

TUSSEN ALTERNATIEF EN REGULIER

**Pionier
Han Siem
beantwoordt
elke dag zo'n
honderd
e-mails over
natuur-
medicatie**

Hij schat dat hij al zo'n 400.000 adviezen heeft verstrekt over het samengaan van recept- en natuurgeneesmiddelen. Toch is Han Siem op dit terrein nog steeds pionier. "Ik ben voor synergie en respect tussen beide werelden."

Auteur **Annemiek Veelenturf**
Foto **Jeroen Jumelet**

De behoefte aan betrouwbare informatie over interacties tussen recept- en natuurgeneesmiddelen is groot, ervaart Han Siem.



Binnen de reguliere farmacie is hij een 'gewone' openbaar apotheker, eigenaar van de Huizer Apotheek. Maar in de wereld van de natuurmedicatie geniet Han Siem (59) grote bekendheid, vooral door zijn columns in bladen als *OrthoFyto*, *Medisch Dossier* en *Voedingsgeneeskunde*. De behoefte aan betrouwbare informatie over het samengaan van recept- en natuurgeneesmiddelen is groot, ervaart hij. Elke dag krijgt Siem zo'n honderd e-mails met vragen van patiënten, artsen en natuurgenezers. "Ik beantwoord ze direct, ook in weekenden en vakanties, waarmee ik circa dertig uur per week kwijt ben." Zo kan hij een borstkankerpatiënt melden dat kurkuma de werking van tamoxifen vermindert. En dat een psychofarmacongebruiker gerust Gaba (gamma-aminoboterzuur) kan nemen om beter te slapen, omdat de twee middelen geen risicovolle interacties geven.

Zijn interesse begon toen hij als 38-jarige last kreeg van atriumfibrilleren. "Ik kreeg flecaïnide voorgeschreven, maar ik wilde zo'n zwaar hartmedicijn helemaal niet. Met gezonde voeding, sporten, stressreductie en middelen als magnesiumtauraat, omega 3 en berberine heb ik de kwaal onder controle gekregen."

Siem, die graag buiten kaders treedt en een hekel heeft aan domeindenken, schat dat hij inmiddels zo'n 400.000 adviezen heeft gegeven. Soms vragen die om een uitzoekklus van jewelste, diep in allerlei wetenschappelijke data. In zijn webshop DeVitamineapotheek.nl verkoopt hij vervolgens de complementaire middelen, maar de feedback van patiënten is zijn grootste drijfveer. "Ze zijn blij en dankbaar."

BRUGGENBOUWER

Als bruggenbouwer tussen de reguliere farmacie en de natuurgeneeskunde – "Ik ben voor synergie en respect tussen beide werelden" – is hij nog steeds pionier. Collega-apothekers hebben weinig interesse in de complementaire wereld, ziet hij. Maar Siem is ervan overtuigd dat daarin verandering komt. "Artsen staan er al meer voor open, en dan volgen apothekers vanzelf. Hopelijk komt er in de farmaciestudie aandacht voor." ■