

# 'Ik ben als tiener wakker geschud'



STEFÁN HAD OP ZIJN 14<sup>e</sup>  
EEN 'ONBEHANDELBARE' TUMOR

Stefán Gyarmathy (45) heeft als 14-jarige een onbehandelbare hersentumor. De Moermantherapie komt op zijn pad via zijn moeder die bij een natuurgeneeskundige praktijk werkt. Hoewel het dieet soms letterlijk 'slikken' is, staan de artsen anderhalf jaar later voor een raadsel. Spontane genezing, noteren ze in het medisch dossier. 'Ik leerde dat het Moermandieet aan alle kanten klopt.'

TEKST CHRISTINE STEENKS BEELD MARIËT MOSTERT

Zware hoofdpijn en dubbelzien, met die klachten komt Stefán in 1990 bij de neuroloog. Die ziet twee mogelijkheden: in het gunstigste geval een ontsteking, in het ongunstigste geval een hersentumor. Het blijkt het laatste en de arts schetst een buitengewoon somber vooruitzicht: nog drie tot vijf maanden te leven. Met de wilskracht van een eigenwijze puber weigert Stefán dat te geloven. "Ik vond mezelf veel te jong om te sterven", herinnert hij zich. "De gedachte dat ik dood zou kunnen gaan, heb ik meteen geblokt. Ik ging voor het leven en riep bewust positieve beelden op, voordat ik ging slapen. Dan zag ik mezelf weer flinke wandelingen maken in het bos en rennen over het voetbalveld."

#### Geen keuze

Zijn moeder neemt hem mee naar de natuurgeneeskundige praktijk waar zijzelf in dienst is. De therapeut adviseert de Moermantherapie; het dieet en supplementen waaronder vitamine C, multivitaminen, antioxidanten, enzymen en ontgiftende kruiden. Hij legt uit waarom het belangrijk is dat Stefán zich aan de voedingsvoorschriften houdt. Niet alles gaat er even makkelijk in. "Het was een grote omschakeling. Mijn vader is Hongaar, ik was gewend aan veel vlees. Dat mocht niet meer. Ook frisdrank

behoorde voortaan tot de verboden middelen. In plaats daarvan dronk ik bieten- en wortelsap en liet ik karnemelk met twee rauwe eidooiers naar binnen glijden. Lekker vond ik dat niet, maar ik had geen keuze. Het ziekenhuis kon niets voor me doen en ik wilde niet dood." Het effect motiveerde om door te gaan. "Ik voelde me na een paar weken al sterker en fitter worden en de hoofdpijn nam af. Dat gaf veel energie. Mijn therapeut bleef realistisch en benadrukte dat een hersentumor niet zomaar verdwijnt. Hij gaf mij geen valse hoop."

Toch was het voor Stefán nauwelijks een verrassing toen anderhalf jaar later, tijdens de halfjaarlijkse controle, de tumor verdwenen was. "Ik voelde me alweer zó goed. Van opluchting begon ik

#### De arts geloofde zijn ogen niet: 'Is er wel contrastvloeistof toegediend?'

hardop te lachen, maar de arts geloofde zijn ogen niet. "Dit kán niet! Is er wel contrastvloeistof toegediend?" vroeg hij. Dat was absoluut gebeurd en ook hij kon uiteindelijk niet anders dan deze wonderlijke uitkomst te rapporteren als een spontane genezing. Er werd in een internationale artsen groep melding van

gemaakt. Doorvragen naar de aanvullende therapie die ik volgde, was er niet bij. Daar konden ze niets mee."

#### Dubbelzien

De gevaren zijn overigens niet meteen geweken. En de gevolgen van de tumor zijn dertig jaar later nog steeds merkbaar. "De tumor drukte tegen mijn oogzenuw en die is beschadigd, waardoor ik nog altijd dubbelzie wat erg vermoeiend is." Ook het hersenvocht-kanaal raakte beschadigd. De artsen plaatsen een permanente drain in de hersenkamer met een pompje achter het oor om het teveel aan hersenvocht af te voeren. "Eigenlijk moest ik daar drie maanden van herstellen. Maar na een week wilde ik weer naar school. Thuis werd ik gek. Ik wilde naar mijn vrienden, het gewone leven weer oppakken. Omdat ik me al stukken beter voelde,



mocht het. Voor de therapeut was ik, als zoon van een van zijn medewerkers, een extra bijzonder geval. Hij wilde niet te hoge verwachtingen wekken en vooral afwachten hoe het zich verder zou ontwikkelen. Mijn genezing was voor hem evengoed een blijde verrassing."

#### Moermandieet klopt

Een paar dagen na de verrassende uitslag van de MRI-scan gaat Stefán naar een schoolfeest. Zijn vrienden vragen het nummer 'I'm still alive' van Pearl Jam voor hem aan. Het ontroert hem nog en hij zingt het refrein zacht voor zich uit. "Een mooi moment. Ook mijn vrienden hadden meegeleefd en waren ontzettend blij dat ik beter was." Voor de 16-jarige Stefán is beroepskeuze niet moeilijk meer. "Ik wilde natuurgeneeskunde studeren. Ik had zelf ervaren hoe sterk de natuur is en hoe je met

voeding en supplementen het lichaam kunt her-programmeren. Mijn therapeut had uitgelegd hoe suiker door gisting in het lichaam voeding wordt voor kankercellen. Hoe eiwitten uit vlees eenzelfde werking hebben. Dat moet ik dus niet hebben, begreep ik. Ook legde hij uit dat rauwe eidooiers krachtvoer voor de enzymen zijn. Al bleef het altijd een strijd om suiker te laten staan en rauwe eidooiers door te slikken, ik voelde aan den lijve dat het me goed deed. Ik leerde dat het Moermandieet aan alle kanten klopt. Zo groeide bij mij het verlangen om anderen ook met hulp van de natuur beter te maken. Dat wist ik al snel heel zeker."

#### In coma

Maar de zorgen blijken nog niet voorbij. Vijf maanden na de blijde uitslag krijgt hij last van vermoeidheid en valt hij

steeds in slaap. Het pompje van de drain die het hersenvocht afvoert, blijkt verstopt. Het vocht kan niet meer weg en hij raakt in coma. Met een nieuw pompje knapt hij weer op. Maar op zijn 21e - hij studeert inmiddels natuurgeneeskunde - gebeurt hetzelfde verschillende keren achter elkaar. "Vijf keer raakte ik in coma daarna was ik mijn complete geheugen kwijt. Ik kon me niets meer herinneren, écht een drama. 'Stop maar met je studie', kreeg ik te horen. Het zou me nooit lukken de leerstof vast te houden. Maar ook nu weigerde ik te geloven dat mijn geheugen blijvend verdwenen was. Ik nam vetzuren, vitamines en kruiden en langzaamaan werd het weer helder in mijn hoofd. Uiteindelijk is mijn geheugen weer helemaal terug. Dat was voor iedereen net zo'n groot wonder als de verdwenen tumor!"

#### 'Met vetzuren, vitamines en kruiden werd het langzaamaan weer helder in mijn hoofd'

De drain met pomp werd vervangen door een buisje dat het hersenvocht onderhuids via de hals naar de buikholte afvoert. Sindsdien gaat het goed.

#### 'Rare jongen'

Stefán is in die tijd een bekende patiënt in het VU Amsterdam. Hij komt jaarlijks op controle en hoeft maar te bellen en ze staan voor hem klaar. Wanneer hij op zijn 28e opnieuw last van hevige hoofdpijn krijgt, vreest hij het ergste. "Ik was bang dat ik weer door teveel hersenvocht in coma zou raken. Ook de artsen vermoedden dat er weer iets misging met de vochtafvoer in mijn hoofd. Maar het bleek dat ik juist te weinig hersenvocht had! Dat is levensgevaarlijk; zonder vocht kunnen je hersenen op elkaar klappen, dan zou ik dood kunnen gaan. >>

» Maar de artsen konden er niets aan veranderen. Je kunt geen vocht de hersenen inpompen. Mijn einde naderde. Thuis ging ik aan de slag met supplementen van vooral vetzuren, waaronder algenolie, lecithine, alpha liponzuur en fosfatidylserine. Want vet kan wél bij de hersenen komen. Na twee weken, functioneerde ik weer normaal en bleek uit de MRI-scan dat het hersenvocht weer op peil was. In het ziekenhuis vonden ze mij inmiddels een

hele rare jongen. Maar mij gaf het zóveel vertrouwen in het vak. De natuur maakt verbetering altijd mogelijk. Zij helpt om het lichaam te her-programmeren en te herstellen.”

### Leerschool

“Na mijn 28<sup>e</sup> ben ik niet meer in het ziekenhuis geweest. Ik heb het volste vertrouwen in mijn lichaam en in de natuur. Maar mijn hoofd vraagt veel aandacht en ik suppleer om optimaal te functioneren. Anders krijg ik hoofdpijn en raak ik vermoeid. Alles wat ik meemaakte, is een enorme leerschool. Voor mijn patiënten is het fijn dat ik uit ervaring spreek. Ik ben een levend voorbeeld van wat je met de natuur kunt bereiken.”

Al op zijn 19<sup>e</sup> jaar startte Stefán met de studie natuurgeneeskunde. “Eigenlijk gold daarvoor een minimumleeftijd van 24 jaar, maar met mijn achtergrond en motivatie werd ik eerder toegelaten. Ik bracht het geleerde ook al snel in praktijk: voetreflextherapie, Bachbloesemremedie en massages. Later slaagde ik ook voor de studies homeopathie, orthomoleculaire geneeskunde en klinisch psychoneurologische immunologie.”

“Het is mijn passie om mensen te helpen. Ik merk dat mensen er baat bij hebben en heb al veel wonderlijk herstel meegemaakt. Zoals van een vrouw met longkanker met uitzaaiingen in de lever, maar ook van mensen met hersentumoren. Dat is bijzonder, al verwacht ik eerlijk gezegd altijd verbetering als mensen er écht voor gaan.”

Een gezonde leefstijl draait volgens Stefán om een positieve mindset, gezond voedingspatroon, natuurlijke supplementen, voldoende beweging, ontgiftiging en een portie eigenwijsheid. “In dertig jaar is de wereld veranderd. Er zijn te veel ongezonde voedingsmogelijkheden. Het is een uitdaging om mensen bewust te maken van de voedingskeuzes die ze maken en de leefstijlveranderingen die nodig zijn.

## ‘In het ziekenhuis vinden ze mij een heel rare jongen’

Tegelijkertijd merk ik dat meer mensen zich er wel bewust van worden dat het ertoe doet hoe je eet en leeft. Het wordt normaler om speltbrood te eten en vegetarisch te zijn. Maar de omgeving is toxischer geworden. In drinkwater, lucht en voeding zitten toxische stoffen en onze lever heeft het zwaar te verduren. Een halfjaarlijkse ontgiftingskuur is voor niemand overbodig. Ook heeft vrijwel iedereen een vitamine C-tekort. Verder besteed ik in mijn consulten aandacht aan het kwijtraken van emotionele ballast. Je maakt van alles mee in je leven, blijde en verdrietige dingen. Zelf heb ik er hard aan gewerkt om vastzittende emoties los te weken en te verwerken. En om tegelijkertijd aan positieve dingen te denken.”

“Ik ben als jonge tiener zó wakker geschud... Eerst zou ik nog maar drie maanden te leven hebben, toen werd ik genezen verklaard. De Moermantherapie was mijn laatste strohalm. Het alternatief - doodgaan - was voor mij geen optie. Ik blijf mijn moeder, ze is helaas overleden, altijd dankbaar voor de zeer grote rol die zij bij mijn genezing speelde. Zij integreerde het Moermandieet in mijn leven en bracht mij op het spoor van de natuurgeneeskunde.”

“Wie is opgegeven heeft absoluut nog kansen. Soms op genezing en altijd op een betere kwaliteit van leven. Zeker als je er voor de volle honderd procent voor gaat.”



## BIOGRAFIE

**Wie:** Stefán Gyarmathy (45)

**Privé:** Getrouwd met Jantina, vader van een dochter, woont in Nieuwerkerk

**Diagnose en behandeling:** Stefán krijgt op 14-jarige leeftijd de diagnose ‘hypofysetumor’. De doorsnede van het gezwel is circa 3 centimeter. ‘Onbehandelbaar’ is het oordeel. Onder begeleiding van een natuurgeneeskundig therapeut volgt hij de Moermantherapie: het dieet met supplementen op maat.. Na anderhalf jaar is de hypofysetumor verdwenen. Van zijn 14e tot zijn 28e is hij onder controle in verschillende ziekenhuizen, waaronder het Amsterdams Medisch Centrum.

Samen met zijn vrouw heeft Stefán een praktijk voor natuurgeneeskunde en psychosociale therapie: [www.zonvitaris.nl](http://www.zonvitaris.nl)