



Praktijk voor Stress Therapie 'Penta'  
Reidans 68  
2907 TD Capelle aan den IJssel  
Tel: 010 – 442 59 86

# GENEZING, hoe gaat dat eigenlijk?

## Een voorbeeld van het zelfhelend vermogen van het lichaam.

“Temidden van alle verwarring en onwetendheid is het enige dat we met zekerheid kunnen zeggen dat het zelfhelend vermogen van het lichaam, het leren van ervaringen en het zichzelf beschermen tegen allerlei gevaren vele malen groter is dan we ons ooit kunnen voorstellen”, aldus de Amerikaanse arts dr. Vernon Coleman.

Neem het voorbeeld van jezelf in je vinger snijden. Hierbij moeten we even stilstaan bij de bloedsomloop van het lichaam. Om te overleven en goed te functioneren, heeft het lichaam een goede, constante bloedtoevoer nodig. Het bloed voorziet de spieren van de nodige hoeveelheid voeding en zuurstof. Het is het bloed dat de afvalstoffen afvoert en ervoor zorgt dat chemicaliën en hormonen snel en efficiënt door het lichaam vervoerd worden. Je hart, een sterke pomp, verzekert je ervan dat er iedere minuut van iedere dag van je hele leven tussen de 5,5 en 28 liter bloed door je aderen stroomt. Als om de een of andere reden de pomp stopt met werken of de bloedtoevoer stagneert, is overleven nog slechts een kwestie van minuten. Omdat het bloed een vloeistof is en daardoor gemakkelijk verloren kan gaan in het geval van schade aan een ader, heeft het lichaam een zeer effectief en efficiënt systeem ontwikkeld om ernstige lekkage te voorkomen.

Bepaalde proteïnen die in het bloed aanwezig zijn, vormen vanzelf een beschermend ‘vangnetje’ wanneer ze door beschadigde aderen stromen. Dit net ‘vangt’ bloedlichaampjes en vormt heel snel een bloedstolsel om de wond te dichten. Een speciaal mechanisme zorgt ervoor dat dit stolsel zich niet al vormt als er nog niet voldoende bloed bij de wond aanwezig is om de wond te zuiveren van vuil en bacteriën. Een ander mechanisme zorgt ervoor dat er niet per ongeluk bloedstolsels gevormd worden als er geen lek is.

Zodra het bloedstolsel is gevormd en het lek heeft gedicht, geven de beschadigde cellen een stof af aan het weefsel, waardoor de aderen in dat gebied groter worden en er meer bloed naar het beschadigde gebied wordt gestuurd. Hierdoor wordt dat gebied rood, gezwollen en warm. De warmte vernietigt het geïnfecteerde weefsel en de zwelling zorgt ervoor dat het gewonde gebied niet te veel gebruikt kan worden. Hierdoor fungeert de pijn en de stijfheid als een natuurlijke spalk.

Witte bloedlichaampjes, die naar het gebied vervoerd worden, helpen mee door eventueel aanwezig vuil en bacteriën ‘op te eten’. Als deze reinigende bloedlichaampjes helemaal vol vuil zitten en hun taak verricht hebben, worden ze door het lichaam uitgestoten als pus. Wanneer al het vuil van de plek is opgeruimd en er geen infectie meer is, kan de wond beginnen te genezen.

Als het stollingsmechanisme niet snel genoeg of afdoende de wond dicht om ernstig bloedverlies te voorkomen, stelt het lichaam een ander mechanisme in werking om de situatie alsnog te verhelpen: aderen die het gewonde gebied van bloed voorzien zullen gaan samentrekken om verder bloedverlies te beperken en de bloedtoevoer naar vitale organen veilig te stellen. De rode bloedlichaampjes zullen zich sneller gaan vermeerderen, om de verloren cellen te vervangen.

Ten slotte, wanneer je een grote hoeveelheid bloed verliest of wanneer de bloeddruk plotseling vermindert, zul je flauwvallen. Dit is een mechanisme van het lichaam om zich ervan te verzekeren dat de hersenen voldoende bloed blijven krijgen. Wanneer je nl. plat ligt, kan het bloed de hersenen gemakkelijker bereiken. Als het een relatief gering bloedverlies betreft of een tijdelijke verlaging van de bloeddruk, zul je vrij snel weer rechtop kunnen gaan zitten.