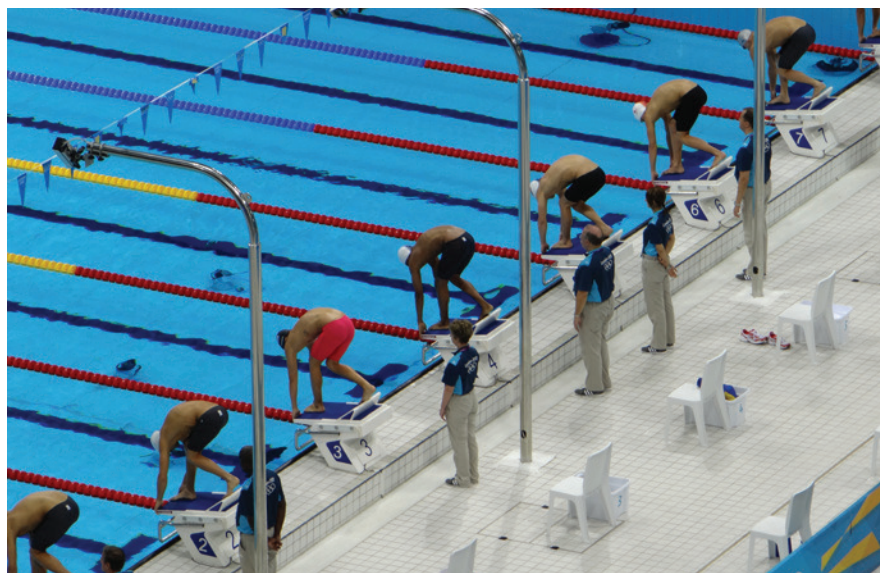
Toch is de weerstand vreemd, vindt Fransen. "Op het gebied van leefstijl zijn er veel overlappings in onderzoek tussen regulier en alternatief. Voeding, omgevingsfactoren, straling, stress zijn aspecten die in de alternatieve zorg veel aandacht krijgen, maar in de reguliere zorg ook uitgebreid worden onderzocht. Als je bijvoorbeeld op de website van *PubMed* kijkt, dan tref je meerdere studies aan naar de kankerremmende werking van tal van natuurlijke voedingsstoffen. Er zijn honderden wetenschappelijke studies over de impact van stress op gezondheid en herstel. Zo ook honderden studies over de relatie tussen voeding en welvaartsziektes. Omdat alternatieve therapeuten en natuurartsen gespecialiseerd zijn in deze aspecten van ziekte en gezondheid, lijkt samenwerking tussen regulier en alternatief voor de hand te liggen."

MEDICIJNLOOS ZIEKENHUIS

"Mensen met kanker raken op het internet in de war van alle alternatieven. Wanneer ze naar de arts gaan om die te bespreken, dan heeft deze daarvoor vaak onvoldoende tijd of is er weerstand. Met als gevolg dat patiënten zelf gaan dokteren. Ik vind dat ontoelaatbaar. Artsen kunnen veel gemakkelijker en sneller dan een leek beoordelen of een alternatieve behandeling wel of niet gebaseerd is op onze huidige kennis van hoe het lichaam functioneert. Daarmee kan een arts een patiënt voor misstanden behoeden. Dat is iets anders dan alles vanuit een vooroordeel weg te wuiven. In dat geval zullen patiënten toch verder gaan shoppen. Elk ziekenhuis zou een deskundige moeten aanstellen die patiënten kan informeren over kwalijke behandelingen en kan waarschuwen over verkeerde combinaties van behandelingen. Dat zou naar mijn mening al een grote stap voorwaarts zijn."

Hieruit is ook het idee van Fransen voortgekomen voor een medicijn-

Data-analyse maakt het verschil tussen goud, zilver of brons op de Olympische Spelen.



loos ziekenhuis waar mensen met kanker – naast hun reguliere behandeling – terecht kunnen voor alternatieve behandelingen. Hij is geïnspireerd door het grootste medicijnloze ziekenhuis ter wereld in China. Dit centrum werd in enkele jaren tijd door meer dan 300.000 patiënten vanuit de hele wereld bezocht. Alle patiënten werden bij aanvang medisch getest en beoefenden vervolgens een maand lang *Zhineng*, energie-oefeningen voor zelfgenezing. Daarna werden de testen herhaald. Het verbeterpercentage was meer dan 95 procent. Er zijn meerdere wetenschappelijke rapporten over *Zhineng* gepubliceerd. In dit ziekenhuis beoefenden op een gegeven moment *dagelijks* duizenden ‘patiënten’ *Zhineng*. Om politieke redenen verbood de Chinese overheid eind jaren negentig alle grote bijeenkomsten en moest het ziekenhuis sluiten. De door de oprichter Pang Ming opgeleide leraren bleven in China kleine groepen patiënten begeleiden en sommigen reisden naar het buitenland om *Zhineng* breder bekend te maken.

Stap voor stap bouwt Fransen nu aan de ontwikkeling van een centrum in Nederland waar de beste alternatieve behandelingen door een team van deskundigen worden aangeboden aan patiënten die daarvoor openstaan. “Ik zie het vooral als een soort laboratorium om te kunnen aantonen dat een integrale medische zorg werkt.”

GEZONDE ORGANISTIE

“Je kunt een organisatie vergelijken met het lichaam. Een organisatie is een groep mensen die samenwerken. Het lichaam is een groep cellen die samenwerken. In een gezond lichaam oefent elke cel vrijuit zijn taak uit. Als elke cel dat doet, krijg je miljoenen wonderen per seconde en dat noemen we het wonder van het menselijk lichaam. Op het moment dat cellen minder goed hun taak uitoefenen, spreken we van ziekte.

Wanneer cellen ophouden met hun taak, gaan ze dood. Het stadium daarvoor noemen we kanker. Een kankercel is een atypische cel. Als je deze onder de microscoop bekijkt, kun je deze niet meer herkennen als een cel van een bepaald orgaan. De cel heeft zijn functie neergelegd en is alleen nog maar bezig te overleven. Gezondheid wil zeggen dat elke cel doet waarvoor hij ‘in de wieg is gelegd’. Op dezelfde manier is de gezondheid van een organisatie af te lezen aan het gegeven of de juiste medewerker op de juiste plek zit. Of iedereen zijn talenten optimaal kan bijdragen en lekker in zijn vel zit. Een ander aspect is communicatie. De gezondheid van het lichaam wordt bepaald door de effectiviteit van de communicatie tussen cellen. Deze communicatie bestaat uit het reguleren van de eigen bijdrage aan de hand van eindeloze feedbacksystemen. Op dezelfde manier kunnen we de gezondheid van organisaties verbeteren door effectieve communicatie en feedback.”

KREDIETVERLENING

Voor wat betreft de potentiële bijdrage van de financiële sector aan een gezonde samenleving komt Fransen met het verrassend advies: stop met kredietverlening. “Je kunt in een lichaam geen energie uitgeven die je niet hebt. Dat is wat het lichaam ons leert. Het lichaam houdt wel een bepaalde reserve. Hieruit kan het onder levensbedreigende situa-

ties putten. Om te overleven kan het lichaam diep in zijn reserves gaan, maar zodra de bedreiging voorbij is, rust het uit en vult het de reserves aan.”

“Als we de kennis over het lichaam vertalen naar de samenleving, dan zou je kunnen stellen dat onze samenleving in de overlevingsstand staat, de *ratrace*. We putten onszelf uit, maken alle reserves op en gaan nog verder. Je ziet het gereflecteerd in de enorme staatschuld die sommige landen opbouwen. Maar ook veel burgers kopen op krediet en hebben (grote) schulden. Dit is een ongezonde toestand. Net als een *burn-out* patiënt lange tijd de ernst van zijn situatie ontkent, lijkt ook de samenleving te ontkennen in wat voor situatie ze zich bevindt.”

“We kunnen niet een systeem veranderen in de zin dat de farmaceutische industrie, de financiële sector of wie dan ook het anders zou moeten doen. Alle systemen zijn opgebouwd uit mensen. De enige manier om systemen wezenlijk te vernieuwen, is dat mensen in hun kracht durven op te staan. Hardop durven uit te spreken dat we een aantal dingen goed doen en een aantal dingen ook niet. In gesprek gaan met elkaar, zonder verwijten of oordelen, met respect voor elkaar rondom de kernvraag: “hoe gaan we dit oplossen?”

“We hebben klokkenluiders nodig, mensen met gezond verstand, het hart op de goede plek, die zeggen ‘ik zit nu al 10 tot 20 jaar in dit vak en ik ga het systeem niet langer op dezelfde manier in stand houden. Wat goed is, ga ik behouden, maar wat ziekmakend is, ga ik ombuigen. Alleen als we oprecht met elkaar hierover in gesprek gaan, voorbij de weerstandsmodus en het ‘eigen gelijk’, kunnen systemen veranderen. De sleutel tot verandering ligt in handen van elk individu mens.” ■

www.henkfransen.nl

www.genezendvermogen.nl

