



## **Geen migraine meer – het is mogelijk!**

### **Ik ging met migraineklachten naar Wim toe**

Ik voelde me over mijn migraine nogal moedeloos. Zo van: "er is vast niets aan te doen." Ik had me er al min of meer bij neergelegd dat ik 1x per maand of – met geluk – om de 2 maanden een dag migraine zou hebben. Of geen migraine maar dan zo 'stoned' van de heftige medicatie, dat er alsnog een dag 'kwijt' zou zijn.

### **Eerder alternatieve behandelingen**

Ik heb eerder 'alternatieve' behandelingen gehad en die hebben wel iets geholpen, maar nog nooit was er iets of iemand die me kon beloven de migraine helemaal weg te nemen. Ik ben oa onder behandeling geweest bij een homeopaat, fysiotherapeut en manueel therapeut.

### **Over de streep**

De ontmoeting met Wim, nadat ik al via een wederzijdse vriendin over hem had gehoord, trok me eigenlijk meteen over de streep. Zijn relaxte en open houding, zijn eerlijkheid en het vertrouwde gevoel maakten dat ik vrij snel een afspraak met hem maakte. Ook vanuit een nieuwsgierige en tegelijkertijd cynische houding: "Kan hij me werkelijk helpen? Dat zullen we nog wel eens zien."

### **Veel minder dan voorheen**

Na een aantal behandelingen en nadat ik een aantal adviezen dagelijks ter harte nam (en nog steeds neem), voelde ik me een tijdje onzeker over mijn migraine. Ik bleef mijn medicijnen overal mee naar toe meenemen en heb een paar keer ook mijn middel ingenomen. Alhoewel ik nooit meer hetzelfde voelde als toen ik migraine kreeg. De pijn was anders en kon ook zomaar komen, maar veel minder dan voorheen.

### **Ultieme test**

Op een gegeven moment hoorde ik mezelf aan mijn man vragen hoe gewone hoofdpijn voelt. Hij zei iets over een spijker in je hoofd voelen (kater) of een band om je hoofd heen voelen. Maar niet zo erg dus dat je hoeft over te geven of verlangt naar een donkere, geluidsloze kamer? Want ineens bleek ik weleens gewone hoofdpijn te hebben! De ultieme test was voor mij het innemen van een Ibuprofen; als die helpt, is het gewone hoofdpijn.

### **Vooruitgang**

Nu ik dit schrijf, een klein jaar nadat ik bij Wim kwam, kan ik zeggen dat ik (eindelijk) tot de groep mensen behoor die weleens gewone hoofdpijn hebben. Gewoon omdat ik ongesteld ben, gewoon omdat ik iets te veel heb gedronken of gewoon omdat ik het te druk heb gehad. En dat is 36 jaar voor mij niet gewoon geweest! Wat een vooruitgang!

### **Ook van andere klachten af**

Deze winter zei een goede vriendin tegen mij: "goh, ik hoor je helemaal niet over bij- of voorhoofdsholte-ontsteking". Ik realiseerde me ineens dat ik daar ook helemaal geen last van had, terwijl ik niets anders deed dan andere jaren. Toen ik Wim belde en vroeg hoe dit zat, zei hij dat hij ook deze klachten dus heeft genezen.

### **Weer een sprong wagen**

Ik durf er nu ook vanuit te gaan dat het feit dat ik probleemloos achteruit kan rijden in

de trein, ook met Wim's werk te maken heeft. Ik durf nog niet zonder reisziekepillen te vliegen, maar misschien kan ik die sprong ook wagen als ik in juni naar New York vlieg...

### **Letterlijk lichter en sterker**

Het verschil is heel groot met toen ik voor het eerst bij Wim kwam. Los van de fysieke klachten die zo goed als verdwenen zijn, heb ik geleerd beter naar mijn intuïtie te luisteren. En nog beter naar mijn lichaam te luisteren. Ik ben zekerder geworden over mezelf. Ben niet meer bang dat ik op een bepaald moment word overvallen door die vreselijke hoofdpijn. Ik voel me letterlijk lichter en sterker tegelijkertijd.

### **Nooit durven dromen**

Ik vertel anderen graag dat de behandelingen zeer de moeite waard zijn! Uiteraard kan ik alleen voor mijn eigen klachten spreken, maar ik had van tevoren nooit durven dromen dat ik ooit van mijn migraine af zou komen. Migraine die ik al vanaf dat ik geboren ben zo ongeveer heb! En dat mijn holteproblemen weg zijn en de reisziekte ook zijn einde nadert, zie ik als een groot en zeer onverwachts kado.

**Vraag meteen een kennismakingsgesprek met Wim aan,** want hij zal je heel snel en eerlijk zeggen wat hij voor je kan betekenen. Er is niets zo prettig als een lichaam zonder pijn en een leven zonder klachten!

Mira Saia - Rotterdam (36, getrouwd met G.)