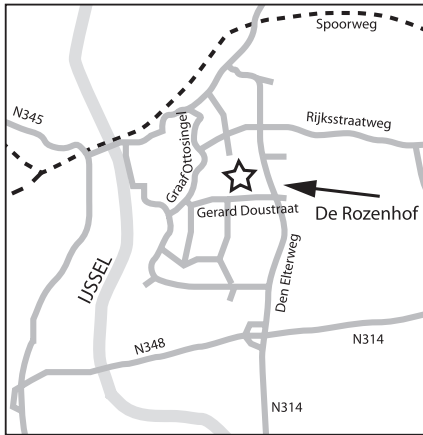


Informatie en aanmelding

Voor een afspraak of voor verdere informatie kunt u uw aanmelding of uw vraag, met uw naam en telefoonnummer, inspreken op de voice-mail van euritmie therapeut Johannes Treuren: 0575 - 776057. Hij neemt dan zo spoedig mogelijk contact met u op.

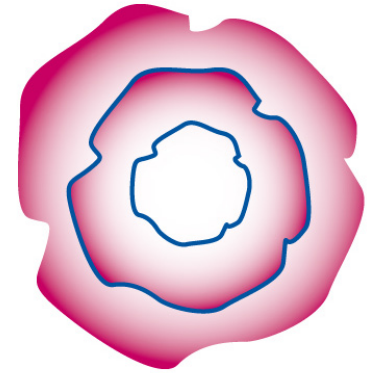


Een behandelperiode omvat over het algemeen 12 wekelijkse sessies van elk 30 minuten. De oefeningen dienen bij voorkeur dagelijks thuis herhaald te worden, iets wat 10 à 15 minuten in beslag neemt.

De kosten voor euritmie therapie zijn € 37,50,- (incl. BTW) per sessie. Als u aanvullend bent verzekerd bij uw zorgverzekeraar wordt de euritmie therapie over het algemeen geheel dan wel grotendeels vergoed.

Hartritme- stoornissen?

**U kunt er zélf
iets aan doen!**



**Euritmie therapie
in 'De Rozenhof'**



In deze folder vertellen twee patiënten over hun hartritme-stoornissen en hoe de euritmie therapie een sterke vermindering van hun klachten teweeg bracht.

Bij hartritmestoornissen is er over het algemeen sprake van een te sterke activiteit van het hart. In plaats van dat het hart ongemerkt zijn werk doet, voelen we heftige of onregelmatige hartkloppingen.

De euritmie therapie is een bewegings-therapie waarbij de aandacht geheel op de ledematen is gericht. We proberen intensief te voelen hoe onze ledematen-

spieren zich strekken en ontspannen, waarbij de handen en voeten, die sterk op de wereld om ons heen gericht zijn, een hoofdrol vervullen. Het gevolg van het concentreren op de ledematenspiers is dat de sterke activiteit van het hart wordt afgezwakt: de 'verkramping' van het hart wordt behandeld door er deze 'open', naar buiten gerichte ledematenbeweging tegenover te plaatsen.

Johannes Treuren heeft meer dan 10 jaar ervaring als euritmie therapeut, nadat hij daarvoor als bewegingsdocent in het voortgezet onderwijs heeft gewerkt. Hij wil graag bredere bekendheid geven aan de positieve invloed van euritmie therapie op hartkwalen.

J. Treuren
EURITMIETHERAPEUT
 THERAPEUTICUM
De Rozenhof

Paulus Potterstraat 12^c
7204 CV Zutphen

Tel 0575 77 60 57
(19.00 - 21.00 uur)

Een feit waar ik niet omheen kon

Eind jaren tachtig kreeg ik na een langere stressperiode last van heftige hartritmestoornissen. Via de huisarts kwam ik terecht bij de cardioloog. Na uitgebreid onderzoek kwam hij tot de conclusie dat normaal functioneren met deze frequentie eigenlijk onmogelijk was. Als medicijn kreeg ik Emcor 10mg voorgeschreven, met de boodschap dat ik mijn hele verdere leven last zou blijven houden van hartritmestoornissen.

Gedurende 16 jaar heb ik Emcor gebruikt. Niet continu, omdat de klachten ook wel eens een tijdje verdwenen. Maar ik ging nooit van huis weg zonder medicijnen. Als ik op vakantie ging en er bij Antwerpen achter zou komen dat ik mijn medicijnen vergeten was, dan zou ik terug naar huis rijden om ze op te halen. Ik voelde me totaal afhankelijk ervan.

Gedurende de zomer van 2003 werden de klachten steeds erger. Ik voerde zelf de dosering van Emcor stukje bij beetje op om de hartritmestoornissen de baas te blijven. Echter zonder resultaat. De ritmestoornissen beheersten ook na de vakantie mijn leven dusdanig dat ik contact opnam met mijn huisarts. Hij verwees mij naar de cardioloog en naar een euritmie therapeut.

Ik had nog nooit eerder gehoord van euritmie therapie. Met een instelling van 'baat het niet, dan schaadt het niet' begon ik eraan. Ik ben een nuchter persoon, maar wilde alles proberen om van mijn lastige problemen af te komen. En zowaar, na enkele weken werden mijn klachten minder. Aan het eind van de therapie waren de klachten helemaal verdwenen. Ik was stomverbaasd en begreep er echt geen sikkepit van. Maar het was een feit waar ik niet omheen kon.

Enkele weken na afloop van de therapie ging ik op vakantie, voor de eerste keer in 16 jaar zonder medicijnen. Immers, als ik klachten kreeg, kon ik mijn oefeningen doen. Zo had ik dus altijd mijn 'medicijn' bij me. Inmiddels ben ik twee jaar verder. Mijn ritmestoornissen komen incidenteel, na een stressperiode, terug. Iedere keer als ik dan aan mijn oefeningen begin, vraag ik me af of het deze keer óók weer gaat helpen. Maar het werkt iedere keer, iets waarover ik me blijf verbazen. Ik ben heel opgelucht dat ik mijn verdere leven niet meer ladingen medicijnen hoeft te slikken voor deze kwaal.

Ik slik geen medicijnen meer

Ik ben enkele jaren terug gedotterd aan een kransslagader. Mijn cardioloog vertelde dat mijn kransslagader misvormd was. De medicijnen die ik moest slikken maakten me moe. Ik kreeg mijn energie niet terug. Na twee jaar kreeg ik hartritmestoornissen, meestal in vakanties of net erna. Toen moest ik een nog groter aantal medicijnen slikken.

Een zoektocht begon. Een specialist in het Academisch Ziekenhuis in Maas-tricht vertelde me dat ik een aantal medicijnen niet meer hoefde in te nemen, terwijl uit onderzoek bleek dat mijn hart in perfecte conditie was. Ook mijn kransslagader was gezond. Ik heb daarnaast ook andere dingen geprobeerd, zoals acupunctuur. De behandelingen die ik volgde deden me goed, maar namen niet alle problemen weg.

Toen ik weer last van hartritmestoornissen kreeg, moest ik weer een berg medicijnen gaan slikken. Daarvan word ik erg neerslachtig. De hart-ritmestoornissen houden aan, ondanks de hoeveelheid medicijnen die ik slik. De cardioloog stelt voor om een behandeling te doen waarbij men in het hart met een laser enkele

beschadigingen aanbrengt (ablatie). Deze behandeling werkt voor een aantal patiënten. Omdat ik dit idee niet aantrekkelijk vond, ben ik naar mijn huisarts gegaan met de vraag of er andere behandelingen bekend zijn.

Via mijn huisarts kwam ik in contact met euritmie therapie. Na enkele weken therapie voel ik nog geen verbetering. Integendeel zelfs, vanaf dat moment krijg ik dagelijks last van hartritmestoornissen. Ik ben echter wel door blijven gaan met de oefeningen, omdat de oefeningen in mijn geval wellicht 'homeopatisch' werken (de klacht wordt eerst erger om daarna te genezen). De klachten werden na verloop van tijd inderdaad minder en bleven uiteindelijk weg.

Ik hoef geen behandeling meer te ondergaan en slik geen medicijnen meer. Tot dit moment (2006), heb ik niet het gevoel dat ik genezen ben, maar het heeft me wél geholpen. Dat volledige genezing bij mij een langdurig proces zal worden is wel duidelijk, maar het 15 minuten per dag blijven oefenen is iets wat ik daar graag voor over heb.