



Karin de Jonge heeft sinds 2007 een praktijk voor holistische massagetherapie. Zij begeleidt mensen op het gebied van lichaamsbewustwording, met name bij stress- en burn-out klachten. Daarbij put ze uit diverse bronnen, zoals de vierjarige hbo-opleiding Holos, werkervaring in het welzijnswerk en training in diverse body-mindtechnieken.



De Praktijk van Dafna Suskind

Mesologie is een nog vrij jonge tak binnen de integrale gezondheidszorg. Zo'n 20 jaar bestaat deze behandelvorm nu en inmiddels vinden veel patiënten de weg naar een mesoloog. Dafna Suskind is mesoloog en voert onder meer praktijk bij het Integraal Medisch Centrum (IMC) in Amsterdam. Bij het IMC werken diverse mesologen, naast behandelaars uit andere disciplines. Bovendien is ook de Academie voor Mesologie aan het centrum verbonden, evenals de osteopathieopleiding Sutherland. Praktijk en theorie komen hier dus bij elkaar. Reden temeer om juist op deze plek een kijkje te nemen.



Dafna Suskind werkt als mesoloog en orthomoleculair therapeut in Amsterdam. Zij behandelt vooral chronische en onbegrepen klachten. De invloed van voeding op de persoonlijke balans heeft daarbij haar speciale aandacht.

Het IMC is recentelijk verhuisd vanuit de binnenstad naar een bedrijventerrein vlakbij Amsterdam Sloterdijk. Als ik binnenkom, valt me op hoe ruim het hier is: een grote sfeervolle wachtruimte met cafégedeelte en in een hoek een dependance van de Huizer Apotheek. Op de eerste etage zijn diverse behandelruimtes, waaronder die van Dafna. 'Op deze nieuwe locatie hebben we meer ruimte om als IMC verder te ontwikkelen. Er werken nu al verschillende behandelaars, zoals mesologen, osteopaten, psychotherapeuten en een hypnotherapeut, maar daar zouden nog meer disciplines bij kunnen. Het is mooi om te zien hoe je kan samenwerken en elkaars kennis en kunde bij elkaar kan leggen. Omdat hier ook opleidingen zijn gevestigd, is er een directe link naar kennisontwikkeling.'

Dafna werkt nu twee jaar als mesoloog bij het IMC en voert daarnaast nog praktijk op een andere plek in Amsterdam. In de mesologie wordt gebruik gemaakt van zowel reguliere

westerse kennis als kennis uit oosterse geneeswijzen zoals TCM en ayurveda. De naam verwijst onder meer naar het mesoderm, omdat dit een belangrijke rol vervult bij het onderzoek van iemands klachtenpatroon. In het mesoderm wordt namelijk zichtbaar hoe de uitwisseling tussen de mens en zijn omgeving verloopt en hoe voedsel, zuurstof en zintuiglijke prikkels door iemands systeem worden verwerkt. Dit kan zich uiten in de vorm van symptomen. Door de constitutie te onderzoeken, proberen mesologen disfuncties in het systeem op te sporen.

Dafna kiest haar woorden met zorg als ze vertelt over haar vak: 'Als iemand bij mij komt, nemen we eerst samen een uitgebreid intakeformulier door. Vervolgens doe ik pols-tong diagnostiek, een kort visceraal onderzoek en dan volgt een meting met het EFD-apparaat. EFD staat voor Electro Fysiologische Diagnostiek. Je meet daarmee bepaalde punten op de huid, voornamelijk op de handen en voeten, die in directe re- >



latie staan met een orgaan of deel van een orgaan. Bij functiestoornissen in een bepaald orgaan wijkt de weerstand van het bijbehorende punt af van de normaalwaarde. Zo krijg je een beeld van de diverse orgaan- en weefselsystemen. Als er bijvoorbeeld een disfunctionele vetvertering uit de meting komt, ga ik vervolgens specifiek kijken wat de oorzaak kan zijn. Via het EFD-apparaat test ik mineralen, vitamines, hormonen en allergenen zoals gluten en lactose uit. Op basis van het totaalbeeld van gesprek, lichamelijk onderzoek en meetresultaten geef ik een advies over voeding, supplementen en leefstijl.'

De laatste jaren richt Dafna zich steeds meer op voeding, omdat ze merkt hoe belangrijk dat is voor de gezondheid. Aanvullend volgde ze daarom een orthomoleculaire opleiding. Die interesse voor voeding komt niet uit de lucht vallen. Als kind kwam ze vanwege gezondheidsklachten bij een natuur-geneeskundig therapeut terecht en kreeg het advies bepaalde voeding te vermijden. Dat had veel impact: 'Ik voelde me bijna een ander mens. Die ervaring had een grote imprint op mij. Dat betekende toen overigens nog niet dat ik er arbeidsmatig mee aan de slag wilde. Ik heb eerst als ontwerper gewerkt, maar dat bleek het niet helemaal te zijn.' Lachend: 'Mijn partner is loopbaancoach, dus dan ontkom je er niet aan om te gaan zoeken wat je écht wil doen... Uiteindelijk viel het kwartje toen ik hier een afspraak met een mesoloog had en wist: ja, dit wil ik doen! Ik vind het fijn om met mensen te werken en ze een stukje te ondersteunen in het verbeteren van de kwaliteit van hun leven. Wat me aanspreekt in de mesologie is dat er vanuit verschillende visies gekeken wordt en er veel wordt uitgetest. Op de orthomoleculaire opleiding merkte ik bijvoorbeeld dat middelen meer worden voorgeschreven op basis van klachtenbeelden, maar door het uit te testen kan je het nog specifiek maken. De ene magnesium is de andere niet, bijvoorbeeld, en via het EFD-apparaat kan je testen welke het meest passend is voor deze patiënt.'

Dafna merkt dat er veel vragen over voeding zijn. 'Een tijdje terug had ik ineens een stroom van jonge mensen met voedingsvragen en spijsverteringsklachten. Nu is voeding ook maatschappelijk wel een soort trend. Wat ik echter merk is dat sommige mensen alleen een snel advies of een 'quick fix' willen, maar zo werk ik niet. Ik wil het totaalplaatje van iemand en uitzoeken waar iemands klachten vandaan komen. Als ik snel 'even' wat uittest, kan ik iets over het hoofd zien. Het is soms echt een puzzel om te ontdekken wat de oorzaak van de klachten is. Zo herinner ik me een vrouw die al een paar jaar dagelijks diarree had. Samen namen we grondig haar voeding door. Ze at heel gezond en bakte zelf haar brood. Na veel testen bleek dat ze de gist die ze gebruikte niet verdroeg. Toen ze een andere gist ging gebruiken verdwenen haar klachten. Zo'n ervaring geeft me de inspiratie om steeds weer verder te kijken en niet te snel op te geven. Er zijn zoveel verschillende oorzaken voor klachten. Bij de een is er een allergie of een tekort aan een bepaalde stof, bij een ander is er een ervaring van vroeger die in het systeem is opgeslagen en nog stoort.



'Een mesoloog maakt gebruik van zowel reguliere kennis als kennis uit complementaire geneeswijzen zoals TCM en Ayurveda.'

Daarom is het belangrijk om het goed uit te zoeken en zo nodig door te verwijzen.'

Binnen het IMC zijn er diverse mogelijkheden voor doorverwijzing en samenwerking. Zoals gezegd is de Huizer Apotheek in het pand gevestigd, waar diverse natuurmiddelen verkrijgbaar zijn. Daar is ook kennis aanwezig over de interactie met reguliere medicatie. 'Als behandelaars werken we ook samen. We hebben bijvoorbeeld een gratis inloopsprekkuur, waar patiënten terecht kunnen voor een kort onderzoek door twee behandelaars van verschillende disciplines. Daaruit volgt dan een voedingsadvies of een advies voor verdere behandeling. En soms loopt iemand ergens in een behandeltraject vast en vraagt dan aan collega's om mee te kijken. Dan wordt er een patiëntbespreking georganiseerd waarbij de patiënt zelf ook aanwezig is. Ik ervaar dat als heel leerzaam, want ieder heeft toch zo zijn eigen visie en benaderingswijze. Op deze manier vul je elkaar aan.'

Soms merk ik in een consult dat er op emotioneel vlak van alles speelt. In overleg met de patiënt verwijs ik dan door naar een van de psychotherapeuten. Het is fijn dat je elkaar hier kent, want ik probeer goed in te schatten naar wie ik doorverwijs. Sommige patiënten hebben een behandelaar nodig die uitdaagt, anderen hebben meer zachtheid nodig. Dan voelen mensen zich het meest gehoord. Ik merk dat dat zo belangrijk is in de behandeling. Ik verbaas me soms hoe geroerd mensen kunnen zijn dat er ruimte is voor hun verhaal. Blijkbaar is dat niet vanzelfsprekend. Dan heb je nog niet direct een oplossing, maar in het contact gebeurt al iets.' Bescheiden voegt ze eraan toe 'Daar ga ik voor, dat je soms een klein verschil voor iemand kan maken.' ■

Meer informatie: www.mesoloog.amsterdam,
www.integraalmedischcentrum.nl