

"Kruiden maken kind sterker"



Krant van West-Vlaanderen - 13 Jul. 2007
Pagina 47

Tekst: Nancy Boerjan

JABBEKE - *Met haar boek 'Kindje gezond' wil Tine Devliegher aantonen hoe eenvoudig het is om allerlei kwalen te behandelen met kruiden. "Zeker voor jonge kinderen is het niet verstandig om meteen naar antibiotica te grijpen", pleit ze.*

Tine Devliegher (44) is gebeten door alles wat met kruiden en natuurlijke geneeswijzen te maken heeft. "Dat komt vast door de kruidentuin van mijn grootmoeder", lacht ze. "Daar groeiden allerlei kruiden, kriskras door elkaar. Zij kon elk plantje benoemen en wist waarvoor ze nuttig waren. In haar huis hingen her en der gedroogde kruiden, en stonden bokalen met medicinale oliën."

Tine werd onderwijzeres, maar rolde toevallig de modellenwereld in. Ze reisde de wereld rond voor photoshoots en défilés. "Met kruiden was ik niet zo veel meer bezig, al had ik altijd wel een potje goudsbloemzalf in mijn bagage." Na tien jaar werd het tijd voor iets anders : ze ging aan de slag voor een Amerikaanse verdeler van gezondheidsproducten en volgde een opleiding tot aerobicsinstructeur. Haar zwangerschap bracht haar terug naar Jabbeke : "Ik kreeg er weer belangstelling voor de kruidenwereld, want ik wilde mijn kind zo natuurlijk mogelijk opvoeden. Ik volgde een opleiding tot herborist. Niet bepaald een lachertje, het vergde veel inzet en studie. Om de opleiding af te ronden moest ik ook een wetenschappelijke studie uitwerken; ik koos als onderwerp 'natuurlijke geneeswijzen voor kinderen tot zes jaar'. Ik ging minutieus na wat werkt bij welke kwaaltjes, en hoe groot de doseringen precies moeten zijn voor jonge kinderen. Een jurylid zei me toen al dat het waardevolle informatie was en ik er beslist een boek van moest maken."

Toch duurde het nog een paar jaar vooraleer Tine het eindwerk zou herschrijven : "Het was eigenlijk een soort bundel die ik zelf altijd overal meenam, om allerlei kwaaltjes of ongemakken te verhelpen. Op een dag heb ik mijn stoute schoenen aangetrokken en ben ik met mijn boek in wording naar een uitgeverij gestapt. Jan Ingelbeen van Roularta Books was meteen enthousiast."

Vandaag ligt Tines boek in de winkel. Kindje gezond biedt een helder overzicht van natuurlijke geneeswijzen voor 23 veel voorkomende kinderkwalen. Ook eerste hulp bij snij- en schaafwonden, kneuzingen, verrekkingen...komt aan bod. Kortom, alles waar al wie jonge kinderen in huis heeft, mee te maken krijgt. Een afzonderlijk hoofdstuk gaat over kinderziekten als bof, mazelen, rodehond enzovoort. "De voorgestelde remedies komen uit de vier natuurlijke geneeswijzen die het gemakkelijkst toepasbaar zijn : de kruidengeneeskunde, aromatherapie, bloesemtherapie van dr. Bach en de volkse kruidenwijsheid."

Tine hanteert een vlotte, toegankelijke taal, en benadrukt dat je echt geen 'kruidenheks' hoeft te zijn : "Iederéén kan zelf kruidenremedies bereiden. In het boek lees je precies hoe het moet, en wat je ervoor nodig hebt. Dat daarbij ook Latijnse namen gebruikt worden, is onvermijdelijk. Een buitenlandse apotheker zal je niet begrijpen als je om Sint-janskruid vraagt, maar aan *Hypericum perforatum* - de Latijnse naam voor Sint-janskruid - zal hij of zij je wél kunnen helpen. Die Latijnse namen zijn dezelfde in de hele wereld."

"Het hoeft ook niet allemaal veel werk met zich mee te brengen : de een maakt liever alles zelf klaar, met grondstoffen uit de natuur of uit de natuurwinkel, de ander koopt het liever kant-en-klaar. Zo kan je stap voor stap een medicijnkastje vullen met natuurlijke geneesmiddelen."

Tines zoontje Michaël is voor haar het levende bewijs dat natuurlijke geneeswijzen hun doel bereiken : "Ik ben ervan overtuigd dat ons lichaam beschikt over een groot zelfhelend vermogen en dat natuurlijke geneesmiddelen het afweermechanisme stimuleren. Met andere woorden : je maakt je kind sterker en weerbaarder."

"Het is wel belangrijk om in te grijpen zodra de eerste symptomen zich voordoen. Bij een beginnende oorontsteking bijvoorbeeld zullen enkele druppels medicinale olie van smalle weegbree (*Plantago lanceolata*) al na zeer korte tijd de pijn verzachten. De kans is groot dat de ontsteking vervolgens wegtrekt. Uiteraard roep je de hulp in van een dokter als het toch erger wordt, dat spreekt vanzelf. Maar heel dikwijls is dat niet nodig. Ik wil de mensen zo graag meegeven dat ze met een beetje gezond verstand hun kind veel sterker en weerbaarder kunnen maken; een niet onbelangrijke troef in onze snelle en niets ontziende maatschappij", besluit Tine.

'Kindje gezond - Natuurlijke geneeswijzen voor baby en kind' van Tine Devliegher is verkrijgbaar in de betere boek- en kruidenwinkel.

Info : www.gezondenenergiekleven.be/kindjegezond waar je ook de doseringen voor oudere kinderen en volwassenen kan opvragen.

Copyright © 2017 Roularta Media Group. Alle rechten voorbehouden