

NOOR PRENT / TINEKE SCHAPER

# Leven zonder vaccinaties



BEVORDER WEERSTAND,  
BEGELEID ZIEKTE

– OUDERS AAN HET WOORD –

Noor Prent en Tineke Schaper

# Leven zonder vaccinaties

*Bevorder weerstand, begeleid ziekte  
Ouders aan het woord*



AnkhHermes

# Inhoud

---

Voorwoord	7
Inleiding	11
Deel een	13
Verhalen van ouders	
Deel twee	81
Bevorder weerstand, begeleid ziekte	
Inleiding	83
Natuurlijke weerstand	87
Koorts is geen ziekte, het is de uiting van je eigen genezende kracht	95
Angst of vertrouwen	102
Aanvullende geneeskundige visies	107
Wat kun je als ouder zelf doen als je kind ziek is?	112
Gevaccineerde en ongevaccineerde kinderen	117
Bof	119
Difterie	121
Hepatitis B	124
Haemophilus Influenzae type B (Hib), pneumokokken- en meningokokkeninfecties	126
Kinkhoest	131
Krentenbaard	136
Mazelen	138
Polio	142
RS-virusziekte	147
Rodehond	150

---

Leven zonder vaccinaties

Roodvonk	152
Tetanus	156
Vijfde ziekte, zesde ziekte en hand-voet-mondziekte	158
Waterpokken	163
Nawoord	167
Inspiratiebronnen	169
Noten	173

# Voorwoord

---

Steeds meer ouders stellen zich vragen bij de veiligheid van vaccinatie, en steeds meer ouders kiezen er bewust voor om hun kinderen niet te laten vaccineren. Toch zijn er nog veel ouders die het niet aandurven, die zich afvragen of ze hun kinderen niet in gevaar brengen door hen niet te laten vaccineren.

Ouders die hun kinderen niet laten vaccineren, worden als onverantwoordelijk bestempeld en bang gemaakt voor levensbedreigende ziekten. Je moet heel goed geïnformeerd zijn en bovendien stevig in je schoenen staan om je daardoor niet te laten overdonderen.

Vaccinatie is volgens de gangbare opvatting levensreddend. Virale en bacteriële infecties worden beschouwd als gevaarlijk en dodelijk en moeten koste wat kost uitgeroeid worden.

Virale en bacteriële infecties waren vroeger inderdaad vaak dodelijk. Tijdens epidemieën stierven duizenden of zelfs miljoenen mensen. Dat was het gevolg van de omstandigheden waarin men leefde, die de immuniteit sterk verzwakten en besmetting stimuleerden: onvoldoende hygiëne, geen toiletten, geen riolering, besmet drinkwater, slecht geventileerde woningen, overbevolking in de steden, honger, ondervoeding, enzovoort.

In Nederland en België zijn infectieziekten nog zelden levensbedreigend, behalve bij onderliggende ziektebeelden en wanneer het immuunsysteem sterk verzwakt is. De infectieziekten waartegen men baby's en kinderen vaccineert zijn in de meeste gevallen mild en zonder complicaties.

Het is trouwens een misverstand dat men de ziekten waartegen men gevaccineerd is, niet meer kan krijgen. Af en toe is er een uitbraak van een

infectieziekte zoals mazelen, bof of kinkhoest, ondanks de hoge vaccinatiegraad. Zowel gevaccineerden als niet-gevaccineerden krijgen de ziekte.

Het is opvallend dat men in het Westen vooral de kinderziekten moeilijk onder controle krijgt. Dat zijn de ziekten waarvan verschillende wetenschappers menen dat ze een normaal en zelfs noodzakelijk onderdeel zijn van de ontwikkeling van het immuunsysteem. Ook griep krijgt men niet onder controle, ondanks jaarlijkse vaccinatie.

Infectieziekten die vroeger veel voorkwamen als gevolg van slechte hygiënische omstandigheden, zoals cholera en paratyfus, komen hier nog nauwelijks voor, ook al wordt er niet tegen gevaccineerd.

Het vaccinatiebeleid wekt ook de indruk dat de natuurlijke immuniteit inferieur is aan immuniteit door vaccinatie. Vaccinatie activeert het immuunsysteem, maar op een andere manier dan natuurlijke infectie. Hoewel op dit moment nog grotendeels onbekend is wat vaccinatie met het complexe immuunsysteem doet, zijn er voldoende aanwijzingen dat vaccinatie de natuurlijke immuniteit vooral verstoort. Vaccinatie maakt niet immuun en beschermt niet tegen alle potentiële infecties. De enige doeltreffende bescherming tegen alle infectieziekten is een goed werkend immuunsysteem.

De meest gestelde vragen van ouders die erover denken om hun kinderen niet te laten vaccineren – of ouders die het al beslist hebben – zijn: ‘Wat moet ik dan doen om mijn kind op een natuurlijke manier te beschermen tegen infectieziekten?’ en ‘Wat doe ik als mijn kind ziek wordt?’

Dit boek biedt een tweeledig antwoord op deze vragen. De ervaringen van ouders die ervoor gekozen hebben hun kinderen niet te laten vaccineren, kunnen andere ouders helpen bij hun eigen zoektocht en hen geruststellen. De meeste kinderen die niet gevaccineerd zijn, maar een bewuste, gezonde (op)voeding krijgen, zijn namelijk verrassend weinig ziek in tegenstelling tot veel kinderen die wel gevaccineerd zijn. Ze hebben veel minder last van terugkerende neus-keel-oorinfecties en allergieën. Ze krijgen wel de kinderziekten, maar in de meerderheid van

de gevallen hebben ze daar niet eens veel last van. Nog maar enkele generaties geleden – voor men massaal begon met vaccineren – waren kinderziekten heel normaal, niemand maakte zich daar druk om. Het was gewoon iets waar kinderen doorheen moesten.

In het tweede deel van het boek worden de infectieziekten besproken die kinderen kunnen krijgen (ook als ze gevaccineerd zijn) en wordt uitgelegd hoe je de natuurlijke weerstand daartegen kan verhogen en wat je kan doen om het ziekteproces zonder complicaties te laten verlopen.

Dit boek is een onmisbare leidraad voor alle ouders die ervoor kiezen om de natuurlijke, zelfgenezende kracht van het lichaam zijn werk te laten doen en optimaal te ondersteunen met voeding, rust, aandacht en natuurlijke middelen.

Hilde Maris  
Medisch journalist en hoofdredactrice van  
het tijdschrift *PlaceboNocebo*.

# Inleiding

---

Vaccineren is voor veel ouders in 2018 niet meer vanzelfsprekend. Er zijn steeds meer ouders die kritisch nadenken over de voor- en nadelen van vaccineren en niet meer automatisch meedoen aan het Rijksvaccinatieprogramma. In de voordrachten en bijeenkomsten die wij als consultatiearts en klassiek homeopaat geven rond het thema vaccinaties ontmoeten we ouders met veel twijfel rondom dit onderwerp. We krijgen vragen van ouders met twijfel over het vroege tijdstip van vaccinaties in het leven van hun kind. Ook bestaat er twijfel over de hoeveelheid vaccins in het eerste jaar en over de hulpstoffen in de vaccins. Over deze onderwerpen is weliswaar veel literatuur te vinden, maar toch voelen veel van deze ouders zich alleen staan in hun vragen en twijfel over wel of niet vaccineren.

Ze kennen niemand in hun buurt die hier ook twijfels over heeft en durven er vaak niet over te spreken. Vanuit onze praktijken hebben we bijeenkomsten met ouders tot stand kunnen brengen, informatieavonden waar ouders elkaar ontmoeten, hun twijfels en ervaringen uitwisselen en elkaar kunnen steunen in de dingen waarmee ze geconfronteerd worden als ze kritische vragen stellen, zoals reacties van vrienden en familie, het consultatiebureau, het kinderdagverblijf en de bureaus. Deze groep ouders groeit gestaag en kan niet worden beschouwd als louter geloofsfanatici, natuurfreaks of antroposofen. Het zijn weldenkende ouders die zich verdiept hebben in de materie en het niveau van de discussie stijgt ver uit boven het door de voorstanders van vaccinaties bestempelde 'huisvrouwenpraat'.

Een deel van deze ouders heeft het besluit genomen om hun kinderen niet of later te laten vaccineren om allerlei verschillende redenen. Het betreft ouders die enerzijds intuïtief voelen dat vaccineren niet alleen



maar goed is voor hun kind en anderzijds zich grondig hebben verdiept in de nationale en internationale literatuur die over dit onderwerp bestaat. Ouders die van mening zijn dat het vaccineren op zo'n jonge leeftijd schadelijk kan zijn voor een gezonde ontwikkeling van het immuunsysteem van hun kind. Ouders die er vertrouwen in hebben dat hun kind, mocht het ziek worden, deze ziekte aankan en er 'beter' van wordt. Ouders die van mening zijn dat er andere, wellicht betere manieren zijn om het immuunsysteem van kinderen te versterken. Ouders die als pioniers ingaan tegen de nu nog gevestigde orde en een weloverwogen besluit hebben genomen.

Een aantal van deze ouders hebben we gevraagd om hun ervaringen in het proces van besluitvorming rond vaccinaties met ons te delen en op schrift te stellen. Een selectie hiervan is verzameld in het eerste deel van het boek. Iedere ervaring bevat aspecten die je als ouder wel, of juist niet, herkent in je zoektocht naar wat het beste is voor je kind. We hopen dat hun verhalen ook een steun kunnen zijn voor andere ouders die vragen stellen en twijfel hebben of vaccinaties de enige manier zijn om de gezondheid van hun kind te waarborgen.

De vraag: 'Maar wat kunnen we dan wel doen als ons kind ziek wordt?' wordt ons vaak gesteld. Als antwoord op deze vraag hebben we het tweede deel van dit boek geschreven. Dit deel is gewijd aan een korte beschrijving van de ziekten die in de kinderleeftijd voorkomen. Daarnaast geven we handvatten hoe je de weerstand van je kind kunt bevorderen, hoe je omgaat met koorts en hoe je de verschillende kinder- en andere ziekten kunt begeleiden. We hopen dat dit boek een steun kan zijn voor ouders die op hun eigen wijze een andere weg willen onderzoeken in het omgaan met ziekte en gezondheid. Gezien de noodzakelijk beperkte omvang van dit boek kunnen we niet volledig zijn in ons aanbod van alle mogelijke manieren om met ziekte om te gaan. Literatuur hierover is aan het eind van het boek te vinden.

Deel een

---

Verhalen van ouders

In Nederland krijgen alle ouders van kinderen tussen de 6 en 8 weken een oproep om hun kind te laten vaccineren tegen gevaarlijke en ogenschijnlijk dodelijke infectieziekten die op de kinderleeftijd kunnen voorkomen. De ‘uitnodiging’ van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) is dusdanig opgesteld dat het lijkt alsof vaccineren verplicht is. Veel ouders weten niet dat vaccineren een keuze is die, net als al het medisch ingrijpen, gepaard gaat met risico’s waarover je gedegen geïnformeerd moet worden.

De informatie over de incidentie, ernst en complicaties van de ziekten waartegen wordt gevaccineerd is eenzijdig en er wordt geen onderzoek gedaan naar het verschil in gezondheid van gevaccineerde en niet-gevaccineerde kinderen. Evenmin zijn er onderzoeken gedaan naar de effectiviteit en veiligheid van de vaccins. Mede door het gebrek aan deze wetenschappelijke onderbouwing zetten steeds meer ouders kritische kanttekeningen bij het tijdstip, de hoeveelheid en de noodzaak van de vaccins voor jonge kinderen. Deze ouders maken een bewuste keuze om hun eigen weg te zoeken en op een andere manier met het vaccinatieprogramma om te gaan.

Je vindt hieronder enkele van hun ervaringen.

---

Toen ik in verwachting was van onze dochter, zochten we informatie over het wel of niet vaccineren van kinderen. We lazen de informatie van de overheid over het Rijksvaccinatieprogramma (RVP), maar hadden het gevoel dat dat niet het hele verhaal was. De informatie voelde eenzijdig. Hoewel we ergens wel een zin tegenkwamen die meldde

dat vaccineren niet verplicht is, werd die zin meteen gevolgd door iets in de strekking van ‘maar de meeste mensen doen het wel’. Ongevoelig voor dit soort groepsdruk wilden we deze keuze zelf maken en ons niet laten dicteren door wat de meeste mensen doen. Daarom gingen we op zoek naar meer informatie over vaccineren en niet vaccineren. Kun je ervoor kiezen je kind niet te vaccineren? Zijn er risico’s, en wat doe je als je ongevaccineerde kind ziek wordt? Antwoord op deze vragen vonden we in het boek *Vaccineren – kan het ook anders?* Het was precies wat we nodig hadden. Zonder ons naar de ene of de andere beslissing te sturen gaf het boek ons de andere kant van het verhaal, de kant die we misten in de informatie over het RVP. Het boek liet ons zien dat we kinderen ook op een natuurlijke manier kunnen ondersteunen om te voorkomen dat ze ziek worden en te zorgen dat ze ziekte goed doorkomen.

We voelden ons gesteund in ons gevoel dat het ook zonder vaccinaties kan en kozen er uiteindelijk voor om onze dochter niet te laten inenten. Een van onze belangrijkste beweegredenen om dat niet te doen was dat we ziekte niet zien als iets dat er niet mag zijn. Begrijp me niet verkeerd: ik verheug me net zomin als ieder ander op ziek zijn en steun waar ik kan mijn immuunsysteem om dit te voorkomen. Maar als ik toch ziek word, dan zie ik dat als een teken dat mijn lichaam rust, tijd en extra zorg nodig heeft om te doen wat het moet doen om weer gezond te worden. Vaak zegt ziekte meer over mij en mijn leven dan dat ik alleen maar een bacterie of virus heb opgelopen. Het is in zekere zin een ijkpunt om goed te kijken naar mijn leven en of ik iets moet veranderen om bijvoorbeeld minder stress te hebben zodat ik in het vervolg minder vatbaar ben voor ziekte. Zo kom ik meestal – fysiek én mentaal – sterker uit een ziekte. Bij onze dochter, die inmiddels vier is, is dat helemaal goed zichtbaar. Vergeleken met gevaccineerde leeftijdgenootjes is ze minder vaak ziek en lijkt ziekte haar minder te beïnvloeden. Terwijl ingeënte kinderen bij ziekte hele dagen hangerig en huilerig zijn, is onze dochter wanneer ze ziek is vaak opgewekt en actief, hoewel ze sneller moe is en meer rust dan normaal. Bovendien zien we na iedere ziekte een grote sprong in haar ontwikkeling. Zo begon ze na een paar dagen

griep spontaan te lopen en vormde ze recent na een paar dagen koorts complexere en langere zinnen dan voordat ze ziek werd. Dat ze ziekten op die manier doormaakt is voor ons een teken dat onze beslissing haar niet te laten vaccineren de juiste was. Toch staan we bij elk vaccinatie-moment volgens het RVP even stil bij onze keuze en vragen we ons af of dat nog steeds de juiste weg voor ons is. Tot nu toe is het antwoord daarop telkens een volmondig 'ja'.

W.B.

---

Onze kinderen, Aleid van 5 en Ellis van 3 jaar, zijn ongevaccineerd. Wij zijn van plan om ook onze toekomstige kinderen zonder inenting te laten opgroeien. Wij hebben een wens voor nog twee kinderen, de eerste zal binnen ongeveer een maand geboren worden.

De eerste aanleiding om na te denken over vaccinaties en kinderziekten was voor ons het feit dat we beiden als kind maar deels zijn gevaccineerd door onze ouders. In gesprek met onze ouders ontdekten we een aantal overwegingen die te maken hadden met de gedachte: een ziekte is er met een reden. Uiteindelijk heeft de ziekte vaak zin en draagt een ziekte bij aan het volwassen worden, aan de fysieke en niet-fysieke ontwikkeling, aan het incarnatieproces, 'het je eigen maken van je lijf.' Toen ik zwanger werd van onze oudste, ben ik me gaan verdiepen in deze materie en stuitte al snel op de informatie van [vaccinvrij.nl](http://vaccinvrij.nl) en het boek *Vaccinaties doorgeprikt*. Onze eigen huisarts kwam langs voor een gesprek van twee uur om alles te bespreken. In feite was ik toen al overtuigd, al wist ik nog lang niet alles. Maar al het leeswerk dat ik daarna nog deed, de ervaringen die via internet werden gedeeld en ook wat ik later ging ervaren aan mijn kinderen en de kinderen die ik ontmoette via mijn werk als juf en gastouder, dragen er nog steeds toe bij dat mijn besluit alleen maar dieper en sterker wordt. Voor ons geen vaccins. Voor mij zijn er twee overwegingen:

1. Ik heb een zeker wantrouwen ten aanzien van de farmaceutische industrie.

Waarom raadt een arts een bepaald middel aan? Zijn er alternatieven zonder bijwerkingen? Zonder winst oogmerk? De artsenopleiding lijkt ongemerkt doorspekt met marketing. Hoe komt een middel op de markt? Hoe verwerft het een marktaandeel? Hoe worden onderzoeken naar de effectiviteit en de bijwerkingen gefinancierd, uitgevoerd en gepresenteerd? Vele functies en belangen lopen door elkaar en het is ondoorzichtig wie er welke pet op heeft.

2. Ziek zijn is niet zo gevaarlijk als wordt voorgespiegeld. Ziek zijn is goed voor je.

‘What doesn’t kill you, makes you stronger.’

Het is in mijn ogen in elke ontwikkeling noodzakelijk om hindernissen te nemen. Weerstand zorgt ervoor dat je kracht moet ontwikkelen, zodat je de weerstanden de volgende keer makkelijker kunt nemen. Zo werkt het in de gezondheid ook. De milde kinderziekten, de verkoudheden en griepjes, een blauwe plek en een tand door de lip zijn gebeurtenissen waaraan kinderen zich ontwikkelen. Koorts is geen bedreiging, maar een manier om virussen onschadelijk te maken zodat het lijf weer schoon kan worden en kan gaan beginnen met herstel. Je maag legen door overgeven is een manier om belastende voeding eruit te gooien, zodat er ruimte ontstaat om schoon te worden voor het herstel. Zoals je een vieze, rommelige kamer eerst leegmaakt voor je begint met stofzuigen en soppen om het daarna weer goed in te richten. Het is wel zaak dat een lichaam een gezonde basis heeft waarmee het de weerstanden te lijf kan gaan, of het nu een kinderziekte, een tand door de lip of een pesterij op school is. Daarin zijn voeding, maar ook opvoeding, fysieke, emotionele en mentale gezondheid en geluk van wezenlijk belang. Iemand die depressief en ongelukkig is, geneest veel minder makkelijk dan iemand die in wezen blij en vrolijk is. Het voorgaande is mijns inziens ook wezenlijk in de besluitvorming om wel of niet te vaccineren. Het stuit mij tegen de borst om een in wezen gezond mens preventief een medicijn te geven voor een ziekte die niet echt gevaarlijk is. De statistieken zijn niet eenduidig over sterfte rondom besmettelijke ziekten en de invoering van de vaccinaties, en de bijwerkingen van vaccins worden onvoldoende belicht. De gevaren van ziekten in deze westerse wereld met de

huidige levensstandaard qua voeding en hygiëne worden mijns inziens overdreven.

Hoe gezond zijn onze kinderen? Ik zal nooit beweren dat mijn kinderen nooit iets onder de leden hebben. Ze zijn gewoon verkouden. Soms duurt dat best lang. Ze hebben ook weleens uitslag, koorts, griep of buikloop. Ik maak me er geen zorgen over, al vind ik het niet fijn als ze ziek zijn. Ik laat hen ziek zijn. Ik vermijd drukte, ik leg ze op de bank met een deken, ik geef ze een bakje om in te spugen, ik lucht de kamer, kleed ze warm maar niet te warm aan, neem hun temperatuur op en zorg voor gezonde voeding. Mijn ervaring is dat ziekte echt iets met hen doet in de goede zin van het woord. Het helpt ze te groeien, iets nieuws te ontwikkelen. Maar ziek zijn kost ook iets en vraagt van ons als ouders tijd, energie en soms slapeloze nachten. Toch heb ik het er graag voor over. Kinderen mogen ziek zijn om daarna weer beter worden. Beter dan voorheen.

S.v.A-Y.

---

Wij zijn ouders van drie kinderen: I. van 6 jaar, S. van 4 jaar en M. van 2 jaar. Na de geboorte van onze oudste dochter kwamen we bij een homeopaat voor haar eczeem die ze als baby van vijf weken had. We stonden vlak voor het moment van de eerste vaccinatie. We hadden geen goed 'onderbuik'-gevoel bij de vaccinaties en bij de homeopaat lag een folder over de Nederlandse Vereniging Kritisch Prikken (NVKP). We hebben ons uitgebreid laten voorlichten, veel gelezen, en hebben naar informatie gezocht, ook in het buitenland, waarin de voor- en nadelen van vaccineren werden uitgelegd. Daarnaast startte ik (Melanie) met de opleiding tot klassiek homeopaat, waardoor ik anders ging kijken naar gezondheid en ziekte. We vonden steeds minder goede argumenten om voor vaccineren te kiezen. Wij waren in onze omgeving de enigen die anders tegen het gangbare Rijksvaccinatieprogramma aankeken. Dat maakte het wel spannend om als kersverse ouders een andere keuze te maken. De druk vanuit de omgeving en zeker vanuit het consultatie-

bureau was groot. We besloten de vaccinaties op te schuiven naar het moment dat I. een halfjaar oud was. Dat werd een jaar en doordat we ons meer en meer verdiepten in de 'vaccinaties' groeiden we in ons vertrouwen dat het een goed besluit was om onze dochter niet te laten vaccineren. I. liet zien dat ze een goed gezond kind was en dat ze, in tegenstelling tot de andere kinderen die naar de crèche gingen, weinig ziek was. Ze had ongeveer eens per jaar een flinke griep met hoge koorts. Dat is nog zo. Als ze ziek is, is het kort en krachtig.

Op momenten van ziek zijn zorgen wij voor de nodige rust en tijd om echt goed te herstellen. We proberen de kinderen goed te volgen in wat ze aangeven, waar hun behoefte ligt en vooral goed te laten drinken. Voor mij als moeder was het een ontwikkeling om erop te leren vertrouwen, dat onze kinderen op hun eigen kracht prima om kunnen gaan met ziek zijn en dat daar geen medicatie of vaccinaties voor nodig zijn. Wanneer er wel ondersteuning nodig is, kiezen wij voor een homeopathische behandeling om daarmee hun immuunsysteem van binnenuit te ondersteunen. Toen onze tweede dochter en later onze zoon geboren werd, was het vanzelfsprekend dat we ook hen niet zouden laten vaccineren. Zo nu en dan vragen we onszelf wel kritisch af of we nog de goede keuzes maken en hebben gemaakt.

Het voelt goed dat we onze kinderen niet vaccineren. Ze laten dagelijks door hun energie en levenskracht zien dat ze zich aan het ontwikkelen zijn tot gezonde en levenslustige kinderen. Trots zijn wij, als we hen zien.

Bart en Melanie

---

Voordat wij aan kinderen begonnen, hadden we nooit over vaccineren nagedacht. Iedereen in onze omgeving is gevaccineerd, dus het was gewoon geen discussiepunt. Toen het eerste kind zich aandiende, vroeg onze homeopaat wat we van plan waren ten aanzien van vaccineren. Wij keken haar schouderophalend aan, de vraag niet begrijpend. Hoezo plan? We kregen een aantal boeken te leen, met de boodschap die eerst



te lezen voordat we een besluit namen. Die boeken maakten ons aan het twijfelen of we wel zo klakkeloos achter de gevestigde orde aan moesten gaan. Wellicht waren de argumenten in die boeken een reden om een eigen koers te bepalen. Bij onze familie of vrienden hoefden we niet op een luisterend oor te rekenen, voor hen is de reguliere geneeskunde de enig begaanbare weg.

Omdat in de familie van mijn echtgenote astma voorkomt en de artikelen in de door ons gelezen boeken juist waarschuwden voor luchtwegproblemen als bijverschijnsel van vaccinaties, hebben we samen uiteindelijk besloten om ons kind niet in te laten enten. Na ons eerste kind volgden er nog drie en omdat de oudste een zorgeloze babytijd had gekend, hebben we, inmiddels iets zelfverzekerder, besloten om de volgende kinderen ook niet in te laten enten. Alle vier kinderen hebben een baby- en peutertijd gehad zoals alle jonge blije ouders zich wensen: geen huilbuien, goed doorslapen, goed eten, geen gekke aandoeningen, ze waren snel zindelijk, begonnen vroeg met hun eerste woordjes. De gebruikelijke kinderziekten verliepen normaal of soms bijna ongemerkt, en ga zo maar door.

Omdat wij zo enthousiast waren over de ontwikkeling en gezondheid van onze kinderen hebben we nog een tijdje geprobeerd om andere aanstaande ouders kennis te laten maken met het gedachtegoed van onder andere de NVKP, maar dat heeft geen effect gehad. Onze vriendenkring bestaat voor een groot deel uit academisch gevormde stellen, veel artsen en vrije beroepers, en die bleken niet bereid om hun bestaande wereldbeeld ten aanzien van vaccineren te herzien. Een aantal stond in eerste instantie wel open voor de gedachte, maar haakte af toen puntje bij paaltje kwam; anderen werden ronduit vijandig en keken ons aan alsof we plotseling godsdienstfanatici of ronduit gek waren geworden. We zijn dus van lieverlee maar opgehouden om anderen te vertellen hoe goed het ons beviel dat we onze kinderen niet hebben laten inenten.

Intussen zitten de twee jongste kinderen op de basis- en de twee oudste op de middelbare school en kunnen we zeggen dat we nog steeds heel blij zijn met onze keuze van destijds. Ze zijn uitgegroeid tot sociale, gezellige, actieve jonge mensen die helder in het leven staan. Vanzelf-

sprekend maakten we ons zorgen als ergens in het land een epidemie van een kinderziekte opdook, maar we hebben nooit echt in tweestrijd gestaan over alsnog (enkelvoudig) vaccineren of niet. In gesprekken over dergelijke onderwerpen met onze homeopaat wist zij ons te steunen. We kregen vertrouwen in het belang van de eigen kracht van het immuunsysteem van onze kinderen. Bij ziekte helpt een gezond functionerend immuunsysteem de ziekte te overwinnen.

Een niet voorzien, maar achteraf wel logisch gevolg van het niet vaccineren van onze kinderen, is dat we heel terughoudend zijn in het bezoeken van artsen en het gebruik van medicijnen. Alleen in uiterste nood krijgen de kinderen een medicijn en we hebben ons misschien een of twee keer gedwongen gevoeld om een antibioticakuur te laten voorschrijven.

Al met al zijn we heel blij met de beslissing die we destijds hebben genomen en genieten elke dag van onze kinderen. Vooral genieten we van hoe 'normaal' ze zijn.

E.J.

---

Als ouders van vier kinderen zijn we bij onze eerste dochter gewoon begonnen met het vaccinatieprogramma, zoals het op het consultatiebureau wordt aangegeven. Wij gingen er toen van uit dat het eigenlijk verplicht was, aangezien het naar mijn idee op die manier gebracht werd.

Na de geboorte van onze tweede dochter kwam ik bij een klassieke homeopaat terecht. Via deze weg hoorde ik meer over vaccinaties en ben ik mij meer gaan verdiepen in de voor- en nadelen ervan. Ik heb lezingen en praatgroepen bijgewoond, boeken aangeschaft en ik ben lid geworden van de NVKP. Toch werd het er niet makkelijker op om een beslissing te nemen, want hoe meer je weet hoe lastiger het soms wordt om een keuze te maken, helemaal als je er met andere ouders, je partner of familieleden over gaat praten. Voor mij was het het belangrijkste dat mijn man en ik het er samen over eens waren. De angsten werden mij

vaker door anderen aangepraat. Na een tv-uitzending over vaccinaties met voor- en tegenstanders, vertelde iemand dat kinderen na de derde of vierde vaccinatie soms chronisch verkouden worden of oorproblemen krijgen. Dit waren net de twee dingen waar onze zoon last van had. Dit heeft ons doen besluiten niet verder te gaan met het vaccinatieprogramma. Onze zoon was toen bijna 1, en onze dochters 3,5 en 5 jaar.

Onze jongste dochter kreeg vijf weken na haar geboorte last van dauw-worm. Ze had alleen nog maar borstvoeding gehad. Naar mijn idee was zij een heel gevoelig kind en we hebben haar geen enkele vaccinatie laten geven.

Toen onze oudste twee dochters 13 en 14 jaar waren, stonden we opnieuw voor de keuze: wel of geen HPV-vaccin, het vaccin waarvan gezegd wordt dat het mogelijkwijs baarmoederhalskanker zou kunnen voorkomen. Ik heb mijn dochters toen de informatie laten lezen die ze thuis toegestuurd krijgen en ik heb hen meegenomen naar een lezing waarin de voor- en nadelen van het HPV-vaccin aan de orde kwamen. Op deze manier hebben ze zelf vragen kunnen stellen en zelf kunnen bepalen of ze wel of niet gevaccineerd wilden worden. Beiden hebben besloten om zich niet te laten vaccineren.

Er blijven voor- en nadelen aan het vaccineren zitten. Het gaat mij erom dat mensen zelf mogen beslissen, zelf op onderzoek uitgaan en niet zomaar aannemen wat er wordt gezegd. Doe dat wat goed voelt en waar je achter kunt staan. Elk mens is uniek en mag zijn eigen weg hierin volgen!

Dian

---

Wij hebben ervoor gekozen om Theo niet te laten inenten vanaf 2 maanden, omdat wij hem destijds nog veel te klein vonden. Wij vinden het belangrijk dat hij eerst de kans krijgt om zijn eigen weerstand op te bouwen, voordat er vaccins worden gegeven. Daarnaast vinden wij het niet nodig om een kind een vaccin te laten geven tegen een bepaalde ziekte, terwijl je niet eens weet of het kind die ziekte wel gaat krijgen.

Wij willen Theo sowieso niet laten inenten tot zijn tweede levensjaar. Daarna moeten we even bekijken wat we willen. Als we het wel willen doen, dan misschien maar tegen één of twee ziekten. Voor heel veel ziekten geldt dat we het onzin vinden om er tegen te vaccineren, omdat de kans heel klein is dat hij ze krijgt.

We doen er daarnaast alles aan om Theo gezonde voeding te geven. Ik heb 10 maanden lang borstvoeding gegeven. Hierdoor heeft hij veel goede stoffen meegekregen en weerstand opgebouwd. Onze zoon is bijna nooit ziek en als hij ziek is, dan herstelt hij heel snel. Het snotteren kan soms wel wat langer aanhouden. Ik denk dat dit te maken heeft met de kinderopvang waar hij naartoe gaat. Daar zijn elke dag veel kindjes bij elkaar waarvan er altijd wel een paar kinderen snotterig zijn. Ongeveer drie weken geleden meldden ze op het dagverblijf, dat er kindjes waren die de waterpokken hadden gehad en dat we alert moesten zijn. Ik heb geen symptomen bij Theo geconstateerd. Hij eet en drinkt goed, speelt de hele dag en rent vrolijk rond.

C.P.

---

Vanaf het moment dat ik zwanger was, ben ik mij gaan inlezen over vaccineren en kinderziekten: hoe herken ik kinderziekten, hoe loop je ze op, hoe is het verloop van de verschillende kinderziekten, hoe 'gevaarlijk' zijn ze en hoe groot is de kans om ze in onze huidige maatschappij op te lopen? De bijsluiters van de inentingën heb ik ook gelezen. Hierdoor kwam ik tot de conclusie dat er ernstige bijwerkingen en schade kunnen optreden bij mijn baby, onder andere door de hulpstoffen in deze inentingën. Deze schade kan zich direct maar ook in een later stadium openbaren.

Helemaal niet vaccineren wilden we ook niet. Daarom hebben wij voor een voor ons beter alternatief gekozen. Onze baby hebben we een bescherming gegeven door middel van homeopathische ondersteuning.

Ik raad ouders aan om zich goed te verdiepen in het vaccineren en de bijsluiters te lezen. Het zijn geen kleine, onschuldige 'prikjes'. Wanneer

men medicatie zoals paracetamol inneemt, wordt de bijsluiter ook gelezen vóór gebruik. Wel vaccineren, niet vaccineren of 'anders vaccineren' is een keuze. Regulier vaccineren met ondersteuning van aanvullende geneeskundige middelen is een andere mogelijkheid. Uiteindelijk willen alle ouders doen wat hen het beste lijkt voor hun kinderen. Alleen, doe dit alsjeblieft wel 'bewust'. 'Iedereen vaccineert, het is normaal dus daarom doe ik het ook' vind ik geen bewuste keuze.

Ons meisje is inmiddels een jaar, kerngezond en ontwikkelt zich zeer goed.

M.

---

Op het moment dat je ouder wordt, gaat er een mooie nieuwe, maar ook kwetsbare wereld voor je open. Van het ene moment op het andere ben je als ouder verantwoordelijk voor een klein mensje dat volledig afhankelijk is van jou. Verantwoordelijk voor een nieuw leven, waarin je als ouder beslissingen neemt op basis van informatie en later daarbij hopelijk steeds vaker ook op basis van gevoel, kennis en ervaring.

De gezondheidszorg is in Nederland goed geregeld. Vanaf de dag dat je kind is geboren, word je al 'ontzorgd'. De kraamhulp maakt de eerste afspraak bij het consultatiebureau en een paar dagen later wordt automatisch de uitnodiging voor het Rijksvaccinatieprogramma toegestuurd. Het enige wat je hoeft te doen is meegaan in de maatschappelijke stroom en voor je het weet krijgt je kind de eerste vaccinatie. Zo ook mijn kinderen. Over de bijwerkingen werd weinig gesproken. Een paracetamol tegen eventuele koorts of pijn helpt, en het lijkt heel normaal dit advies op te volgen.

Mijn mening veranderde toen in Nederland de Mexicaanse griep uitbrak. Totale paniek. Niemand wist wat het was, hoe erg het was en wat je ertegen kon doen. Dus werd er met spoed een vaccinatie ontwikkeld en kleine kinderen werden massaal opgeroepen voor een prik, waarbij een herhaling na twee weken noodzakelijk was. Deze vaccinaties waren niet getest en er kon niets worden gezegd over de eventuele bijwerkin-

gen of de schade op korte en lange termijn. Mijn jongste zoon werd opgeroepen. Na lang twijfelen, en vooral veel informatie verzamelen bij de huisarts, het ziekenhuis en via internet, kon niemand mij overtuigen van het nut en de noodzaak van deze vaccinatie. Het voelde niet goed om mijn kind te laten vaccineren. Andere ouders keken mij aan vol ongelof, waarbij werd uitgesproken dat ik onverantwoordelijk bezig was. 'Je wilt toch immers het beste voor je kind en je gaat het jezelf nooit vergeven als je kind wel deze ziekte krijgt.' Ik ben nog steeds trots op mijn keuze niet te laten vaccineren. Het bevorderen van weerstand en gezondheid kan namelijk ook anders. Naarmate ik meer ervaring krijg in het opvoeden, leer ik vertrouwen op het menselijk lichaam. Dit is namelijk, veel meer dan ik wist, prima in staat zelf te herstellen. Het lichaam bouwt zelf het immuunsysteem op en heeft daarbij niet altijd medicijnen of vaccinaties nodig om te herstellen of zich te beschermen. Het immuunsysteem wordt juist opgebouwd doordat het een aantal ziekten met zorg doorloopt. Inmiddels is mijn oudste zoon 14 jaar en mijn jongste zoon 11. Mooie jongens, die vol gezondheid en vertrouwen de toekomst tegemoet gaan. De herhaling van de BMR en DKTP (9-jaar prik) hebben we niet gedaan. Ik ben niet voor of tegen vaccineren, maar ik maak hierin een bewuste keuze. Nederland is een vrij land waarin we gelukkig deze keuze hebben. Laat je goed informeren over de mogelijkheden en stel jezelf de vraag waarom je het wel of niet zou doen.

Joa

---

Vanuit mijn opvoeding heb ik geleerd dat ziek zijn een normaal gezond gegeven is. Dat is iets wat ik pas later kon verklaren, maar als kind is dat wat je thuis leert de basis voor veel. Mijn vader was geïnteresseerd in complementaire geneeswijzen en bij ons in huis bestonden en bestaan dus geen paracetamol of andere koortsverlagende middelen. Als wij iets mankeerden, werd dit veelal door middel van homeopathie opgelost en behandeld. Vooral mijn vader was hierin actief. Koorts betekende dat je

rust moest nemen, en deze rust ook aangeboden kreeg en hoofdpijn betekende dat je je bed in moest. Ook zocht hij altijd naar een reden van de ziekte, voornamelijk in de psychische en spirituele kant van ons zijn. Als kind ben je ziek en wil je gewoon opknappen. En ik was eigenlijk helemaal niet zo blij met zijn analyses, daar kun je als kind niets mee. Mijn eigen ontwikkeling en visie zijn in de jaren hierna door verschillende opleidingen gegroeid. Ik was begin twintig toen ik een opleiding hypnotherapie begon. Hierin ben ik voor het eerst in contact gekomen met de vereniging kritisch prikken. De jaren erna kwam er bij ons in de praktijk (ik was toen al werkzaam als osteopaat) een jongen die leed aan een post-vaccinaal syndroom (PVS). Het post-vaccinaal syndroom is beschreven door dokter Tinus Smits. De term wordt gebruikt voor klachten die na een vaccinatie zijn ontstaan. Dat heeft een enorme indruk achtergelaten. Deze jongen functioneerde verre van normaal in mijn ogen toen. Tussen 2003 en 2006 was er op een congres voor alternatieve geneeswijzen een lezing over het post-vaccinaal syndroom en ik weet dat ik de folder/flyer hierover heb meegenomen naar huis en deze ook grondig heb doorgelezen.

Iets in mij heeft altijd geweten dat ik onze kinderen niet zou laten vaccineren, omdat het voor mijn gevoel niet oké was. Goed duiden kon ik dat niet, maar de flyer heeft mijn gevoel wel versterkt. De opleiding osteopathie die ik volgde, en met name een van de docenten, die tevens mesoloog is, hebben mij ook geïnspireerd in mijn visie op het leven en het gezond en ziek zijn. In mij heerst de overtuiging dat de natuur zichzelf herstellen kan, en dat ziekte een vorm van gezond worden is. Ziekte is voor mij een signaal dat het immuunsysteem werkt en dat het lichaam zichzelf in stand wil en kan houden. Ook ben ik ervan overtuigd dat een mens zich door ziekte ontwikkelt op fysiek, psychisch en spiritueel niveau.

Toen kwam de tijd dat ik besepte dat ik graag moeder zou willen worden. In 2010 werd ik zwanger en ik besepte in de periode van mijn zwangerschap, waarin ik veel meer ging lezen en ook meer ging nadenken over wat ik ons kindje voor start toewenste, dat ik echt geen vaccinaties wilde. Ik kwam met het boek *Vaccinaties doorgeprik* in contact dat

ik in één zucht heb uitgelezen. Daar vond ik ook nog eens de verklaringen, die niet alleen mijn gevoel ondersteunden, maar ook een duidelijke beschrijving gaven van hoe bepaalde infecties worden herkend. Dat steunde me, zodat ik zelf goed de vinger aan de pols zou kunnen houden met betrekking tot de gezondheid van ons kind.

Mijn man was zich totaal niet bewust van het hele vaccinatieverhaal en was dan ook erg verbaasd dat voor mij vaccineren geen optie was. Intussen merk ik dat ik het zelf heel gewoon vind om de kinderen niet te laten vaccineren. Wat ik wel merk is dat met name de grootouders het 'eng' vinden, 'want ons kind zou niet beschermd zijn'. Wat ik zelf ervaar is rust. Ik vind dat het niet laten vaccineren van onze kinderen ook hun grenzen op een bepaalde manier intact houdt. Alsof ze beter bij zichzelf kunnen blijven en zowel op fysiek als mentaal/emotioneel gebied meer weerstand ontwikkelen. In mijn werk merk ik vaak dat er medische trauma's ten grondslag liggen aan veel klachten, zowel bij kinderen als bij volwassenen. We hebben een homeopathische EH-BO-doos voor zelfzorg in huis voor het geval er een situatie mocht ontstaan die behandeling behoeft.

Al met al, vind ik dat onze kinderen in hun ontwikkeling zeer helder en in het hier-en-nu zijn. Onduidelijk is of dit te wijten is aan henzelf of mede aan het niet gevaccineerd zijn. Wat ik opvallend vind, is dat ik dan toch elke keer erop gewezen word door middel van de brieven van het RIVM dat mijn kinderen nog vaccinaties moeten hebben, omdat ze onbeschermd zouden zijn. In de maatschappij bestaat een tendens om op basis van angst te handelen. Bij mijzelf ervaar ik het gevoel van vertrouwen in onze kinderen, in hun vermogen tot herstel bij ziekte en ook geniet ik van hun enorme groeistappen na bijvoorbeeld een simpele verkoudheid. C.S.-V.

---

Toen ik in 2013 voor het eerst moeder werd van een dochter, ging er een heel nieuwe wereld voor mij open. Het consultatiebureau kwam eerst thuis op bezoek en vervolgens ging ik eens in de zoveel tijd naar het



consultatiebureau bij ons in de wijk. Meten, wegen, vragen beantwoorden, ze waren er ontzettend behulpzaam en lief. Op de dag dat de kraamzorg ons huis verliet, begon onze dochter onophoudelijk met huilen en dit stopte niet. Ook hierin probeerde de verpleegkundige binnen haar kunnen mee te helpen. Toen het consult voor de eerste vaccinaties gepland stond, heeft mijn dochter deze ook gekregen. Ik had wel gehoord van mijn buurvrouw dat dit niet verplicht was, en dat zij haar dochter niet volledig zou laten vaccineren. Om eerlijk te zijn vond ik dat nogal vreemd. Waarom zou je niet aan iets meedoen wat als dienst aan ons wordt gegeven, dacht ik op dat moment. Nadat mijn dochter de vaccinaties gekregen had, was zij altijd een hele dag heel rustig. Ze sliep alleen maar en huilde niet. Dat was een hele verademing met een huilbaby. Maar diep in mij knaagde er iets dat dit toch niet helemaal klopte.

Ik was jaren daarvoor al gestopt met het vaccineren van mijn hond, doordat hij auto-immuunproblemen kreeg na (te veel) vaccinaties op jonge leeftijd. Natuurlijk had ik dit in mijn achterhoofd toen ik mijn dochter liet inenten, maar ik ging stug door. Na een aantal vaccinaties ben ik toch eens met de buurvrouw gaan praten en ben ik informatie gaan lezen op internet. Niet omdat ik iets vreemds aan mijn dochter merkte, die huilde namelijk gewoon elke dag door (uitgezonderd de dagen dat ze gevaccineerd was), maar omdat het mij niet lekker zat. De hond absoluut niet inenten en mijn dochter wel, dat klopte voor mijn gevoel niet helemaal. Op dat moment stond de BMR-vaccinatie voor de deur en de informatie die ik daarover las, baarde mij zorgen. De vader van mijn dochter nam de wetenschappelijke stukken voor zijn rekening en ik begon met lezen over een boek over vaccinaties. Om eerlijk te zijn ben ik na het eerste hoofdstuk gestopt, toen vielen bij mij de kwartjes. Betere hygiëne, farmaceutische industrie, en dat vaccins eigenlijk nooit echt wetenschappelijk getest kunnen worden gaven de doorslag. We stopten met vaccineren, omdat we eigenlijk geen enkele gegronde reden konden bedenken om wel te vaccineren. Door het onophoudelijke huilen van onze dochter ga je alles uitzoeken om maar achter de oorzaak te komen. Het huilen was al ontstaan voor de eerste vaccinatie, dus de vaccinaties hielden er geen verband mee. Wel werden we ons door deze

zoektocht heel bewust van wat er allemaal in de wereld gebeurt en dat geld voor heel veel dingen een grote drijfveer is.

Inmiddels was ik hoogzwanger van ons tweede kindje en besloten we om volledig te stoppen met vaccineren en ons zootje helemaal niet te laten vaccineren. We hebben nooit spijt gehad van deze keuze. Wel moet je stevig in je schoenen staan wanneer je met een ziek kind in de reguliere gezondheidszorg terechtkomt. Toen onze dochter op 3-jarige leeftijd doodziek werd opgenomen met mastoïditis, was het eerste waar de vervangende huisarts commentaar op had dat wij niet vaccineren.

Wij gaan geen discussies aan. We zijn twee hoogopgeleide mensen die weloverwogen keuzes maken in het leven. Bij commentaar geef ik aan dat ik geen behoefte heb aan een discussie, dat dit onze weloverwogen keuze is en wij op de hoogte zijn van de risico's van wel en niet vaccineren en dat wij hier zelf de consequenties van zullen dragen. Rustig blijven zonder emotie en geen discussie aangaan zijn wat mij betreft de sleutelwoorden. Zelf ben ik niet bang voor de risico's van het niet vaccineren, net zomin als ik bang ben voor kinderziekten. Niet omdat wij nog nooit een ziek kind hebben gehad, want dat hebben wij welzeker, maar omdat ik van mening ben dat dit de risico's van het leven zijn. We kunnen niet alle risico's dichttimmeren, hoe graag we dit tegenwoordig ook willen. Het is heel fijn om een goede homeopaat achter de hand te hebben, dat kan ik iedereen die niet vaccineert van harte aanraden.

D., moeder van een dochter van 4 en een zoon van 3.

---

Toen ik in verwachting was, ben ik me als moeder al gaan verdiepen in het onderwerp vaccinatie. Het was voor mij niet vanzelfsprekend dat ik mijn kindje zou laten vaccineren, omdat ik er al het een en ander over had gelezen. Ik kwam via internet erachter dat er een boek over dit onderwerp geschreven is door Viera Scheibner.<sup>1</sup> Dit boek heb ik gekocht en doorgelezen. Een en ander werd me duidelijk na het lezen van verschillende hoofdstukken. Tevens heb ik op meerdere sites de voor- en

nadelen opgezocht en ik kon voor mezelf, na zorgvuldige afwegingen, de keuze maken dat ik mijn kinderen niet zou laten vaccineren. Natuurlijk ook in overleg met mijn man. Er zijn overigens ook legio filmpjes op YouTube te vinden over dit onderwerp. Het feit dat we onze dochter niet wilden laten vaccineren riep natuurlijk wel vraagtekens op bij vrienden, bekenden en familie. Ik heb meerdere malen moeten vertellen dat ik ook het beste wil voor onze dochter, maar dat we een weloverwogen besluit hebben genomen en juist het beste voor ons kind willen! Natuurlijk zorgt dat ook voor een innerlijke tweestrijd.

Vragen spookten wel door mijn hoofd als: Wat nu als ze een ziekte krijgt en ik me daarna schuldig zou gaan voelen? Wat nu als andere ouders of instanties niet begrijpen waarom we niet laten vaccineren? Heel bewust hebben we daarom ook gekozen voor een antroposofisch consultatiebureau, omdat de keuze om niet te laten vaccineren daar werd gerespecteerd. Er werd me door dit consultatiebureau gevraagd of we wél of geen vaccinaties voor onze dochter wilden. De keuze was aan ons. Dat was heel prettig.

De informatie die het RIVM verstrekt (in de vorm van een folder in ons geval) vond ik nogal beknopt en vooral de voordelen worden daarin benadrukt. Er is me ook al eens een verwijt gemaakt dat onze dochter 'meelift' op de vaccinaties van andere kinderen. Omdat andere kinderen gevaccineerd zouden zijn, zou onze dochter ook beschermd zijn. Dat was een rake opmerking, maar afkomstig van een moeder die zich niet vooraf verdiept had in het onderwerp vaccinatie. De discussie daarover ga ik ook alleen maar aan met mensen die bereid zijn zich ook te willen verdiepen in de keerzijde van vaccinaties. Over het algemeen zijn dat niet zo heel veel mensen, helaas. De tetanusinjectie heeft onze dochter ook niet gehad en bij een wond met straatvuil wordt natuurlijk wel geadviseerd dit te laten doen. Of we zouden besluiten om dan alsnog een tetanusinjectie te laten geven weten we nog niet. Dat zouden we op het moment van een eventueel voorval moeten bezien.

Wat ik nog kan vertellen over onze dochter is dat ze vrij is van allergieën en geen astmatische klachten heeft. Dat ze ontzettend levenslustig en leergierig is en op school gaat het dan ook prima. Ze heeft als kinder-

ziekte de waterpokken gehad. Verkoudheden heeft ze af en toe in een lichte vorm, maar ontzettend ziek heb ik haar nog niet meegemaakt. Ik ken niet zoveel kindjes die zó weinig ziek zijn. Samenvattend kun je stellen dat onze dochter geen nadelige gevolgen heeft ondervonden van het niet laten vaccineren. Natuurlijk is ze nog maar zes jaar en kun je geen garanties krijgen voor de toekomst.

Nadenken over het wel of niet vaccineren tijdens een zwangerschap lijkt me gewoon heel goed. Het maakt het allemaal niet makkelijk, maar beter dat je erover nadent, dan achteraf spijt krijgen dat je er nooit in hebt verdiept. Gelukkig mogen we in Nederland nog kiezen en wordt vaccineren niet verplicht gesteld. Dat is mijn mening en niet iedereen zal begrijpen waarom we de keuze maakten om niet te laten vaccineren. Toch ben ik ervan overtuigd dat als je het wilt begrijpen, je wel genoeg informatie kunt vinden over dit onderwerp.

D.K.

---

We zijn met vaccineren gestopt na het plotselinge overlijden van onze tweede zoon. Onze motivatie was niet echt onderbouwd. Ik herinner me vaag dat ik toen ergens gehoord heb dat vaccineren een oorzaak van wiegendoed kan zijn. Dat was voor ons genoeg reden om te stoppen met het vaccineren van zijn broertje van drie jaar. Hij heeft vanaf zijn vierde jaar geen vaccinaties meer gehad. Toen er een jaar later een meisje werd geboren wilde ik alles wat wiegendoed zou kunnen veroorzaken vermijden. Dus werd onze dochter ook niet gevaccineerd.

Gevoelsmatig had ik altijd al moeite met vaccinaties op het consultatiebureau. Ik vond het afschuwelijk dat mijn blijde, gezonde baby een inenting kreeg waar hij ook nog een paar dagen ziek van werd. Maar ik heb toen geen acties aan dat afwerende gevoel gekoppeld. Wel herinner ik me nog heel goed dat ons zoontje van bijna 6 maanden oud geprikt werd op het consultatiebureau. Zijn broertje van drie was ook in de spreekkamer toen de dokter met de spuit kwam. De arts kietelde onze baby op zijn buikje vlak voor hij ging prikken en zijn driejarige broer

stond op, zei: 'Nee' en kroop weg onder de tafel. Echt ongewoon gedrag van hem. Ik heb later vaak gedacht dat hij toen de vaccinatie, die mogelijk de doodsoorzaak van zijn kleine broertje is geweest, probeerde tegen te houden. Pas veel later ben ik meer gaan lezen over het waarom van vaccineren. We hebben ook wel eens getwijfeld, zeker wanneer ons werd verweten egoïstisch te zijn.

Inmiddels (zo'n dertig jaar later) volg ik de discussies over wel/niet vaccineren als oma. We zijn grootouders van twee prachtige kindjes, die nog niet gevaccineerd zijn. Onze dochter van 28 jaar heeft de eerste 15 jaar van haar leven nooit medicijnen gehad, maar werd tien jaar geleden alsnog gevaccineerd toen ze geneeskunde ging studeren. Alleen gevaccineerde studenten worden toegelaten tot die studie! Die dochter is trouwens nu voorstander van inenten. Ze heeft zich verdiept in allerlei wetenschappelijke onderzoeken en concludeert daaruit dat inenten een groot goed is. Haar wetenschappelijke onderbouwing en mijn gevoelsmatige aanpak zorgen voor discussies waar we beiden niet blij van worden. Worden kent geen einde: door aandacht te blijven geven aan dit onderwerp en alle meningen te respecteren doen jonge ouders datgene wat het beste is voor hun kind.

Han

---

De keuze om mijn kinderen niet te laten vaccineren was voor mij niet moeilijk. Zelf ben ik niet gevaccineerd, doordat mijn ouders destijds een weloverwogen keuze hebben gemaakt om hun kinderen niet te laten vaccineren. Dit is weer het gevolg van het feit dat mijn moeder ook niet gevaccineerd werd, omdat haar vader onaangename ervaringen had met de pokkenvaccinatie van zijn oudste zoon. Zo gaat het voort, het balletje rolt verder over de generaties. De uitvoering van mijn besluit werd bemoeilijkt door de overtuiging van mijn partner, met wie ik mijn oudste dochter in haar eerste levensjaar opvoedde. Hij vond dat ik asociaal bezig was door mijn dochter niet te laten vaccineren. Ik wist de vaccinaties om verschillende redenen steeds uit te stellen. Daardoor kon ik de con-

frontatie uit de weg gaan en zorgde ik tevens dat mijn dochter niet werd gevaccineerd. Uiteindelijk is de relatie met de vader van mijn oudste dochter verbroken. Ik ben niet meer naar een consultatiebureau gegaan, toen ik merkte dat men daar vooral gericht was op de angst voor ziekte en er weinig respect was voor mijn moederlijke gevoelens omtrent vaccineren.

Van huis uit heb ik een andere kijk op gezondheid en ziekte meegekregen. Mijn vader was homeopathisch huisarts. Mijn jongste dochter heeft toen ze 9 maanden oud was, tegelijk met mijn zoon van 4 jaar, de kinkhoest doorgemaakt. De baby lag gedurende die periode bij ons in bed op een kussen. Haar bovenlichaam lag hoger dan de rest van haar lijfje. Deze houding bevorderde de vrije ademhaling. Het werd een gewoonte om haar omhoog te helpen als ze begon te hoesten en weer neer te leggen als de hoestbui over was. We gaven de korrels *Drosera/ipeca-cuanha*, de hoestsiroop van *Weleda* en *Bronchi Plantago Globuli* (korrels) plus de *Plantago Bronchiaal*zalf. Ik gaf geen melkproducten en vlees, wel veel groente en biologische babymuesli. Ik gaf venkelthee en andere sappen of dranken die de hoest niet extra prikkelden.

Voor mijn zoon, die een aanleg voor bronchitis had, was het doormaken van de kinkhoest een ware doorbraak van zijn gekwakkel. Mijn jongste dochter had in haar babytijd ook last van eczeem en luchtweginfecties. Beide kinderen hadden na het doormaken van de kinkhoest geen klachten meer in het luchtweggebied. Ze hebben beiden mazelen, rodehond en roodvonk doorgemaakt. Na de roodvonk was het opmerkelijk, dat de kinderen meteen erna ineens andere tekeningen maakten. Het was voor mij een openbaring dat het doormaken van ziekten een werkelijke sprong in ontwikkeling met aanwijsbare veranderingen teweegbracht. Mijn oudste dochter had nog geen mazelen gehad en aangezien de kinderen bij mijn zus de mazelen hadden, zijn we daar een paar keer op bezoek geweest. Kennelijk was het toen niet haar tijd de mazelen op te pikken. Jaren later kreeg zij wel de mazelen, zonder direct in contact te zijn geweest met een kind met mazelen. Het werd me duidelijk dat pas als een kind toe is aan een ziekte hij of zij die dan doormaakt.

Tijdens mijn derde zwangerschap was er een uitbraak van polio elders

in Nederland. Hoe ben ik daar innerlijk en praktisch mee omgegaan? Ik heb me zeer goed voor laten lichten en was bekend met de eerste verschijnselen van de ziekte. Ik heb mij laten informeren over de gevolgen, voor het geval dat ik zelf polio zou oplopen tijdens mijn zwangerschap, en ook voor het ongeboren kind. Ik heb levend poliovaccin uit België gehaald en in de koelkast gelegd, zodat het vaccin direct ingezet zou kunnen worden, mocht ikzelf of mijn twee andere kinderen ziekteverschijnselen vertonen. Ik herinnerde me de adviezen die ik van thuis uit al had meegekregen voor het geval dat er ergens in Nederland polio zou uitbreken: ga niet zwemmen, kom niet in overvolle gelegenheden, neem voldoende rust, eet gezond, gebruik probiotica, vermijd inspanning, gebruik geen suikerproducten, vooral geen ijsjes en frisdrank, en stel operaties uit. Door me er weer in te verdiepen voelde ik me redelijk zeker. Ik kon goed met mijn zus overleggen. Zij heeft zich ook in het vaccinatievraagstuk en het omgaan met ziekte verdiept. In mijn eigen praktijk, als shiatsu-therapeute, heb ik daarna menig jonge moeder een hart onder de riem kunnen steken, wat betreft het versterken van de eigen intuïtie die elke moeder heeft.

Ik vind het belangrijk dat ouders voldoende op de hoogte zijn van de voor- en nadelen, zodat ze hun eigen vaccinatieplan kunnen maken en daarbij het gevoel kunnen houden dat zij het meest passende gedaan hebben op dat moment.

P.I.T.

---

Ik had nooit gedacht dat ik zou nadenken over het laten geven van vaccinaties, het hoorde er gewoon bij. Ik dacht er echt niet over na tot iemand mij vertelde dat ik het ook uit kon stellen en dat dit beter was in verband met het opbouwen van het afweersysteem. Ik was enigszins wantrouwend geworden over de vaccinaties na het hele 'Mexicaanse-griepgebeuren' en ook toen ik hoorde dat baby's ingeënt worden voor hepatitis B. Waarom een hepatitis B-prik geven aan een kind van twee maanden oud? Ik kon werkelijk niet begrijpen waarom en de arts van het consultatiebureau

kon me dit ook niet goed uitleggen. Kortom: ik was geprikkeld om op onderzoek uit te gaan en heb uren, weken, maanden informatie opgezocht op internet en het boek *Vaccinvrij* gelezen.

Gevoelsmatig was ik er allang uit dat de vele prikken niet goed zijn. Ik heb een gezond kindje gekregen van God, de Schepper, en dan zou ik er uit angst voor enge ziekten het een en ander aan virussen inclusief conserveermiddelen en andere toegevoegde stoffen in laten spuiten.

Ik wilde niet alleen op gevoel mijn keuze maken, maar ook met mijn verstand overtuigd worden. Dus heb ik veel gelezen. Ik vind de reguliere voorlichting over vaccinaties zeer beperkt. Ik schrok bijvoorbeeld van de manier waarop vaccins gemaakt worden, dat er dieren voor opgeofferd worden en dat er virussen gekweekt worden op weefsels van dieren en onder andere weefsel van geaborteerde foetussen. Toch vonden we sommige ziekten 'eng' en hebben we besloten om gedeeltelijk te laten vaccineren. Dat werd een ingewikkelde zaak. We werden van huisarts naar consultatiebureau-arts gestuurd en weer terug. Ook dit schiep geen vertrouwen bij ons.

Uiteindelijk, na nog meer lezen, hebben we besloten niet te vaccineren. Ons kindje heeft geen enkele vaccinatie gekregen en we zijn daar heel blij mee. Het kan toeval zijn, maar ons kindje heeft een heel goede weerstand. Ze ontwikkelt zich goed en ze maakt goed contact met anderen. Ze is nu 14 maanden oud.

Als ik om me heen kijk, zie ik heel veel jonge kindjes die vaak ziek zijn en een hoop stress uitstralen en minder goed in het menselijk contact zijn. Ik hoop van harte dat dit niet komt door de vaccinaties!

K.R.

---

Tijdens mijn zwangerschap vroeg een kennis mij wat ik ging doen qua vaccineren. Ze zei dat kindjes tegenwoordig steeds jonger gevaccineerd worden en ook steeds meer 'prikjes' krijgen. Wat ik ging doen, dacht ik, heb ik hierin een keuze dan? Zo begon mijn zoektocht naar het wel, uitgesteld of niet gaan vaccineren. Een makkelijke zoektocht vond ik



het niet. Alle artsen en medisch geschoolde mensen die ik erover sprak, zeiden gelijk dat ik dat zeker wel moest gaan doen. Anders gaat je kind dood en dat wil je toch niet? Nee, dat was zeker niet mijn intentie. Vrienden, die al kinderen hadden, vroeg ik naar hun ideeën over vaccineren en allemaal zeiden ze: 'O, ja dat hebben we gewoon gedaan, dat hoort toch?' Niemand had zich erin verdiept! Niemand! Tja, en hoe zoek je dan verder naar goede informatie? Op internet kwam ik wel dingen tegen, maar dan zei bijvoorbeeld de huisarts daarover dat dat van die huismoederpraat is die je niet moet geloven ... Nee, alleen het RIVM heeft de juiste informatie, kreeg ik dan te horen.

Een tijdje later werd onze zoon geboren. Een supermooi mannetje, dat helaas een niet al te fijne start heeft gehad. Ik werd ingeleid en na 20 uur is hij er uiteindelijk nog met de vacuümpomp uitgetrokken. Het was een lief mannetje, maar hij huilde en huilde maar. Hij had geen rust, kon niet ontspannen en had ook nog eens last van reflux. Eenmaal op nacontrole bij de verloskundige, 6 weken later, vroegen we hoe zij tegenover vaccineren stond. Hierop antwoordde ze dat ze ons verschillende boeken kon aanraden en ze adviseerde ons tevens om het vaccineren minstens een halfjaar uit te stellen. Ik heb de boeken gelijk besteld en ben gaan lezen en lezen en lezen. Het eerste boek dat ik las was *Vaccinaties doorgeprikt*. Wat een fijn boek. Mijn angsten werden hierdoor al een heel stuk minder!

Doordat ons mannetje zoveel huilde en reflux had, snapten ze bij het consultatiebureau wel dat we nu nog niet gingen vaccineren. Dat was fijn, maar naarmate hij ouder werd, werd ons toch elke keer gezegd dat we het toch moesten gaan doen. DKTP moesten we zeker doen, want vorig jaar waren er in Roemenië twee gevallen van difterie geweest. De Hepatitis B-vaccinatie moesten we ook zeker doen, want: 'Stel je voor dat je kind bij de tandarts is en het krijgt het bekertje van de vorige patiënt ...' Als dit de argumenten van professionals zijn om mij als moeder te 'overtuigen met feiten' om het toch te gaan doen, sorry, maar dan gaat er toch ergens iets mis. Het halfjaar was voorbij en we besloten het nog een halfjaar langer uit te stellen.

Tijdens dit halfjaar kwamen we met een homeopaat in contact in verband met het vele huilen en onrustige gedrag van ons zoontje. Bij haar

hebben we ook een informatieavond over vaccineren bijgewoond. Het fijne hiervan vond ik dat ik zo zag dat er veel meer mensen waren die erover twijfelden en er veel meer over wilden weten. We kregen duidelijke informatie over waarom bijvoorbeeld sommige vaccins waren ingevoerd, hoe het werkt en wat de ziekten inhouden. Hierna ben ik me steeds meer gaan verdiepen in de ziekten waartegen gevaccineerd wordt en ben gaan inzien dat alles gebaseerd is op angst. Het RIVM stelt de meeste dingen veel enger voor dan dat ze zijn. De bof bijvoorbeeld, daar zeggen ze van dat je er onvruchtbaar van kan worden. Ja, dat kan in het allerergste geval ook, maar ze vertellen er niet bij, bij welk klein percentage dat eventueel zo zou kunnen zijn.

Onze tweede is binnen enkele weken op komst en ik kan nu vol vertrouwen zeggen dat deze ook niet gevaccineerd gaat worden. Ik vertrouw op mijn kinderen, op hun immuunsysteem, waarbij zij zelf de kans krijgen om het op een gezonde manier te mogen ontwikkelen in plaats dat hun lichaam van baby af aan al gevaccineerd wordt met een groot aantal ziektekiemen (en extra hulpstoffen!) tegelijk. Onze eerste heeft een zeer goed immuunsysteem. Hij is tot nu toe nog maar twee keer drie dagen ziek geweest en hij is al bijna twee jaar. Hij heeft de zesde ziekte en de hand-voet-mondziekte gehad. Van de zesde ziekte was hij wel even goed ziek, maar na drie dagen flinke koorts was hij weer helemaal de oude. Van de hand-voet-en-mondziekte was hij een paar dagen niet helemaal lekker, maar dat was het dan ook.

Als ik zie hoe vaak kindjes om ons heen ziek zijn, dan ben ik elke keer weer blij dat ik mijn zoontje niet vaccineer en dat ik ben gaan leven vanuit vertrouwen in plaats van uit angst!

M.

---

Wij hebben een dochter van ruim 8 maanden en zij is niet gevaccineerd. Toen ik zwanger was, vond ik het idee om een kindje van 5 weken te vaccineren heel onprettig. Ik hoorde om me heen van mensen dat zij hun kinderen niet hadden gevaccineerd en heb bij hen geïnformeerd wat

voor hen de reden was. Ik ben me vervolgens gaan verdiepen in het Rijksvaccinatieprogramma en ontdekte de mogelijke bijwerkingen en risico's. Ook ontdekte ik dat er in het vaccinatieprogramma ziekten zijn opgenomen die in Nederland al heel lang niet meer voorkomen door de veranderde leefomstandigheden, met name de hogere welvaart en de betere hygiëne. Op dat moment wist ik dat ik ons kindje het eerste halfjaar niet wilde laten vaccineren.

Mijn man stond hier in eerste instantie sceptisch tegenover. Ik heb hem verteld waarom ik het vaccineren wilde uitstellen. Ik wilde het immuunsysteem van ons kindje eerst de kans geven om zich te ontwikkelen. Ook hij vond het geen fijn idee om zo'n klein mensje al een cocktail in te laten spuiten. Op voorwaarde dat de borstvoeding goed ging en dat ons kindje het eerste halfjaar niet naar een crèche ging, waren we het erover eens om het vaccineren een halfjaar uit te stellen.

Na dat besluit ben ik blijven lezen over dit onderwerp (o.a. de boeken: *Vaccinaties doorgeprikt* en *U kunt veel meer dan u denkt*). Ik kreeg steeds meer twijfels of we ons kindje überhaupt wel moesten laten vaccineren. Ik heb een aantal maanden getwijfeld. Toen onze dochter werd geboren en de borstvoeding goed liep, bleven mijn man en ik bij het besluit om het vaccineren in ieder geval uit te stellen. In de eerste maanden na de geboorte van mijn dochter bleef ik veel lezen over dit onderwerp.

In mijn zoektocht naar antwoorden las ik over homeopathische begeleiding. Toen onze dochter een halfjaar was, zijn we naar een homeopaat gegaan en hebben we ons nogmaals laten voorlichten over deze begeleiding. Inmiddels zijn we met onze dochter gestart met deze begeleiding. Mijn man en ik wilden allebei 'iets' doen, maar we hadden te veel twijfels bij het Rijksvaccinatieprogramma. Onze dochter is nu drie keer verkouden geweest, dat wil zeggen dat ze gedurende drie tot vijf dagen een snotneus had. Bij het slapen gaan had ze daar soms last van, maar verder was ze vrolijk en fit. Onze dochter is verder nog nooit ziek geweest en heeft nog nooit koorts gehad.

H.S.