

# AYURVEDISCH IN BALANS



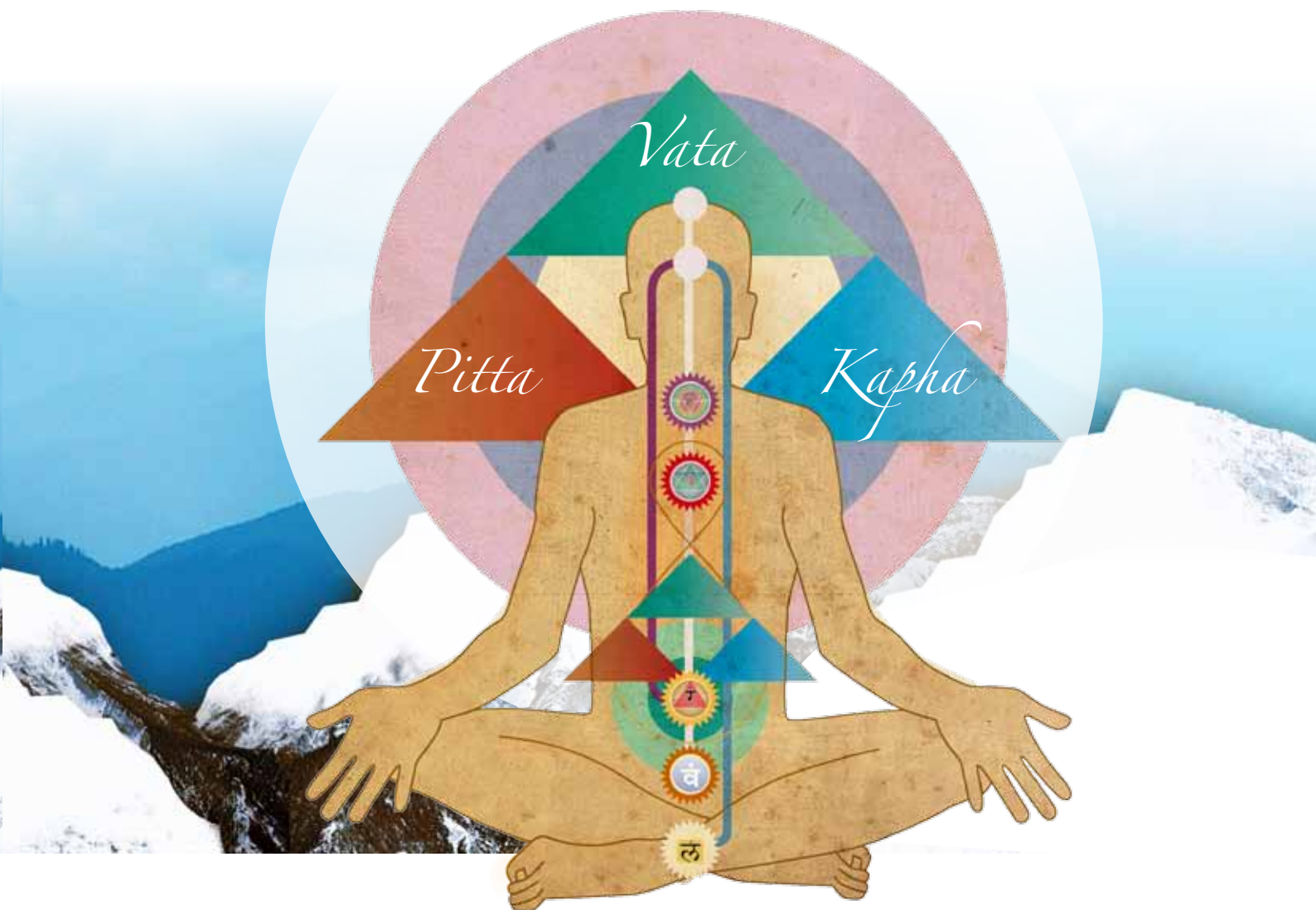
Volgens de ayurveda is gezondheid een evenwicht tussen mengsels van elementen. De ayurvedische geschriften staan vol beschrijvingen van geneesmiddelen, die helaas niet allemaal even bruikbaar zijn.

**TEKST:** HELEEN CROONEN

**BEELD:** HET WONDERLAB/ CORBIS/ DE BEELDREDAKTIE, JEROEN VAN KOOTEN

**I**n India is de ayurvedische geneeskunde al eeuwenlang een onderdeel van de cultuur. Maar met de komst van de Britten heeft de westerse geneeskunde er meer prestige verworven. Sindsdien is India op zoek naar een goede mix tussen westerse en traditionele geneeskunde. De overheid stimuleert op de eerste plaats de westerse geneeswijze; sinds tien jaar heeft India zelfs

de grootste industrie voor generieke geneesmiddelen ter wereld. Maar de ayurveda maakt een comeback en is populair als complementaire alternatieve geneeswijze naast de westerse geneeskunde. Vooral vitaliteitsbevorderaars en afrodisiaca zijn populair, maar ook ayurvedische medicijnen voor de behandeling van chronische aandoeningen als reuma. De industrie van ayurvedische geneesmiddelen



heeft een jaaromzet van ruim 1,1 miljard euro met een groei van 10-15 procent per jaar. Ter vergelijking: de omzet van westerse generieken is bijna 7,5 miljard euro.

### ELEMENTEN

Volgens een recent rapport van wereldgezondheidsorganisatie WHO is de ayurveda gebaseerd op de theorie dat het universum bestaat uit de vijf elementen aarde, water, vuur, lucht en lege ruimte – en het menselijk lichaam daarmee ook. Dat concept van de ayurveda is niet onomstreden (zie kader op blz. 3213). De ayurveda omschrijft fysiologie, pathologie, diagnose en behandeling op basis van de leer van de drie *dosha's*. Dosha's zijn mengsels van de grote elementen. Dat zijn wind, gal en slijm, in het Sanskriet *vata*, *pitta* en *kapha*.

Vata	Lege ruimte
Pitta	Lucht
	Vuur
Kapha	Water
	Aarde

*Vata* is een mengsel van lucht en vrije ruimte, *kapha* van aarde en water, *pitta* van vuur en water. Het hele lichaam is onderhevig aan de drie *dosha's*, maar functies van organen kennen een dominante dosha. De prikkeling door het zenuwstelsel wordt voornamelijk bestierd door *vata*,

# ‘DE MIDDELEN VAN NU KOMEN UIT DE FABRIEK’



de verbranding en hormoonhuishouding door *pitta* en de stabiliteit van het bot- en spierstelsel door *kapha*.

Een ayurvedisch geneesheer zal bij een patiënt de disbalans in de elementen herstellen met gedrag of dieet en anders geneesmiddelen. Deze bestaan vooral uit (mogelijk giftige) planten, dieren en mineralen, maar ook uit zware metalen, een erfenis van de alchemie. Volgens critici beperkt dat de toepasbaarheid van ayurveda binnen de huidige geneeskunde ernstig.

‘Traditionele artsen schrijven niet alleen medicijnen voor, maar regelen het hele levenspatroon van een patiënt zodanig dat de ziekte minder kansen krijgt. Dat is de reden dat de ayurveda holistische geneeskunde wordt genoemd.’ Aan het woord is de gepensioneerd indoloog en psychiater Gerrit-Jan Meulenbeld (1928).

## BLOED IS ONREIN

In de jaren vijftig besloot Meulenbeld in de wachttijd voor zijn coschappen colleges Sanskriet te volgen. Hij combineerde beide vakgebieden door oude Indiase medische teksten te vertalen. Twintig jaar later resulteert dat in een vijfdelig standaardwerk: *A History of Indian Medical Literature*, waarmee de psychiater naam en faam heeft gemaakt over de hele wereld. Zijn medisch-historisch literatuuronderzoek combineerde hij tot zijn pensioen met zijn werk als psychotherapeut in een forensisch-psychiatrische kliniek en in een particuliere praktijk. Voor Meulenbeld bleven de indologie en de psychiatrie gescheiden werelden: de ayurveda baseert behandelingen vooral op de *dosha*-leer en is grotendeels medicamenteus, met wat aanvullende,

primitief aandoende psychotherapeutische elementen. De oudste en meest bekende ayurvedische geschriften dateren volgens Meulenbeld uit 400 na Christus. De twee oudste geschriften zijn de *charaka samhita*, een medisch handboek met het accent op interne geneeskunde en de *sushruta samhita*, eveneens een handboek, maar met het accent op chirurgie. In de loop van de eeuwen krijgt de chirurgie minder belangstelling, mogelijk doordat reinheid een steeds grotere rol gaat spelen in het hindoeïsme, vermoedt Meulenbeld. In India wordt bloed beschouwd als ‘onrein’ en dokters zijn vaak brahmanen, leden uit de hoogste kaste, die zich verre dienen te houden van bloederige chirurgie. Er is alleen wat ayurvedische chirurgie bekend op het gebied van breuken, luxaties, cataract en wondbehandeling.

## HUIDIGE TOEPASSING

Ayurvedische beschrijvingen van geneesmiddelen kunnen een inspiratiebron zijn voor westerse geïsoleerde geneesmiddelen. Meulenbeld ziet dat er veel onderzoek wordt gedaan naar de werkzaamheid van ayurvedische geneesmiddelen. Het antipsychoticum en antihypertensivum reserpine vindt bijvoorbeeld zijn oorsprong in de ayurveda, waar de wortel van de *Rauvolfia serpentina* ook al beschreven stond als *sarpagandha*. Je moet de samengestelde geneesmiddelen of isolaten wel met westerse methoden onderzoeken, vindt Meulenbeld. Dus volgens de regels van de evidence-based medicine op grote groepen mensen bij westers gedefinieerde ziekten, en niet *tailor made* aan de hand van de *dosha*'s, zoals sommigen bepleiten.



## 'VOLLEDIG LEVEN'

## De herkomst van ayurveda

De vedische geneeskunde, ontstaan in de periode 2000-1000 voor Christus, is een van de oudste geneeswijzen ter wereld volgens wereldgezondheidsorganisatie WHO. De Veda's zijn geschriften die aan de basis staan van de Indiase filosofie en religies, zoals het latere hindoeïsme. De ayurvedische geschriften zijn volgens de WHO uit deze vedische geschriften ontwikkeld rond 1000 voor Christus en hebben meer het karakter van medische handboeken. Het woord 'ayurveda' is Sanskriet voor 'kennis van het leven', aldus de WHO.

Meulenbeld verwerpt de interpretatie van de WHO. Volgens hem heeft de ayurveda-literatuur niets met de Veda's te

maken, er bestaan geen Vedische geschriften over geneeskunde. 'Ze hebben alleen het woord "veda" gemeen, dat kennis betekent.' De WHO-vertaling 'kennis van het leven' vindt hij ook onjuist. 'De ayurveda streeft ernaar dat iemand zijn vastgestelde levensduur zonder stoornissen kan doorlopen, 'volledig leven' is meer de betekenis van "ayus". De theorie en praktijk van de ayurveda berusten op een traditie, die op empirie gebaseerde elementen bevat, maar er zijn ook elementen van de theorie ontleend aan filosofische scholen, die niet altijd met elkaar in overeenstemming zijn', licht Meulenbeld de complexiteit toe.

De Indiase overheid probeert eenheid en veiligheid te brengen in de ayurvedische geneesmiddelen. Het *Ayurvedic formulary of India* uit 1970 bevat ayurvedische geneesmiddelreceptuur. De farmacopee, voor het eerst verschenen in 1999, bevat omschrijvingen van de geneesmiddelen en de ingrediënten. De geneesmiddelen in deze nieuwe naslagwerken zijn niet altijd te vinden in de klassieke teksten. Dit komt doordat in de loop der eeuwen nieuwe middelen zijn toegevoegd, bijvoorbeeld uit Yunani-geneeskunde van de Arabieren maar ook uit de alchemie, en zelfs nu nog worden heel soms nieuwe geneesmiddelen toegevoegd.

### ONDUIDELIJKHEDEN

In de ayurvedische teksten staan veel eenvoudige preparaten omschreven, met weinig ingrediënten. Volgens Meulenbeld zijn deze geneesmiddelen makkelijk te

bereiden. De patiënt krijgt soms alleen de grondstoffen van de arts en kan thuis aan de slag. Maar er zijn ook ingewikkelde preparaten, waarbij niet altijd duidelijk is wat precies wordt bedoeld in de receptuur of welke ingrediënten precies schuil gaan achter de Sanskriet-namen. Ayurvedische artsen beheersen de kunst van deze complexe recepten nog maar zelden, volgens Meulenbeld. 'De huidige artsen gaan naar de apotheek voor ayurvedische middelen uit de fabriek.' ■

Met dank aan medisch antropoloog Maarten Bode van de universiteit van Amsterdam.



Bij dit artikel op [www.medischcontact.nl](http://www.medischcontact.nl) vindt u meer informatie over ayurveda.

