



Klinische PNI – toegepaste wetenschap voor de praktijk

Maurice Kool & André Frankhuizen, Bonusan BV

Klinische psycho-neuro-immunologie (kPNI) vindt zijn oorsprong in de wetenschap PNI, die in de vroege jaren tachtig van de vorige eeuw door de Amerikanen Ader, Felten en Cohen is ontwikkeld. Het PNI-gedachtegoed is binnen de Natura Foundation, het kenniscentrum voor klinische PNI en nutritionele therapie, verder uitgebreid en uitgewerkt voor toepassing in de klinische praktijk door de Nederlandse pioniers wijlen Bram van Dam en Leo Pruijboom. Sindsdien heeft de psycho-neuro-immunologie een enorme groei doorgemaakt en speelt het een hoofdrol als verbindende wetenschap tussen de bestaande medische specialismen.

Het klinische vakgebied kPNI wordt gekenmerkt door nauw internationaal samenwerkende wetenschappers die voornamelijk onderzoek verrichten naar de interacties tussen het zenuwstelsel en het immuunsysteem en de wederzijdse relatie tussen gedrag en gezondheid. KPNI is echter niet alleen een academische aangelegenheid. Integendeel: het is een praktische wetenschap die een breed scala aan behandelmogelijkheden biedt voor obesitas, chronisch vermoeidheidssyndroom, prikkelbaredarmsyndroom, depressie en nog veel meer hedendaagse aandoeningen. Omdat deze toepasbaarheid in de gezondheidszorg bij kPNI centraal staat, wordt er gesproken van *klinische* PNI. Voeding in al haar vormen, beweging, psychosociale interventies, epigenetica, resoleomics en deep learning zijn enkele therapiepeilers binnen de klinische PNI.

Wetenschap in de praktijk

De werkwijze van de kPNI-therapeut is het resultaat van decennialang onderzoek en de effectiviteit ervan wordt door meer dan 3000 praktiserende therapeuten en artsen uit diverse landen onderschreven. De meeste kPNI-wetenschappers hebben jarenlang ervaring in de orthomoleculaire en (natuur)geneeskundige praktijk en zijn actief in de gezondheidszorg. In dit verband is het interessant om naar het ontstaan van de westerse geneeskunde te kijken. Rond 1200 bestudeerden de *doctores* aan de universiteit vooral de oude teksten van Hippocrates en

Galenus, terwijl barbiers-chirurgijnen (rondtrekkende kappers) de zieken opereerden. De vakwerklieden ontbrak het aan medisch-theoretische kennis, terwijl de praktische kennis omtrent het chirurgienwerk bij de *doctores* onbekend bleef. De geneeskunde kon zich pas ongehinderd verder ontwikkelen toen deze twee groepen in de Renaissance nauwer gingen samenwerken. Dit voorbeeld laat duidelijk zien dat theorie en praktijk niet los van elkaar behoren te staan binnen de (natuur)geneeskunde. De klinische PNI kiest daarom ook voor een praktisch-wetenschappelijke benadering, waardoor waardevolle wetenschappelijke kennis gemakkelijker zijn weg vindt in de alledaagse praktijk.

Een onmisbare aanvulling

Klinische PNI slaat niet alleen een brug tussen theorie en praktijk, ook op wetenschappelijk gebied worden essentiële verbanden gelegd. De belangrijkste disciplines die samen worden gebracht zijn psychologie, neurologie, immunologie, endocrinologie, evolutionaire biologie en epigenetica. Uit onderzoek komt naar voren dat de menselijke fysiologie en het externe milieu dynamisch interacteren. Een strikte opdeling in medische specialismen is vooral van belang binnen de spoedeisende geneeskunde, maar hindert het begrip, en daarmee uiteindelijk de behandeling, van minder acute (chronische) aandoeningen. Aan deze aandoeningen liggen vaak complexe interacties van psychologische, neurologische en immunologische aard ten grondslag; wanneer men slechts naar één van deze factoren zou kijken, wordt het onmogelijk voor het probleem in zijn totaliteit een bevredigende gezondheidsoplossing te vinden. Klinische PNI brengt de verschillende interacties nauwkeurig in kaart om tot een integraal beeld van de menselijke gezondheid te komen, op basis waarvan therapeutische strategieën worden opgesteld die voorbijgaan aan symptoombestrijding en het probleem bij de wortel aanpakken. Met deze totaalvisie vormt klinische PNI een onmisbare aanvulling op de eerstelijns gezondheidszorg.

Klinische epigenetica

Eén van de meest opzienbarende inzichten binnen de klinische PNI is dat onze genen minder invloed hebben op ons gedrag en onze gezondheid dan tot nu toe werd aangenomen. Het vakgebied dat deze invloeden bestudeert, wordt 'epigenetica' genoemd. Epigenetica werkt 'bovenop' de genetica. Ons genotype ligt in ons DNA gecodeerd, maar niet al onze genen komen tot uiting in ons fenotype. Welke genen aan of uit worden gezet, is afhankelijk van het epimechanisme. Dit mechanisme erven we van onze ouders en wordt beïnvloed door voeding, beweging, medicijngebruik en milieu. Zelfs de invloeden op het epimechanisme van onze ouders zijn erfelijk, zoals uit een omvangrijk Zweeds onderzoek naar voren is gekomen. Ook al zijn

de invloedrijke epigenetische factoren erfelijk, ze zijn gelukkig niet onomkeerbaar. Dit feit is één van de grondslagen van de kPNI-therapie: de positieve beïnvloeding van het epimechanisme om zo (chronische) aandoeningen te voorkomen en te genezen. Daarbij staan nutriëntrijke voeding, voldoende beweging, natuurlijke suppletie en een gezond milieu centraal.

Resoleomics

Een andere belangrijke peiler binnen de kPNI-therapie is *resoleomics*, dat afgeleid is van het Engelse werkwoord voor 'oplossen': *to resolve*. Binnen het genezingsproces stuurt *resoleomics* de fysiologische ontstekingsreactie aan, en biedt het lichaam daarmee een 'oplossing' voor een mogelijk levensbedreigend probleem. De evolutie heeft gezorgd voor een reactie op weefselschade waarbij het begin van de ontsteking ook direct het begin van het einde ervan inluidt. De genen die zorgen voor een gezonde ontstekingsreactie zijn miljoenen jaren geleden ontstaan, in een tijd waarin ons dieet voor een belangrijk deel uit vis, schaal- en schelpdieren bestond. Deze genen zijn niet veranderd, maar de omgeving waarin ze hun werk moeten doen heeft een revolutie doorgemaakt. Ontstekingsremmers, nutriëntarme voeding, bewegingsarmoede en andere moderne leefgewoonten hebben een versturende werking op onze genexpressie. De ontstekingsreactie zelf is in principe goed, maar in onze huidige leefomgeving kan deze veranderen in een chronische ontsteking, met als gevolg een verhoogd risico op het ontwikkelen van een keur aan hedendaagse aandoeningen, waaronder hart- en vaatziekten en diabetes. Om *resoleomics* goed zijn werk te kunnen laten doen, is het noodzakelijk onze eetgewoonten meer af te stemmen op het dieet waar onze genen evolutionair gezien het best mee overweg kunnen. Omega-3-vetzuren als EPA en DHA, arachidonzuur en natuurlijke bronnen van salicylzuur zijn daarbij onmisbaar om *resoleomics* efficiënt te laten verlopen.

De kracht van deep learning

Een krachtige behandelstrategie waarover de kPNI-therapeut beschikt is *deep learning*, ook wel 'diepgaand leren' genoemd. Deep learning is een leerproces dat de therapeut bij de cliënt teweeg wil brengen om een gewenste gedragsverandering in gang te zetten. Dit leerproces wordt gekenmerkt door een betere verinnerlijking van het geleerde, omdat de cliënt wordt gestimuleerd de nieuwe informatie te integreren in reeds aanwezige kennis. Algemeen doel is dat de cliënt met een actieve oplossingsgerichte houding en een gepaste positieve verwachting van de toekomst midden in zijn gezondheidsproblematiek komt te staan. De kPNI-therapeut functioneert hierbij als een coach die vragen van de cliënt beantwoordt en uitleg geeft over het klachtenbeeld, risicofactoren, verstoorde lichaamsprocessen en hoe dit

verbeterd kan worden. De therapie is persoonlijk, wetenschappelijk onderbouwd en stoelt op de inzet van de cliënt zelf. Een belangrijk gevolg is dat de cliënt zich serieus genomen voelt. Zo kunnen gevoelens van wanhoop en machteloosheid plaatsmaken voor motivatie en controlegevoel, wat een basisvoorwaarde is voor het succesvolle verloop van de therapie. De cliënt stuurt zo zelf mee richting gezondheid en is ook beter in staat om preventieve maatregelen te treffen voor de toekomst.

Van ziekenzorg naar gezondheidszorg

Klinische PNI is van groot belang voor de gezondheid van de moderne mens. De wetenschap ontdekt in toenemende mate dat we ons niet kunnen onttrekken aan onze evolutionaire achtergrond en de specifieke leefomgeving waarin we zijn ontstaan. Deze omgeving vormde samen met de sociale structuur van oudsher een kloppend geheel met het menselijk genoom. Inzicht en geïntegreerde kennis van voeding, immunologie, endocrinologie, neurologie, psychologie, sociologie en pathologie in heden en verleden creëert zo binnen de kPNI mogelijkheden om de gezondheid zo veel mogelijk te bevorderen en de ziektelast terug te dringen. Een groeiende groep van therapeuten, artsen en wetenschappers delen deze kennis en ervaring via seminars, opleidingen, universiteiten en andere samenwerkende instituten. Alleen in een dergelijke coöperatieve sfeer kan de ziekenzorg van deze tijd ook echt gezondheidszorg worden in de toekomst.

Voor meer informatie over klinische PNI en de toepassing ervan binnen de moderne orthomoleculaire en (natuur)geneeskundige praktijk kun u terecht op www.naturafoundation.nl. Hier vindt u ook meer informatie over de praktijkgerichte cursussen, opleidingen en de Master in klinische PNI.