

Die winterslaap?

Ik heb het **niet meer nodig!**

Jarenlang verlangde ik ernaar om een dier te zijn. Zo'n dier wat lekker een winterslaap kan houden. Dat ik, zodra de dagen korter worden en de temperaturen omlaag gaan, me op zou kunnen rollen in mijn warme bed, om weer wakker te worden van de eerste stralen van de lentezon. Misschien dat ik dan eindelijk eens van die chronische vermoeidheidsklachten af zou komen.

Voor al de koude wintermaanden vond ik vreselijk. 's Morgens als ik opstond was het donker en 's avonds, als ik weer thuis kwam, was er ook geen daglicht meer te bekennen. Het maakte me doodmoe. 's Zomers heb ik niet wat meer energie, maar 's winters sleepte ik me naar mijn werk om 's avonds uitgeput op de bank neer te ploffen. De vermoeidheid had ook effect op mijn concentratievermogen. Die opleiding die ik voor mijn werk moest doen, was gewoon een ramp. En dat terwijl ik vroeger toch heel makkelijk leerde.

OVERBELASTE LEVER

Toen ik het er op mijn werk weer eens over had dat ik altijd zo moe ben, raadde een collega mij Michiel Bornkamp aan. Ik snapte niet wat een osteopaat nu aan mijn klachten zou kunnen doen, maar ik heb toch een afspraak gemaakt. Ik heb eerst uitgebreid mijn verhaal kunnen doen en daarna heeft Michiel mij onderzocht. Mijn lever bleek overbelast en dat terwijl ik vrijwel nooit alcohol drink! Wie had dat nu kunnen denken? Gelukkig legde Michiel me uit dat er meer boosdoeners zijn die een dergelijke invloed op je lever hebben, zoals stress en een verkeerd voedingspatroon.

LEUKE DINGEN DOEN

Die eerste behandeling weet ik nog precies. Er kwamen helemaal geen apparaten of medicijnen aan te pas, maar er werden wat zachte rek- en mobiliserende technieken gedaan. Michiel raadde me aan extra te drinken om de vrijgekomen afvalstoffen af te kunnen voeren. Na die eerste behandeling was ik misschien nog wel vermoeider dan voorheen, maar de volgende dag stond ik heerlijk fit op. Ik wist niet wat me overkwam! Ik heb nu een aantal behandelingen gehad en ik voel me gewoon als herboren. Ik weet gewoon niet wat me overkomt, wat is dit heerlijk! Volgende week ga ik gezellig met een vriendin naar de film, dat is in geen jaren gebeurd. Daar had ik gewoon de fut niet voor.

En die winterslaap? Nee hoor, mij niet gezien, zonde van mijn tijd. Ik ga liever leuke dingen doen!

*Ik voel me als
herboren*



Bornkamp Osteopathie

Dotterbloem 9, 2408 LA Alphen aan den Rijn
Huijgenstraat 1, 2271 BV Voorburg
06-13735703 • info@bornkamposteopathie.nl
www.bornkamposteopathie.nl