

Interview met  
Anja  
Bocken

Door: Charlotte van Hooijdonk



**Charlotte van Hooijdonk was op bezoek bij Manueel-therapeut Anja Bocken in Den Haag. Anja is echter nog veel breder ontwikkeld. Het is inspirerend om te horen hoe ze haar passie van fysiotherapie en manueel therapie heeft gecombineerd en verweven met o.a de orthomoleculaire therapie. Hoe is deze ontwikkeling tot stand is gekomen en waarom heeft zij zichzelf een Prognos cadeau gegeven voor de kerst.**

#### **Even voorstellen...**

*"Anja Bocken is samen met Steven Nijveld maatschap eigenaar binnen een groot gezondheidscentrum in Ypenburg. Als fysiotherapeut specialiseerde zij zich tot (kinder) manueeltherapeut, en voegde daar ook nog eens een opleiding voor dry needling en bekkentherapie aan toe. Met haar 'Master in Science' afgeronde universitaire studie, werkt ze als docente aan de HU-Utrecht, begeleidt daarnaast ook nog topsporters en alles daaromheen. Toch is Anja voor haar gevoel nog steeds niet klaar met het ontwikkelen van zichzelf. Omdat voeding een steeds belangrijkere rol inneemt binnen de gezondheid op het gebied van preventie en herstel heeft Anja een opleiding tot voedingspecialist gevolgd bij 3Care (www.3care.eu) en een opleiding in LifeStyle coaching, GLI (Gecombineerde Leefstijl Interventie), en volgt nu de opleiding; orthomoleculaire geneeskundig therapeut."*

#### **Hoe is het gezondheidscentrum ontstaan?**

*"De wijk Ypenburg is het afgelopen decennium gebouwd, daarbij werd ook een gezondheidscentrum gefaciliteerd. Zelf was ik op dat moment druk bezig met het begeleiden van topsporters, toen heeft een huisarts mij benaderd met de vraag of ik, samen met Steven Nijveld een plaats wilde innemen in het centrum. We zijn toen in een zeer korte tijd uit ons jasje gegroeid, het was een succes, zo ongelofelijk druk! Het centrum richt zich op meerdere disciplines van huisartsen, verloskundigen, longartsen, psychologen, specialisten vanuit het ziekenhuis, GGD, tot diëtisten."*

#### **Je hebt je naast fysiotherapie en manuele therapie, ook gespecialiseerd op tal van andere gebieden binnen de alternatieve geneeswijze. Wat drijft jou?**

*"Ons centrum zit op een Vinex locatie waar je veel veertigers ziet. Dat is de leeftijd waarbij bijna iedereen in de hoek terecht komt van vage klachten, meestal fysieke klachten aan schouders, slijmbeursontstekingen, allergieën e.d.*

*Een beeld waarbij ik al gauw de relatie leg, bijvoorbeeld, in de lijn van de dikke darm meridiaan. Dus de vraag kwam daarmee naar voren hoe ik dit soort behandel/ adviesgesprekken nu kan combineren in onze praktijk, zodat deze complementaire werkwijze ook echt serieus genomen wordt. Ik wil niet alleen maar de Anja zijn, die zich bezighoudt met nog wat spirituele dingen, pillen en die met de Biotensor loopt te wapperen. De praktijk wijst ook daadwerkelijk uit dat deze alternatieve geneeswijzen werken!!! In de corona tijd ben ik daarom een nieuw bedrijfje gestart, - VitaalOké – juist om deze adviezen en mijn kennis zichtbaarder, serieuzer en relevant te maken voor de patiënten. Deze (te vergoeden) consulten vallen daarmee ook echt onder de natuurgeneeskundige behandelingen. Mede hierdoor ontstaan er dus steeds meer bespreekbare klachten die met die visie kan behandelen. Ik zie gemiddeld 22 patiënten op een dag, met ieder hun eigen verhaal. Daar kan ik natuurlijk op inspelen, om zo echt tot de kern van het probleem te komen. Een oplossing aanreiken! Dat drijft mij dus enorm. Denk alleen al aan bijvoorbeeld vrouwen met overgangsklachten, daar past de Menocare fantastisch bij. Ook in deze tijden van corona de adviseer ik ook producten als Immunocare, of Viri Balance."*

#### **Voeding en suppletie (en gezondheid) worden met elkaar verbonden en spelen tegenwoordig een prominere rol binnen de gezondheid als het gaat om preventie en herstel. Hoe wordt deze verschuiving binnen jullie maatschap gezien?**

*"Ik ben destijds niet voor niets begonnen met de opleiding lifestyle coaching. Ik deed dat om eigenlijk een figuurlijke brug aan te leggen naar het 3carelifestyle programma als voeding specialist en de orthomoleculaire voedingsleer. Je ziet binnen het centrum dat er steeds meer oog is voor de complementaire geneeswijze, al is het nog vrij minimaal. Denk daarbij bijvoorbeeld aan de diëtisten die steeds vaker ingeschakeld worden, de lifestyle coaching, en huisartsen die gelukkig steeds verder denken dan alleen het medicijn. Wij behandelen ook veel sporters die vandaag de dag speciaal naar mij worden doorverwezen bij specifieke klachten, of patiënten met een burn-out, die kunnen bij ons doorgemeten worden. Dat is een mooie, positieve ontwikkeling. Dat is gewoon mijn specialisme, en zo heeft ieder hier binnen het centrum zijn kwaliteiten en kennis te bieden."*

### Wat is je relatie met Nutramin?

"Ik werk met het 3Care lifestyle programma en Prognos, en daardoor ben ik aanraking gekomen met Nutramin. Al tijdens mijn opleiding bij Eric van Schijndel was ik al in contact met Mischa Strijder. Ik adviseer Nutramin ook heel graag, vanwege de mooie samengestelde complexen, wat het ook toegankelijker maakt voor de patiënt in plaats van 6 verschillende potjes met enkele extracten. Voor elke klacht is wel een toepassing. Voor mij is dat een uitkomst omdat ik met zoveel verschillende klachten in aanraking kom. Uiteraard werk ik ook met andere productlijnen, dat is logisch, als aanvulling op het geheel."

**Je werkt nu ook met de Prognos, waar Nutramin aan gekoppeld is, een computergestuurd meetsysteem voor de diagnose en therapie van chronische klachten, afkomstig uit de ruimtevaartgeneeskunde. Welke meerwaarde heeft dit voor jouw totale behandeling?**

"Ja, want het is natuurlijk heel belangrijk dat dingen goed gemeten kunnen worden, wat dan ook wetenschappelijk te onderbouwen is. Vandaar dat ik graag, los van de kinesiologie en al mijn andere kennis vanuit NAEG-opleiding van Eric van Schijndel, toch iets meetbaars wil aanbieden. Zeker in ons centrum vol artsen, waarbij iedereen westers geschoold is en niet altijd open staat voor de mogelijkheden van de alternatieve geneeswijze.

De werkwijze die ik hanteer door vanuit de complementaire geneeswijze klachten te behandelen, is feitelijk ook onderdeel van de differentiaal diagnostiek binnen het centrum, alleen noemen zij het anders. Alles is vanuit de fysiologie te verklaren, maar dus ook vanuit de energiebanen! Deze wetenschap gaf mij aanleiding om met meetapparatuur te werken zoals de Prognos (meridianen) en de Quantum Analyser van 3care, waarbij je vooral meet op vitamines en mineralen.



Binnenkort ga ik een bloedtestenopleiding doen van de EMB (energetische morfologische bloedtesten), die combinatie geeft mij nog meer meetbare en zichtbare resultaten voor mijn patiëntengroep."

### Welke positieve ervaring met de orthomoleculaire producten van Nutramin ken je?"

Ik werk graag Cerebro Mega en de Mega Fresh visolie, maar denk ook aan de MG 110 natural-magnesium en zoals eerder gezegd de Menocare. Adreno Balance en Stress Balance worden ook vaak geadviseerd. Jointcare, dat is ook een belangrijk product voor ons."

**Wat doen jullie in de praktijk om de toegevoegde waarde van - voeding en lifestyle - onder de aandacht te brengen?**

"Hier in de regio kennen veel mensen Eric van Schijndel, dus het feit dat ik met de Prognos werk gaat dan heel gemakkelijk in de rondte."

**Waar zie jij jezelf over 5 jaar? Nog in de maatschap?**

"Nee. Hoewel ik mijn vak nog steeds hartstikke gaaf vindt, merk ik dat er in de praktijk toch te weinig wordt gekeken vanuit een breder perspectief en dat benauwd mij soms wel... Dus met mijn plan-B; de complementaire geneeskundige visie, waar nu mijn focus op ligt en waar ik volledig achter kan staan, gaat het langzamerhand wel kriebelen om tegen die tijd een andere weg in te slaan.

Ik ben er zeker van dat ik dan tegen die tijd 100% met de orthomoleculaire geneeskunde bezig ben en een natuurgeneeskundige praktijk ben gestart, waar ik me volledig richt op deze materie. Liefst nog in een gedeeld gebouw, om daar met stel gelijkgestemde gezondheidsprofessionals samen iets op te bouwen. Ik denk dat we dan echt iets moois kunnen neerzetten, iets waar heel veel mensen heel dankbaar voor zullen zijn."