



Uitgave: Nummer 15, juni 2016

Beste leden van de VGNS,

In deze nieuwsbrief:

- Voorlopige uitslag enquête
- Ledendag
- Suggesties?
- Verandering contributiejaar
- Waarom lid zijn en blijven?
- Informeer je huisarts
- Website: aanvullingen PPP Mary Shomon en temperatuurmethode Broda Barnes

Voorlopige uitslag hypothyreoïdie-enquête

Vorig jaar werd er, onder supervisie van de Hogeschool Utrecht, een grootschalige landelijke enquête gehouden over kwaliteit van leven en tevredenheid bij patiënten met een verminderde schildklierwerking.

De volledige statistische verwerking van alle resultaten moet nog plaatsvinden. Onderzoekslidster, dr. Ellen Molewijk heeft een eerste verslag uitgebracht van de belangrijkste onderzoeksresultaten, gebaseerd op een deel (ca de helft) van de onderzoekspopulatie.

De belangrijkste bevindingen zijn:

- De kwaliteit van leven van behandelde hypothyreoïdiepatiënten is duidelijk verminderd ten opzichte van controlepersonen.
- Het dagelijks functioneren van deze patiënten is op veel punten verminderd.
- Deze patiënten zijn matig tot redelijk tevreden over de zorgverlening, maar minder tevreden over de verstrekte informatie over de ziekte en de behandeling.

Belangrijk en veelzeggend is de conclusie ten aanzien van medicatietevredenheid: patiënten

zijn matig tevreden over de therapie met merkloos levothyroxine en Thyrax. Meer tevredenheid is er over Euthyrox, Cytomel en Eltroxin.

De hoogste tevredenheid werd gerapporteerd over Thyroidum/dierlijk schildklierhormoon en Armour.

Een andere heel belangrijke conclusie:

Een grote meerderheid van de hypothyreoïdiepatiënten zegt klachten te ervaren ondanks een 'normale' TSH- en FT4-waarde. **Dat roept vragen op over de bruikbaarheid en de breedte van deze referentiewaarden bij het monitoren van de behandeling.**

Deze conclusie rechtvaardigt nog eens onze kritiek op de bestaande bloedbepalingen en ons pleidooi voor een betere diagnostiek. Immers, het hormoon doet zijn werk niet in het bloed maar in de cellen van het weefsel. Er is geen directe link tussen de waarden in het bloed gemeten en de beschikbaarheid van het hormoon in het weefsel. (zie voor uitgebreide uitleg ook het item de temperatuurmethode van Broda Barnes in deze nieuwsbrief)

U kunt het hele artikel van dr. Ellen Molewijk nalezen op onze website. [U vindt het hier](#)

Ledendag

Op 2 april hadden wij onze jaarlijkse ledendag met levendige discussies tijdens de ledenvergadering. Na een heerlijke lunch was het woord aan Mike Donkers die een lezing gaf over schildklier en voeding. Mike Donkers is een adept van (en de vertaler van het boek van) Weston Price, in Nederland uitgebracht onder de titel Voeding en fysieke degeneratie, ver-



Uitgave: Nummer 15, juni 2016

krijgbaar bij Succesboeken. De heer Meyroos van Succesboeken was net als voorgaande jaren weer met een uitgebreide boekentafel aanwezig.



Mike Donkers is een begenadigd verteller en helaas dreigde zijn spreektijd wat uit te lopen. Om iedereen nog even gelegenheid te geven voor een drankje alvorens de thuisreis te aangaan hebben wij tot onze spijt de vragenronde moeten stoppen nog voordat iedereen zijn of haar vraag had kunnen stellen. Voor hen is het misschien een idee om een kijkje te nemen op zijn website mikedonkers.com

Suggesties?

De ledendagen kennen tot nu toe een vast patroon. 's Morgens ontvangst met koffie/thee, daarna de ledenvergadering. Een lunch tijdens de middagpauze en 's middags één of twee lezingen, onderbroken door een pauze en een drankje als afsluiting van de dag.

Wat vindt u van deze invulling van de dag? Wij zouden het natuurlijk heel leuk vinden om te

horen dat u het allemaal prima vindt, maar misschien heeft u wel suggesties om het anders te doen. Bijvoorbeeld: er is nu niet heel veel tijd om kennis met elkaar te maken en ervaringen uit te wisselen, dus u zou langere pauzes willen of zelfs een ledendag die geheel in het teken staat van meet & greet. Of wellicht heeft u suggesties voor een thema dat u graag besproken zou willen zien. Of heeft u/is er alleen maar behoefte aan een arts of apotheker aan wie u al uw vragen kunt stellen.

Als u suggesties heeft laat het ons weten via een mail naar secretaris@vgns.info.

Verandering contributiejaar

Binnenkort ontvangt u de factuur voor het komende contributiejaar.

Er blijkt bij (aspirant) nieuwe leden veel verwarring te ontstaan over het bedrag van de te betalen contributie omdat het contributiejaar niet loopt van 1 januari tot en met 31 december, maar van 1 augustus tot en met 31 juli. Daarom is besloten om het contributiejaar met ingang van dit jaar gelijk te laten lopen met het kalenderjaar. In dit overgangsjaar geldt dat bestaande leden die in juni de factuur krijgen voor het komende contributiejaar vanaf augustus € 20 betalen en dan lid zijn tot eind 2017.

U krijgt dus 5 maanden cadeau.

Nieuwe leden die zich aanmelden vanaf 1 augustus betalen ook € 20 en zijn lid tot eind 2017.

Nieuwe leden die zich dit jaar aangemeld hebben tussen 1 mei en 31 juli zijn lid t/m december 2016 en krijgen in december een factuur voor het lidmaatschapsjaar 2017.

Vanaf 1 januari 2017 geldt dat wie tussen



Uitgave: Nummer 15, juni 2016

1 januari en 1 september lid wordt € 20 betaalt en wie vanaf 1 september lid wordt betaalt ook € 20 maar is dan lid tot eind van het volgende jaar.

Bij de verzending van de facturen zal de mogelijkheid van incasso worden aangeboden en u gevraagd worden of u wel of geen toestemming daartoe geeft.

Waarom lid zijn en blijven?

Individuele keuze van medicatie, de verkrijgbaarheid van Natuurlijk Schildklierhormoon, het is helaas geen vanzelfsprekendheid of zekerheid voor de toekomst.

Natuurlijk Schildklierhormoon wordt slechts gedoogd krachtens het besluit van de Inspectie voor de Gezondheidszorg (IGZ) van 29 maart 2010.

Het gebruik van dierlijke schildklierhormoonpreparaten wordt zelfs ontraden in de Richtlijn Schildklierfunctiestoornissen revisie 2012. Deze richtlijn geeft het protocol aan, dus hoe artsen dienen te handelen bij de diagnostisering en behandeling.

Primaire doelstelling van de VGNS is om bij de volgende revisie van de Richtlijn in 2017 het Natuurlijk Schildklierhormoon een echte plaats te geven binnen de schildkliermedicatie.

Hoe groter onze achterban hoe sterker wij staan om deze doelstelling geaccepteerd te krijgen. Blijf de VGNS dus steunen met uw lidmaatschap!

Informeer je huisarts

De meeste artsen zijn niet bereid om natuurlijk schildklierhormoon voor te schrijven. Onbekendheid met het medicijn en onwetendheid

omtrent de toepassing en werking weerhoudt hen daarvan. En het protocol natuurlijk waarin het gebruik van dierlijk schildklierhormoon wordt ontraden.

Er staat een informatief stuk op onze website (onder het item Moet je Weten!) dat speciaal werd geschreven voor artsen, [De gemiddelde patiënt bestaat niet! Een pleidooi voor patiënt-gerichte diagnostisering en behandeling van Hypothyreoïdie.](#)

Maak uw arts attent op dit informatieve artikel, print het eventueel uit en neem het mee naar een volgend bezoek. Wellicht brengt het artikel uw arts op andere gedachten en is hij of zij bereid om in de toekomst wel het recept voor uw natuurlijke schildkliermedicatie uit te schrijven.

Er zijn nu zo'n 300 artsen in Nederland die dat al doen. Laten wij met z'n allen proberen om dat aantal te verhogen. Hoe meer artsen, hoe sterker wij staan! En mocht uw arts natuurlijk schildklierhormoon voorschrijven maar nog niet op onze artsenlijst staan, vraag of hij of zij bezwaar heeft tegen vermelding van naam en adres op onze lijst. Indien de arts daartegen geen bezwaar heeft geef dit dan even door aan secretaris@vgns.info dan neem ik contact op met de betreffende arts.

Website

[Aanvullingen PPP Mary Shomon](#)

In de vorige nieuwsbrief berichtten wij dat de PowerPoint Presentatie van schildklieractiviste Mary Shomon op het alleen voor leden toegankelijke deel van de website was geplaatst. De PPP is in het Engels. Wij beloofden te werken aan de Nederlandse vertaling en een aantal belangrijke onderdelen van de PPP nader toe



Uitgave: Nummer 15, juni 2016

te lichten. Het gedeelte over schildkliertesten is inmiddels klaar. Bij de vertaling zijn de Amerikaanse notaties van de bloedbepalingen omgezet naar de in Nederland gebruikelijke notatie. De vertaling en de toelichting vindt u bij de PPP op het ledengedeelte van de website waarop u kunt inloggen met uw emailadres en inlogcode.

Temperatuurmethode Broda Barnes

Het item Diagnostiek is uitgebreid met [de temperatuurmethode van Broda Barnes](#). Niet bekend bij de meeste artsen, deze makkelijke en goedkope (het kost niets) methode. Natuurartsen werken er wel mee.

Waarom zijn bloedtesten, zoals bijvoorbeeld de TSH-test, niet optimaal om vast te stellen of er sprake is van een te traag of een te snel werkende schildklier?

Het antwoord is simpel: de hoeveelheid schildklierhormoon in de bloedsomloop zegt helemaal niets over hoeveel daarvan daadwerkelijk door de cellen van het lichaam wordt gebruikt. De cellen zijn de plekken waar het hormoon zijn werk doet en niet in het bloed. Per weefsel en per individu kan de concentratie hormoon die vanuit het bloed het weefsel (cellen) kan binnendringen verschillen. Er is dus geen directe link tussen de waarden in het bloed gemeten en de beschikbaarheid van het hormoon in het weefsel.

Ontevreden over de bestaande testen zocht Broda Barnes verder en werd zo de grondlegger van de door hem ontwikkelde temperatuurmethode welke hij gedurende tientallen jaren met groot succes heeft toegepast in zijn eigen praktijk.

Mede namens de overige bestuursleden wens ik u allen een fijne, zonnige zomer toe.

Anneke Spaaks, secretaris