

Irene van Staveren: 'De professor als proefkonijn' Een hoopvol perspectief op migraine. Uitgeverij ten Have, Amsterdam 2020. ISBN 9789025907792 (Hoofdpijn/ Migraine/ Hersenaandoeningen/ Voeding/ Coping/ Informatief/ Alternatief/ED) Zie ook: <https://www.uitgeverijtenhave.nl/boek/de-professor-als-proefkonijn/>

Soort boek/ziekte stijl:

<https://www.uitgeverijtenhave.nl/boek/de-professor-als-proefkonijn/> :

'De professor als proefkonijn' is het persoonlijke verslag van een uitbehandelde migrainepatiënt. Toen de artsen Irene van Staveren niet verder konden helpen, ging ze zelf op onderzoek uit. Zij verdiepte zich in wetenschappelijk onderzoek buiten de mainstream. En met effect: de aanvallen namen met 90% af.

Van Staveren houdt een vurig pleidooi voor een experimentele geest bij artsen en patiënten. Haar boek biedt een hoopvol perspectief voor de honderdduizenden in Nederland en België die aan migraine lijden.'

In de inleiding gaat Irene van Staveren uitgebreid in op haar eigen achtergrond als onderzoekster en hoogleraar in de economie en op onderzoeksmethoden naar medicijnen voor migraine. Op pagina 46 -48 introduceert de schrijfster een leeswijzer. Daarin wordt duidelijk, dat ze oorzaken voor migraine vindt in een samenhang van zowel geestelijke als lichamelijke factoren.

Ze kijkt naar migraine als een systeemziekte en focust op het migrainebrein als een instabiel systeem. Er zijn verbanden tussen chronisch stress, maar ook met lichamelijke processen (hormonen, metabolisme). Er bestaat bijvoorbeeld volgens de schrijfster een samenhang met angst en depressie, maar ook met voeding en andere factoren. Daarnaast levert ze bronnen van hoop en zingeving.

Van Staveren levert zo vele inzichten en manieren om met migraine om te gaan en komt tot de conclusie dat de behandeling multidimensionaal moet zijn.

Tenslotte komt ze in het laatste hoofdstuk van het boek met samenvattingen van haar wetenschappelijke literatuur, levert vragen voor vervolgonderzoeken en trekt hoopvolle conclusies.

Over de schrijfster:

Irene van Staveren (1963) is hoogleraar ontwikkelingseconomie aan de Erasmus Universiteit. Ze schreef eerder 'Wat wij kunnen leren van economen die (bijna) niemand meer leest' en voor het dagblad Trouw schrijft ze om de week een column over economie. Irene van Staveren leeft al haar halve leven met Migraine. Zie ook: <https://www.eur.nl/people/irene-van-staveren>

Wat viel op:

Dit is een getuigenis 'volgens het boekje', zoals Arthur Frank ze beschreven heeft. De schrijfster beschrijft haar zoektocht naar een nieuw evenwicht nadat haar behandelend arts heeft gezegd dat hij niets meer voor haar kan doen. Met haar visie op migraine levert ze informatie in dit boek. Het lukt haar om haar migraineaanvallen te verminderen.

Het boek begint met een erg uitgebreide verhandeling over onderzoeksmethoden. Dat komt omdat de schrijfster het boek heeft geschreven, zowel voor migrainepatiënten,

onderzoekers en behandelaars en dat blijft zo gedurende het hele boek. Het boek roept veel vragen op om discussie mee te voeren.

Citaten:

Pag.47: ‘Dit boek heeft drie doelgroepen: migrainepatiënten, behandelaars en onderzoekers. Voor de laatsten zijn de veelvuldige voetnoten met literatuurverwijzingen bedoeld. Patiënten kunnen die rustig overslaan.’

Pag.49: ‘Aan het einde van het korte gesprek zei de dokter van het migrainecentrum dat ik geen afspraak meer hoefde te maken. De arts-onderzoeker in de neurologie had me in het gesprek wel drie keer op het hart gedrukt dat ik niet meer dan vier keer per maand pijnbestrijdingsmedicatie mocht gebruiken.’

Pag.53: ‘Tot ik jaren later steeds vaker migraine kreeg en merkte dat ik het ook kreeg als ik cider had gedronken – dat ik wel eens als alternatief voor wijn dronk – of als ik aardappelpuree uit een zakje had gegeten of seroendeng. Sindsdien ben ik zorgvuldig etiketten gaan bestuderen en ontdekte ik dat de gemene deler sulfiet was.’

Pag.60: ‘Figuur 1.2 laat het verloop van de menstruele migraine zien.’

Pag.111: ‘Ook noemt ze een relatie tussen hypoglykemie en migraine en merkt op dat hierbij ook vaak tinnitus optreedt. Bingo! Ik herken wederom een klacht. Mijn tinnitus is ongeveer drie jaar geleden begonnen, toen mijn migraines chronisch werden.’

Pag.155: ‘De moderne samenleving genereert heel wat prikkels terwijl onze hersenen daar evolutionair gezien nog niet op ingesteld zijn.’

Pag.218: ‘Waar een stof als cafeïne juist de stress-as aanzet brengen adaptogenen de stress-as tot rust.’

Pag.253: ‘De diepste bron voor mijn hoop ligt voorbij de feiten, het meetbare en de beperkingen van wetenschappelijk bewijs.’

Pag. 286: ‘Bij migrainepatiënten met een hoge BMI is het, met behulp van een diëtist wellicht te overwegen om een ketonendieet aan te bevelen.’

Pag.292: ‘Vind er in het lichaam van migrainepatiënten, of in de hersenen, meer aromatase plaats dan bij gezonde mensen en in een gezond brein?’

Inzien:

<https://www.uitgeverijtenhave.nl/boek/de-professor-als-proefkonijn/>

Recensies/Extra:

<https://www.bol.com/nl/f/de-professor-als-proefkonijn/9200000124927459>

<https://allesoverhoofdpijn.nl/11-juni-2020-online-boekpresentatie-de-professor-als-proefkonijn/>