

Tussenpad



INÈS VON ROSENSTIEL

kinderarts, arts integrative
medicine

Rijnstate Ziekenhuis

“Een bewuste
verschuiving in
mijn eigen
beroepsidentiteit
was geen exercitie
op papier”

INTERVIEW

”

Sinds vijfendertig jaar werkt Inès von Rosenstiel als medisch specialist in het curatieve en steeds meer in het (inter-) nationale preventie veld in *integrative medicine*, van intensieve zorg tot *community health*, van wereldcongressen tot in ziekenhuis spreekkamers.

In mijn eigen loopbaan liep de liminale fase parallel. Ik begon als kinderintensivist, later volgde kinderobesitas en leefstijlgeneeskunde, en vervolgens werd mijn terrein steeds breder en tegelijkertijd voor velen ook lastiger grijpbaar: *integrative medicine*, *integrative pediatrics* en aandachtsveld *integrative oncology* voor volwassenen.

Die verschuiving van ‘cure operationaliseren’ naar ‘agency begeleiden’ en *empowerment* van de patiënt was geen exercitie op papier, maar een bewuste verschuiving in mijn eigen beroepsidentiteit!

Ik heb in die jaren gezien dat echte *health span*¹ niet alleen start met meer kennis, maar met erkenning van de liminaliteit, het tussenpad.

Het is zaak om gebruik te maken van dat mini-moment waarop iemand net genoeg licht ziet om het eigen gedrag anders in te gaan richten. Integrative medicine is 80% leefstijlgeneeskunde en 20% *evidence based* aanvullende behandelingen. Het is daarom belangrijk om mensen te activeren om zelf te gaan handelen, kortom het handelingsvermogen te activeren. Ook wel *agency* genoemd. De mens naar dat punt brengen: de kunst van *agency-activatie*.

1. de periode die in goede gezondheid wordt doorgebracht

En agency ontstaat niet door discipline, maar door betekenis en zingeving. Het moment waarop iemand een kleine stap maakt, door hem zelf gekozen, niet voorgeschreven, soms wel ondersteund of gegidst.

Een wandeling. Een adem- of mindfulness ritueel. Een gezonder eetpatroon. En dan – soms vrijwel onmerkbaar – de identiteitsverschuiving naar: ‘ik ben iemand die zorg draagt voor mijzelf’.

Integrative medicine – gevoed door wetenschap, holistisch, persoonlijke aandacht, en focus eigen regie van de patiënt – definieert deze drempelzone als klinische kans. Preventie als participatie. Leefstijl en ondersteunde technieken als herstelroute. Niet aan de randen van de zorg, maar in de kern van wat gezondheid is.

Integrative medicine als nieuw paradigma om naast het bestaande te zetten, als *brug* die de transformatie zichtbaar maakt. Het is de plaats waar transitie van Ziekte & Zorg naar Gezondheid & Gedrag werkelijk gebeurt.

En waar mensen zichzelf kunnen terugvinden als mede-architect van hun eigen gezondheid.

Het sluit aan bij salutogenese (Aaron Antonovsky), positieve gezondheid (Machteld Huber), leefstijlgeneskunde en *planetary health*... én sluit naadloos aan bij mijn eigen purpose: Empowerment en Preventie.



Inès von Rosenstiel:

“Integrative medicine sluit naadloos aan bij mijn eigen purpose:

Empowerment en Preventie”

Meer inspiratie?

Links vind je hier:

- [Ines von Rosenstiel is arts en transformeerde...](#)
- [Zelfzorg is geen luxe maar noodzaak: zelfzorg voor professionals](#)
- [Aflevering podcast De Balanskliniek](#)
- [Webinar Leefstijl en integratieve medicatie](#), SchildklierNL
- [Interview Integrative Oncologie](#), MMV

Er is eveneens een *whitepaper* geschreven met input van en feedback door Inès von Rosenstiel.

‘Tussenland. Welzijn en Gezondheid, het onbenut potentieel en perspectief vraagt om een paradigmaverschuiving’

Interesse in de *whitepaper*?

Mail ‘Tussenland’ naar info@tussenpad.nl