Heksenjacht op een pionier

I

Miek Jong.

De met uit elkaar geschroefde meubels en matrassen gevulde verhuisbus staat voor de deur. De woonkamer van een Koedijkse woning is leeg op een bank en verhuisdozen na. De bewoners verruilen Koedijk voor Zweden. Het vertrek verraadt een slepende strijd die onderzoekster Miek Jong te veel werd. „Vluchten? Nee, dat is te zwaar. Het is wel een bewuste keuze om het rustiger aan te doen", zegt ze over het vertrek. Jarenlang bleef ze in de luwte en deed geen interviews, uit angst voor sceptici en de vereniging tegen de kwakzalverij. Nu doet ze haar verhaal, want ze gaat definitief naar Zweden. „Ik vertrek toch", zegt ze tussen de verhuisdozen.

Jong waagde zich aan onderzoek waar weinig mensen de vingers aan wilden branden. Bij het Louis Bolk Instituut in Bunnik onderzocht ze de afgelopen tien jaar complementaire en alternatieve behandelwijzen, zoals meditatie, hypnotherapie, homeopathie en specifieke diëten. De insteek was vrij simpel, zegt ze. Ze wilde onderzoek doen naar minder gangbare behandelwijzen. 'Hoe kun je zeggen dat het niet werkt, als er geen onderzoek naar wordt gedaan.'

„Ik heb tien jaar gepionierd. Keihard gewerkt en echt iets neergezet. Meer dan 30 wetenschappelijke publicaties. Het wordt nu bij een aantal universiteiten als een serieus onderzoeksonderwerp gezien, dat was tien jaar geleden wel heel anders. Er is nu echt aandacht voor het onderwerp."

'Ik deed hardcore wetenschap en opeens ging ik bij een homeopathische winkel werken'

strijden. Haar onderzoek was gericht op de bestrijding van hart- en vaatziekten.

De onderzoekster zag dat dit niet de oplossing was. Gentherapie paste eigenlijk niet bij haar kijk op ziekte en gezondheid. Ze licht toe. „Alsof gedrag en leefstijl geen invloed hebben op de gezondheid. Als mens wil je toch ook zelf iets aan je gezondheid kunnen doen."

Het roer ging om. Ze verruilde de academische wereld van Leiden voor de homeopathische fabrikant VSM-geneesmiddelen in Alkmaar. Dat kwam als een bom binnen in Leiden, weet Jong nog. „Ze vielen daar van hun stoel. Ik deed hardcore wetenschap en opeens ging ik bij een homeopathisch bedrijf werken."

Onzin

De interesse kwam niet helemaal uit de lucht vallen. Als kind kwam ze er al mee in aanraking, omdat haar ouders al open stonden voor alternatieve behandelwijzen. Toen wilde ze al weten of het onzin was of niet. Het plan was om rond haar vijftigste levensjaar een carrièreswitch te maken. Dat kwam iets eerder, zegt ze lachend. „Ik was toen pas 33 jaar."

Homeopathie, ostheopathie, mindfulness en hypnotherapie moesten onder de loep.

Bij VSM wilde ze van binnenuit onderzoek doen. Dat ze daar werkte was meteen de eerste hindernis, weet ze nog. „Ik wilde het van dichtbij zien. Omdat ik bij een homeopathische geneesmiddelenfabrikant werkte, werd ik niet als objectief gezien in de wetenschappelijke wereld."

Ze is trots op haar werk, maar ze moest er een hoge prijs voor betalen. „Ik werkte meer dan 60 uur per week en reisde veel voor het onderzoek naar het buitenland. Ik had twee jaar geleden een behoorlijke burn-out. Pionieren vereist altijd dat je veel meer uren moet werken omdat er nog weinig aandacht was voor dit onderwerp."

Ze is geboren in 't Veld, heeft op de vrije school in Bergen gezeten, maar heeft het grootste deel van haar leven in Koedijk gewoond. Eind jaren negentig blonk ze uit in regulier medisch onderzoek aan de Universiteit van Leiden. Ze had zich gespecialiseerd in gentherapie: Een aangetast gen kan vervangen worden door een gezond gen om bijvoorbeeld een ziekte te be-

Miek Jong II

De volgende stap was een instituut vinden dat haar kon helpen. Vooral bij onderzoek naar homeopathie komt er veel weerstand naar boven, vertelt ze. „Het kan niet werken. Het is hocus pocus. Niemand bij een universiteit zag het zitten."

Door de sceptische geluiden voelde het als een heksenjacht en zij was de heks. „Het probleem is dat veel artsen ervan uit gaan dat alternatieve behandelwijzen onzin zijn, dus waarom zou je het onderzoeken? Maar dat is een cirkelberedenering. Als het onzin is, dan is er onderzoek nodig om dat te bewijzen. Het is ook noodzakelijk. Er zijn enorm veel mensen in Nederland die gebruik maken van dit soort behandelwijzen. Veertig procent van de kinderen met kan-

40%

Miek Jong III

ker en 86 procent van de patiënten met gewrichtsklachten."

86 %

Mondiger

Het wordt steeds beter bespreekbaar met artsen, weet ze. „Vroeger kwamen mensen bij de homeopaat als ze uitbehandeld waren. Uit wanhoop. Nu doe je het erbij. De patiënt is mondiger geworden. Die accepteert niet zomaar wat de arts vertelt, hij gaat zelf kijken op internet wat hij kan doen."

Ze vond soelaas bij het Louis Bolk instituut, dat durfde het onderzoek aan. Jong moest wel zelf fondsen werven. „Ik heb door de jaren heen zo'n 5 miljoen euro bij elkaar geschraapt voor het onderzoek." En in Zweden vond ze onderdak bij de Mid Sweden University, waar ze 'associate-professor' werd.

Eenmaal op gang heeft ze mooie vondsten gedaan, zegt ze.

Hypnose werkt, stelt Jong. „Dat is inmiddels ook geïntegreerd in de kindergeneeskunde. Het werkt bijvoorbeeld bij hoofd- of buikpijn. Als kinderen stress ervaren slaat het vaak op de buik. Bij hypnose laat je de kinderen fantaseren over een veilige plek, waardoor stress en pijn kunnen afnemen.

Miek Jong IV

hart- en vaatziekten kan voorkomen. En ik voel me er zelf ook beter bij."

En ze mediteert. „Iedere ochtend bereid ik me zo voor op wat er komen gaat en 's avonds verwerk ik het om de drukte van de dag weer los te kunnen laten." Vooral het wandelend mediteren heeft haar geholpen. Dat ontdekte ze, toen ze overspannen was. „Mediterend wandelen is dat je bij het wandelen heel bewust bent van iedere stap en van alles wat je om je heen ziet. Ik leef nu anders. Ik heb bijvoorbeeld geleerd om iedere vijftig minuten even iets anders te gaan doen. Als is het maar een minuut even diep ademhalen. Daarnaast ga ik elke dag wandelen voor de ontspanning."

De fundamenten voor het onderzoek naar alternatieve geneesmethoden in Nederland zijn gelegd, het is nu aan een ander om dat voort te zetten, zegt ze. „Ik ga nu fulltime aan het werk bij Mid Sweden University en op een iets lager pitje dan hier in Nederland. De mooie bossen van Zweden waarin we wonen, de rust en de ruimte. Heerlijk", vindt ze.

Dominic Schijven