

'Ik weet nu weer wat leven is!'

Zo'n 15 jaar geleden liep Marlies Bouten de ziekte van Lyme op. Daarnaast heeft ze het afgelopen jaar een paar rugoperaties achter de rug met vervelende complicaties zoals o.a. een botontsteking en zenuwbeschadigingen. 'Ik heb langdurig flink veel zware medicijnen gebruikt zoals morfine, prednison en antibiotica', vertelt zij. 'Die medicijnen plegen roofbouw op je lichaam. Ik was daardoor al jaren heel erg moe en had geen energie meer om mijn dagelijkse dingen te doen. Zelfs douchen was al te vermoeiend.'

'Ik kon me mijn leven zonder deze vermoeidheid niet meer voorstellen. Ik ben zo blij dat ik de geactiveerde zuurstoftherapie ontdekt heb! Ik weet nu weer wat "leven" is! Ik liep al langer rond met het idee om iets met zuurstof te gaan doen, maar iets weerhield me steeds, totdat ik in aanraking kwam met geactiveerde zuurstoftherapie. Dat was precies dat stukje meer waar ik naar opzoek was.'

Snel resultaat

'Meteen vanaf de eerste keer dat ik het apparaat gebruikte, voelde ik me beter: energiever en meer zin om dingen te ondernemen. Ik ben altijd een bezig mens geweest, maar de laatste jaren was dat door energiegebrek gedaald tot 0,0. Na twee weken geactiveerde zuurstoftherapie kende ik mezelf niet meer terug. Mensen in mijn omgeving merkten dat ik veel fitter en energiever was. Het spetterde van me af! Mijn omgeving genoot er van om mij weer zo actief te kunnen zien. Dat was voor mij een bevestiging dat ik er goed aan had gedaan dat ik zo'n apparaat had aangeschaft.'

Marlies heeft haar apparaten nu ruim een half jaar in huis. 'Ik maak er nog steeds vrijwel dagelijks gebruik van. Als gevolg van een zenuwbeschadiging heb ik vaak 's nachts last van krampen. Als ik voor het slapen gaan de geactiveerde zuurstoftherapie gebruik, heb ik beduidend minder last van de krampen of zijn ze soms zomaar een aantal nachten helemaal weg.'

In de praktijk

Marlies Bouten heeft met haar bedrijf Aangepast Sporten & Bewegen een mogelijkheid gecreëerd voor mensen met een chronische ziekte om te kunnen sporten onder deskundige begeleiding. Klanten komen er op eigen initiatief, maar ook vanuit revalidatieprogramma's van een aantal zorginstellingen. 'Vrijwel iedereen die een chronische aandoening heeft, klaagt over vermoeidheid. Het lichaam is vaak al de hele dag hard aan het werk om pijn en ziekte op te vangen en/of te herstellen. Dat kost veel energie. Geactiveerde zuurstoftherapie bouwt niet alleen de energie weer op, maar zorgt ook voor een betere zuurstofuitwisseling waardoor cellen beter kunnen gaan functioneren en klachten dus kunnen verminderen.' Marlies zet de therapie in voor tal van verschillende klachten, van ernstige aandoeningen tot griep of sombere gevoelens.

Ondersteuning

'Ik heb gemerkt dat geactiveerde zuurstoftherapie de werking van andere therapieën, zoals fysio, sporten, massage et cetera ook versterkt. Die therapieën slaan dan beter aan.

Geactiveerde zuurstoftherapie biedt in veel gevallen net dat beetje extra dat maakt dat mensen ook daadwerkelijk ervaren dat ze zich lichamelijk en psychisch beter gaan voelen. Dat geeft dan weer zelfvertrouwen en sterkt het doorzettingsvermogen om door te gaan met sporten. Op die manier versterken sport en geactiveerde zuurstoftherapie elkaar optimaal.'