



Nieuws van de Vereniging Vrienden van Archeon

SEPTEMBER 2020 | JAARGANG 26 No.2

In dit nummer

2. Voorwoord voorzitter 3. Meanwhile @ Archeon 4. Vrouwe Hadewij 5. Muziek Rubriek 6. Interview met Dirma 8. Chirurgie in steentijd 10. Antieke geneeskunde 12. Heelkunde in de ME 13. Leukste herinnering 14. Pandemieën 16. Strip door Gilivs en colofon

Fit door de eeuwen heen

Foto: Wim Robben

Voorwoord voorzitter

Wat een wonderlijk jaar beleven wij met zijn allen. Vanaf maart heeft COVID-19 ons allemaal in de greep en heeft veel gevolgen voor de gezondheidssector en treft helaas ook mensen persoonlijk. Mede door de coronacrisis is de vrijetijdssector en daarmee ook museum-park Archeon flink getroffen. Archeon is tot medio juli dicht geweest en tevens zijn een aantal VvVA evenementen afgelast.

Gelukkig is Archeon weer opengegaan en zijn inmiddels ook onze activiteiten weer opgestart. Uiteraard alles aangepast aan de officiële RIVM-gedragsregels. De bezoekers aan het museum-park weten de nieuwe indeling met vaste routes goed te waarderen. Ook het vrijwilligersgebeuren heeft op een laag pitje gestaan. Enkel de bouwploeg en groenploeg zijn actief gebleven zodat Archeon er verzorgd uit blijft zien. Intussen zijn meer vrijwilligers weer actief geworden.

Voor VvVA leden vindt de ALV plaats op 7 november in combinatie met de Vriendendag. Daar zullen o.a. twee nieuwe bestuursleden aantreden. Zie de nieuwsbrieven voor meer informatie. In het na-jaar organiseert VvVA weer workshops en een aantal lezingen. Ook bruist het al van de ideeën voor het 25 jaar VvVA jubileum in 2021. Zo wordt een erg mooi cadeau aan Archeon aangeboden en zal er bij voldoende belangstelling een reis naar het oude Rome georganiseerd worden. En er wordt uiteraard meer georganiseerd. Blijf gezond! - Leo van Sister, voorzitter



Leo van Sister in Archeon

Lezingen, workshops of stedentrips van de VvVA bijwonen? Kijk op <https://www.vrienden-archeon.nl/agenda> voor een overzicht. Aanmelden kan via dezelfde website. De Lezingen zijn meestal in het Archeologiehuis Zuid-Holland, het museum bij de ingang van Archeon, Archeonlaan 1, Alphen aan den Rijn.

"Mijn leukste herinnering"



In de opmaat naar ons jubileumjaar vroeg onze voorzitter alvast een aantal leden naar hun leukste ervaring bij of met de VvVA. Ruud Fraanje, mede-initiatiefnemer/oprichter (1994) en bestuurslid van 1996 t/m 2011 verteld: "Een van de leukste herinneringen voor mij is het "ossenparentsplan" (1995). Door een te optimistische opzet van Archeon in 1994 met als entreegebouw het Nederlands paviljoen van de wereldtentoonstelling in Sevilla (1992) en de tijdmachine (Oersprong), en er waren zelfs plannen voor een monorail vanaf het station, volgde er een faillissement.

De curator wilde de ossen Sauret en Vermeil verkopen voor de slacht. Door o.a. het "ossenparentsplan" kon de VvVA de dieren aankopen. Ze zijn door Fokko Bloema in Beilen (Drenthe) verzorgd en bij de doorstart van Archeon in 1997 weer in Alphen gearriveerd. Een leuke actie met een gunstige afloop. Privé heb ik ook een zeer goede herinnering aan een familiebijeenkomst in de Herberg ter gelegenheid van mijn 65ste verjaardag."

Benieuwd naar meer herinneringen? Lees verder op pagina 13.

Meanwhile @ Archeon

Door Monique en Jack Veldman

Op 21 mei mocht Museumpark Archeon wederom de poorten openen nadat eerder in maart het park werd opgeschrikt door het coronavirus. Het gebeurde middels het coronaprotocol dat werd opgemaakt volgens de richtlijnen van het RIVM, de Club van 11 en de Museumvereniging. Met behulp van de vaste route vanaf de prehistorie, meerdere hygiëne punten, het aankomsttijd reserveringssysteem en de 1,5 meterstok (wilgentak) om de afstand te bewaren, werd het park weer opengesteld. In de arena werden meerdere gevechten gegeven afhankelijk van het aantal gasten. Dankzij de hulp en inzet van de medewerkers en vrijwilligers is dit professioneel verlopen en is Archeon (bijna) weer helemaal open.



Romeinse weken

Zo zijn er ondanks de bijzondere tijden ook weer mooie momenten als bijvoorbeeld de kerkuil die zijn plek heeft gevonden in het huisje van de hout- en beenbewerker. De natuur gaat altijd door en dit voorjaar is er dan ook een vogeltelling geweest waarbij 32 verschillende (broed)vogels werden gespot als de fuut, knobbelzwaan, roodborst en grote bonte specht.

Het huis van de mandenmaker en het huisje van de imker zijn in ere hersteld, gelift en opnieuw ingericht. In de huizen zijn nieuwe exposities gemaakt met het verhaal van de imker en de mandenmaker. Door of dankzij corona ontstaan ook weer nieuwe ontwikkelingen. Zo is een samenwerking ontstaan met Rechargers.nl. Zij boden hun tenten aan Archeon aan, waardoor hiermee een nieuw concept werd ontwikkeld: Expeditie Archeon. Een driedaags verblijf met twee overnachtingen, inclusief rondleidingen en bijzondere activiteiten op het park en een all-inclusive verzorging met ontbijt, lunch en diner. De reacties van de gasten waren zeer positief.



Mandenvlechten

I.v.m. de gespreide openingstijden hebben de afgelopen zondagen in het teken van de Vroege Vogels gestaan. Een extra vroege rondleiding en voor opening een goed moment om te genieten van de mooie natuur op Archeon.

Tijdens de afgelopen vakantieweken waren de speciale thema's in de prehistorie, middeleeuwen en Romeinse tijd. Tijdens de Romeinse weken was Legio II uit Nederland te gast. Het waren ondanks de bijzondere omstandigheden mooie zomerweken en wij maken ons weer gereed voor de herfst en winter en natuurlijk voor het volgende seizoen. ■



De imker

Van de spisen ende voetsel als medicine

Door Vrouwe Hadewij

Iedereen wil zo gezond mogelijk blijven, dat wilde men ook in de 14e eeuw. Hiervoor bestonden boekwerken met leefregels die onder een aantal middeleeuwen bekend waren. Sommige van die regels zullen als heel bekend in de oren klinken omdat ze nog steeds gebruikt worden, andere juist niet.

Een daarvan is het "Boek van medicine in Dietsche" (14e eeuw). Het boekje gebruikt twee belangrijke bronnen, die van Avicenna en Galenus. Hierin geeft men aan hoe men gezond blijft, maar ook wat te doen als men niet geheel gezond meer is, welke producten men beter niet te veel kan eten of wat nu goed is voor een goede genezing bij bepaalde kwaal of ziekte.

Zo beschrijft men onder andere dat bepaalt voedsel omgezet kan worden in puur bloed dat goed is voor de gezondheid, het beste is hiervoor griesmeelbrood en vlees van jonge kippen te eten. Maar ook planten met een onaangename smaak kunnen juist een goed effect hebben, neem nu mosterd, ui of knoflook. Dat het beter is rivierwater te drinken omdat het veel van de oorspronkelijke vochtigheid bevat en daardoor zorgen voor de verwijdering van de afvalstoffen in het lichaam. Regenwater is nog het allerbeste want dat bevat geen schadelijke stoffen! Verder is het van belang om altijd goed op het eten te kauwen, dat het beter is om na inspanning wat te eten, dan daarvoor. Eet in de zomermaanden niet te veel of te zwaar voedsel en drink bij inspanning niet te snel of te koud water! En als je witte lichte wijn drinkt, is het beter deze met wat water te mengen.



Adviezen voor mensen die moeten herstellen: kleine maaltijden met veel voedingswaarde zorgt dat men zich weer snel beter gaat voelen. Voor wat betreft ouderen, die zullen baat hebben bij krachtige voeding in kleinere hoeveelheden zodat de organen niet in een keer te zwaar belast zijn. Zo staan er nog veel meer boeiende adviezen en oplossingen voor diverse kwalen in het boekwerk!

Ook Hildegard von Bingen (11-12e eeuw) beschreef in haar boeken het belang van goed en gezond eten en ook hier lezen we allerlei geneeskundige adviezen. Zoals wat te doen bij hoofdpijn (fijngekauwde erwten, gemengd met honing en bedekt met een doek), of bij enorm vies haar en ze geeft zelfs een recept voor 'energiekoekjes'! Hildegard geeft aan dat dieren, planten, stenen en zelfs metalen van invloed zijn op het welzijn van de mens.

Vreugdekoekjes van Hildegard

Neem gemalen nootmuskaat, kaneel en wat kruidnagel totaal 75 gram, 250 gram speltmeel, 75 gram honing, 1 ei, wat water en 150 gram boter, meng dit alles door elkaar. Maak van het geheel kleine dunne koekjes en bak deze in de oven op 180 graden tot ze lichtbruin gekleurd zijn.

Deze koekjes zorgen voor het verdwijnen van de kwade humoren en maakt je helder van gedachten!

Eet smakelijk!

Vrouwe Hadewij ■



De helende kracht van (middel- eeuwse) muziek

Door Helma Hartman

Bij het nadenken over muziek en heling gaan mijn gedachten naar Hildegard von Bingen. Met haar 77 liederen, en het 'Liber compositae medicinae / Causae et curae' ('Boek van de geneeskunst'), lijkt het vanzelfsprekend dat in Hildegards leven muziek, ziekte en gezondheid verweven zijn. Ik weet niet of muziek in voornoemd boek genoemd wordt, maar in haar liederen speelt heling soms een rol, bijvoorbeeld in 'O ignis spiritus paracliti'.

Ik citeer uit Ingrid Riedel's 'Hildegard von Bingen – Profetes van kosmische wijsheid': "Voor Hildegard horen het heilige en het helende bij elkaar. Tenslotte kan bij haar alleen het heilige genezing brengen – de aangrijpende, verwarrende ontmoeting met het transcendenten zoals alleen de ziel die kan ervaren. En zij vervolgt: *Heilig ben jij, jij zalft de zwaargewonden / Heilig ben jij, jij reinigt de zwerende wonden.*"

Ook in de Cantigas de Santa Maria is er sprake van ziekte, en, daarna, genezing door – meestal – Maria. In het lied 'Nulla enfermidade' (93) hoor je hoe de moedermelk van de Maagd een zoon van lepra geneest, 'Como Poden' (166) handelt over een kreuple man die belooft bij genezing een hoeveelheid bijenwas naar Salas te brengen. Enkele Cantigas vermelden de opwekking van een kind uit de dood (21, 43, 167, 323, 381). Een man geneest van nierstenen ('Tantas en Santa Maria', 173), een vrouw van haar gezwollen arm ('Com' a grand enfermidade', 346), en koningin Beatriz, die zwanger is, van hevige koorts ('Quen na Virgen gloriosa', 256). Ook geneest een hele groep mensen van St. Antonius-vuur (ergotisme), als zij voor het altaar van Maria gaan zitten. Maria zelf komt op een lichtstraal door het raam naar binnen en geneest hen met het kruisteken ('A Virgen en que é toda santidade', 134).

Toevallig stuurde onlangs een kinderarts een bericht naar Archeon met de vraag om informatie over muziek uit middeleeuws Europese en de klassieke Egyptische, Griekse, Romeinse, Chinese en Indiase Oudheid die gecomponeerd of voorgeschreven is voor behandeling van slapeloosheid. Veel middeleeuwse kerstliedjes konden gebruikt worden bij het kindje-wiegen. Evengoed zouden deze liedjes ook thuis gebruikt kunnen worden als slaapliedje, en wellicht ook bij insomnia. Lieder als 'Polorum regina', 'Loolay, loolay', 'Joseph, lieber nefe min', 'Flos ut rosa floruit', 'Ons genaket die avontstar' lijken mij goede voorbeelden. Ook komen de Sefardische Romanzas bij me op, de episch-lyrische liederen van het Spaans-Joodse volk,

die ook gebruikt werden als slaap- en geboorteliederen. Om de waaksters wakker te houden, de kraamvrou in slaap te doen vallen, en boze geesten te weren. Met vaak heftige teksten, maar ja, ik ken ook iemand die haar zoon ooit in slaap wiegde met het Antwerps Liedboek-lied 'Het is goet pays, goet vrede', dat eindigt met een op handen zijnde dood.

En dan de religieuze liederen van Mesomedes van Kreta, de Griekse hofcomponist van Hadrianus in de 2e eeuw na Christus; laatst zei een bezoeker dat het lied 'Aeide Mousa moi filè' haar bijna in trance bracht.

Of het nu kerkmuziek is, of anderszins spirituele muziek, of wereldlijke liedjes zoals slaapliedjes, het lijkt mij duidelijk dat oude en nieuwe muziek zowel kan helpen bij het kindje-wiegen, bij ontspanning, als bij de behandeling van insomnia, het opwekken van trance of lucide dromen. Maar het vraagt om nadere studie, dus artsen en musicologen: aan het werk! ■



Hildegard von Bingen schrijft visioen op wastablet. Miniatuur uit de Liber Scivias. Auteur onbekend (Bron: Wikimedia Commons).

“Steeds de juiste manier vinden om mensen te boeien”

In gesprek met archeotolk Dirma Buis

Door Manjo van Boxtel

Voor vrijwilliger Dirma Buis lijkt Archeon één grote snoeppot. Overal is wel iets interessants te zien en te doen en vervelen doet ze zich er nooit. Daar vertelt ze graag over.

“Een jaar of vier geleden was ik met enkele kinderen in Archeon. Ik was er al vaker geweest, ook met mijn eigen kinderen, maar nu zag ik voor het eerst een poster met ‘Vrijwilligers gezocht’. Dit is leuk! was mijn eerste reactie. Ik heb me meteen aangemeld”. Haar idee was toen dat je overal inzetbaar zou moeten kunnen zijn, maar al snel kwam ze mensen tegen die juist vonden dat ze zich moest specialiseren om dingen uit te kunnen diepen. Inmiddels beseft Dirma dat beide opties mogelijk zijn, in Archeon vind je zowel allrounders als specialisten.

“Na mijn eerste jaar waarin ik overal wat deed, vond Wiel van der Mark dat wij maar eens moesten praten. Hij wilde mij graag bij de chirurgijnsgroep. Dat blijkt echt heel veelzijdig werk te zijn, je zit niet alleen als archeotolk in het chirurgijnshuis, maar je doet bijvoorbeeld ook veel onderzoek. Zo heb ik me vorig jaar verdiept in de Trotula [drie boeken uit de 12e eeuw over geneeskunde bij vrouwen – red.]. Verder onderzoek ik de link tussen de Griekse en de Egyptische geneeskunde. Maar het is ook heel leuk om bezoekers iets te vertellen. Opa’s en oma’s herkennen het meteen als je vertelt over een kruidnagel bij een zere kies. Dan heb je op dat moment de aandacht te pakken en daar kun je dan wat mee.”

“Je krijgt zoveel terug voor dit werk: waardering, inzichten en kennis.”

Andere voorbeelden die ze geeft zijn wat kauwgom kauwende pubers die haar vragen om snel even een lijstje in te vullen, dan kunnen ze dat onderdeel van hun opdracht afvinken. “Als ik ze dan een schedel en wat zagen en boren laat zien en ik vertel over bijvoorbeeld schedeltrepanaties, dan hangen ze aan mijn lippen en ontdekken ze dat het wél interessant is wat ik doe. Kinderen van 6, 7 jaar benader je weer heel anders.

Die hebben een blauwe plek of zo en dan ga ik vertellen wat je daar op kan doen. De uitdaging is om elke keer een andere weg te zoeken waarmee je mensen bereikt.”

Dirma studeerde egyptologie en archeologie, later werkte ze nog als activiteitenbegeleidster. Al die kennis en vaardigheden komen haar nu van pas, want zowel het bestuderen van allerlei bronmateriaal als het boeien en activeren van publiek zijn prima aan haar toevertrouwd.

Ondanks haar specialisatie houdt Dirma het niet bij chirurgijnswerk alleen. “In het verleden hebben alle kruiden in het chirurgijnshuis keurige naamplaatjes gekregen op de planken.

Dirma (rechts) met haar dochter





Dirma als patiënt in het chirurgijnshuis

Maar intussen is de hele indeling veranderd, dus beschilder ik de planken nu met nieuwe naamschildjes. Dat gaat langzaam want het moet buiten openingstijden, voor dat fijne priegelwerk heb ik echt mijn moderne bril nodig." Ook kijkt ze naar wat er nog niet is en misschien opgezet kan worden. "Elk huis had in de middeleeuwen een vuur en overal werd gekookt. Soep of brij op het vuur, uitleggen wat brave hendrik is, of laten zien dat er geen suiker werd gebruikt en zo nog veel meer, dat lijkt me heel toepasselijk in Archeon."

"Bezoekers denken vaak dat middeleeuwse mensen, steden en dorpen vies waren, en dat iedereen rotte tanden had. Dat beeld komt vooral van films, maar zo was het helemaal niet. Men waste huid, haar en kleding, tanden werden gereinigd met bijvoorbeeld zoethout, dat tot een borsteltje pluist als je

"Ik heb me meteen aangemeld!"

erop bijt. In die tijd was er al een circulaire economie, echt alles werd hergebruikt. Dat was tot halverwege de vorige eeuw nog zo. In 50 jaar hebben wij om zeep geholpen waar we 100.000 jaar van hebben kunnen leven!"

Dirma vindt het niet alleen leuk om dingen te doen en te vertellen. "Je krijgt zoveel terug voor dit werk. Niet alleen de waardering, maar vooral ook inzichten, kennis en begrip. Je krijgt oog voor zaken waar je vroeger aan voorbij liep. Het is echt een verrijking voor je eigen leven. Er is hier ook altijd iets waar je mee bezig kunt zijn: spinnen, naaldbinden, huisjes vegen, je moet er alleen oog voor hebben. Het is fijn dat je die ruimte ook krijgt om iets ter hand te nemen. Ik zal dan ook heel blij zijn als we na de corona weer gewoon volop mogen draaien." ■

"Voor fijn priegelwerk, heb ik mijn moderne bril nodig."

Chirurgie in de steentijd

Door Frank Wiersema



Trepanatie 18e eeuw, Museum Vrolijk, foto: Frank Wiersema

Een groep jagers komt terug naar het basiskamp. Dit is een moment dat altijd met veel spanning tegemoet wordt gezien. Deze keer is het echter meteen duidelijk dat er iets gruwelijk mis is. Eén van de beste jagers wordt bewusteloos het kamp binnen gedragen met een flinke wond op het hoofd. Alle pogingen om hem bij te brengen zijn niet succesvol. Deze jager is echter onmisbaar voor het kamp. De sjamaan weet wat hem te doen staat. In een laatste poging om hem te redden, zal hij de meest drastische ingreep moeten uitvoeren: een schedel doorboring.

Wie denkt aan geneeskunde in de prehistorie, denkt niet direct aan chirurgie. Geneeskrachtige planten en kruiden zouden eerder in je opkomen. Dit laat echter geen sporen na in de archeologie, dus over het gebruik daarvan kunnen we alleen speculeren. Wat we wel met zekerheid weten, is wat we kunnen terugzien aan botten. Al van 10.000 jaar geleden zien we sporen van het bewust doorboren van de schedel. In de nieuwe steentijd kwam dit zelfs behoorlijk vaak voor. Het lichaam heeft de eigenschap om nieuw bot terug te laten groeien. In sommige schedels is dit ook te zien. Hierdoor weten we dat de patiënt tot geruime tijd na de operatie heeft doorgeleefd. Dit sluit dus uit dat het alleen gedaan werd bij mensen die al dood waren.

Schedel doorboring, ook wel trepanatie, is door de eeuwen heen tot in de twintigste eeuw toegepast, meestal om een bloedingstorting onder de schedel te behandelen. Wanneer je een flinke klap op het hoofd hebt gehad, al dan niet met schedelbreuk, kan een inwendige bloeding ontstaan onder de schedel. Dit drukt op de hersenen en geeft extreme hoofdpijn. Dit kan leiden tot coma en is potentieel dodelijk. Door een gat in de schedel te boren, kan het bloed een weg naar buiten vinden.

Getrepaneerde schedels zijn van overal ter wereld teruggevonden. Van Europa en Scandinavië, Rusland, China, Noord- en Zuid-Amerika en Afrika. Dit gebruik gaat terug tot in ieder geval 7.000 en mogelijk zelfs 10.000 jaar geleden. Uit de nieuwe steentijd hebben 5% tot 10% van alle schedels trepanatiegaten. Vaak hebben deze schedels ook schedelbreuken. In sommige gevallen is de trepanatie niet compleet, alsof de patiënt tijdens de operatie is wakker geworden en de operatie daarna is gestaakt. Sommige gevallen laten nieuwe botgroei zien, wat betekent dat de operatie succesvol was en de patiënt daarna nog een tijdje heeft geleefd. In de meeste gevallen zien we dit echter niet, wat betekent dat de patiënt of al dood was, of dat de operatie rond het overlijden is gebeurd.

Over de redenen van trepanatie in de steentijd is lang gespeculeerd. In de jaren '80 kwam medisch historicus dr. Prioreshi met een theorie die ook na recent onderzoek nog steeds het meest stand houdt. Hij redeneert als volgt:

De prehistorische mens had een andere perceptie van leven en dood. De jacht was een belangrijk onderdeel van het leven, een onderdeel dat niet zonder gevaren was. Een wond in de torso leidde veelal onvermijdelijk tot de dood. Een serieuze wond aan het hoofd ook. Een klap op het hoofd resulteerde ook nog weleens in het verlies van bewustzijn. Men werd dan voor dood gehouden. Soms kwam men echter weer bij. In zo'n geval was de dood dus niet definitief. Wanneer de doodsoorzaak dus lag in een klap op het hoofd, kon dit dus weer teruggedraaid worden. Meer klappen op het hoofd waren niet de oplossing, maar een doorboring van de schedel in enkele gevallen wel. De boze geesten konden via de opening de persoon weer verlaten, of het leven kon via de opening weer in de persoon terugtreden, aldus Prioreshi. Wanneer een onmisbaar lid van de stam aan een dergelijk ongeval was komen te overlijden, kon het dus de moeite lonen om een trepanatie uit te voeren. Meestal bleef de persoon dood, maar dan was de zaak in elk geval niet erger geworden. De patiënt kon tijdens de operatie weer bijkomen, dat verklaart de onvoltooide trepanaties.

Trepanaties: la) ronde trepanatie, Jericho, Qaranthal lb) hoekige trepanatie, Timna. (Bron: Arensburg & Hershkovitz, 1988)

In enkele gevallen was de trepanatie de oorzaak dat de patiënt weer terug tot leven kwam en kon deze zelfs nog een tijdje verder leven. Dit zijn de gevallen waarvan wij een schedel terugvinden met een trepanatiegat, dat met nieuwe botvorming (deels) is overgroeid.

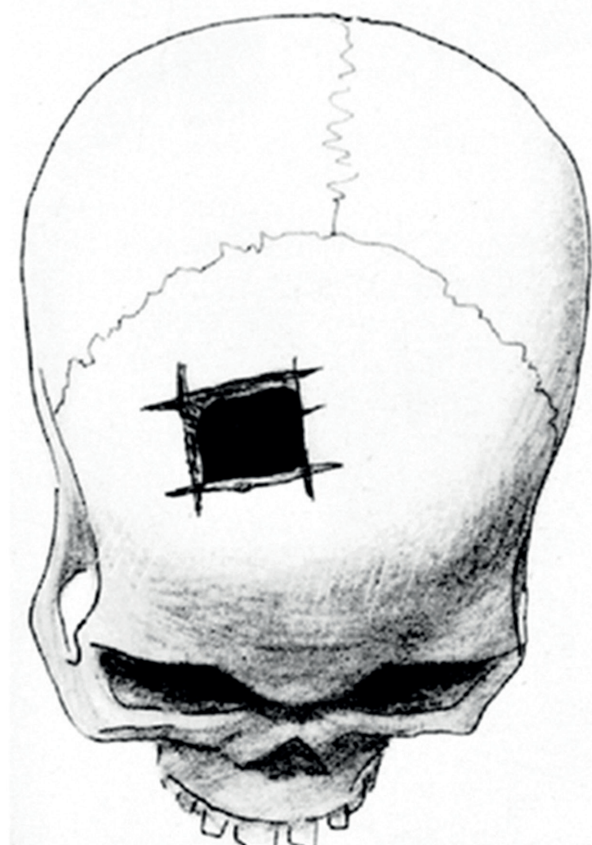
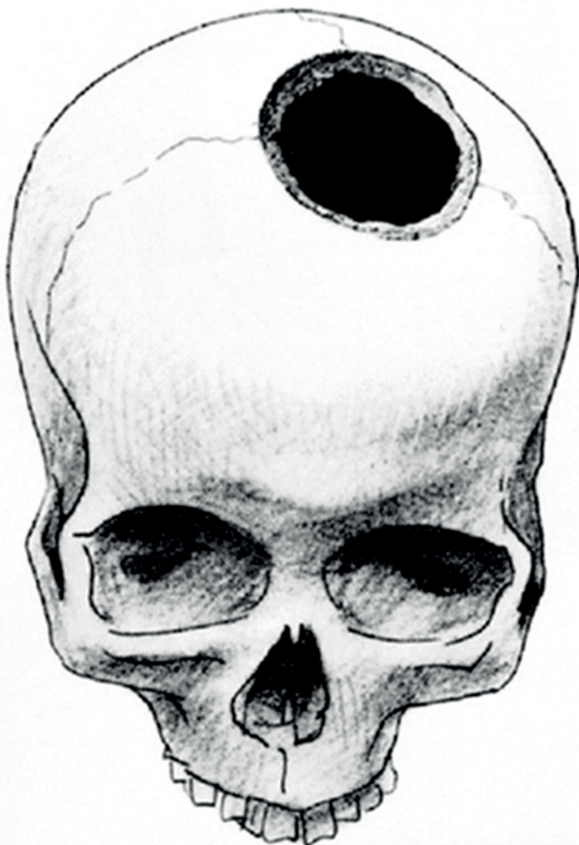
Wie in het park de jager-verzamelaars van de middensteentijd heeft bezocht, heeft mogelijk kennis gemaakt met het tragische geval van Hakopdetak. Een trepanatieritueel heeft deze onfortuinlijke jager helaas niet kunnen doen terugkeren van de eeuwige jachtvelden.

Bronnen

Prioreshi P. A. editors. History of Medicine — Volume I: Primitive and Ancient Medicine. Omaha, Nebraska: Horatius Press; 1995. p. 21-32

Faria, MA., Neolithic trepanation decoded - A unifying hypothesis: Has the mystery as to why primitive surgeons performed cranial surgery been solved?. Surg Neurol Int 2015;6:72.

Arensburg B., Hershkovitz I. Cranial deformation and trephination in the Middle East. In: Bulletins et Mémoires de la Société d'anthropologie de Paris, XIV^e Série. Tome 5 fascicule 3, 1988. pp. 139-150., researchgate.net, CC BY-NC-ND



Antieke geneeskunde, de heling

Door Wiel van der Mark

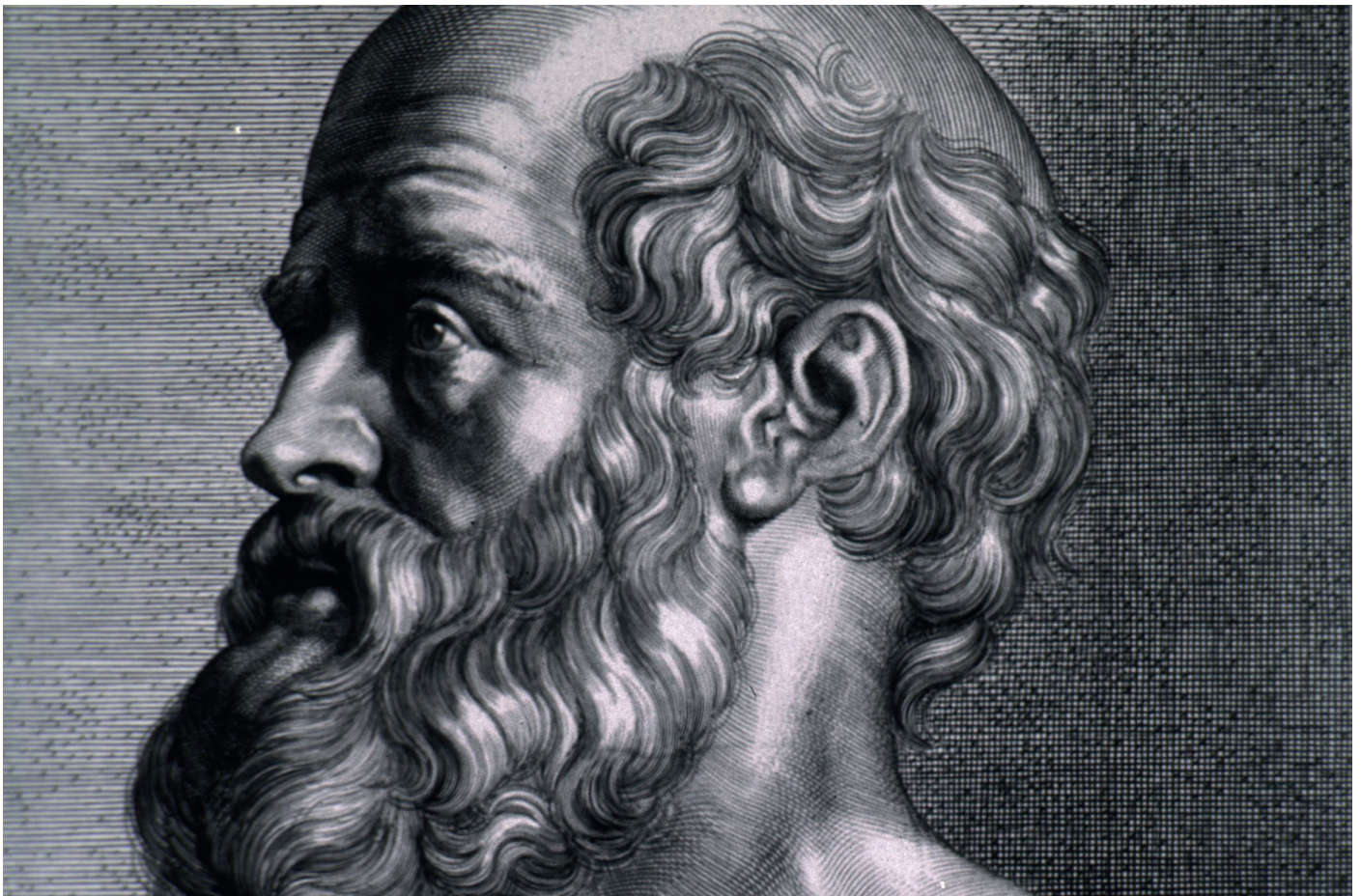
In West-Europa werd vanaf ongeveer het jaar 500 voor Christus geschreven over de vier elementen waar alles in de wereld van was opgebouwd, de Griekse filosoof Empedocles die leefde van 490 tot 430 voor Christus was een van de eersten die de theorie verkondigde dat alle stoffen waren opgebouwd uit vier elementen aarde, water, vuur en lucht. Mogelijk is het een voortzetting van de ideeën uit Indiase en Chinese geneeskunde waarin de elementen ook centraal staan. Hippocrates die leefde 460 tot 370 voor Christus, werkte deze theorie verder uit en werd zo de vader van de westerse geneeskunde omdat hij de geneeskunde als het natuurlijke boven het bovennatuurlijke beschouwde. Niet de goden waren verantwoordelijk voor gezondheid en ziekte van de mens maar de menging van de vier sappen in het lichaam van iedere mens. Hij borduurde voort op de theorie van Empedocles en benoemde vier lichaamssappen of humores; bloed of sanquis dat staat voor lucht, de zwarte gal of melanchos die staat voor aarde, slijm of phlegma dat staat voor water en als laatste de gele gal dat staat voor

vuur. Het zijn elkaars tegenhangers en ze komen voor in alles wat bestaat op aarde. Omdat planten, dieren en (half)edelstenen net zoals mensen (ook zoogdieren) onderdeel zijn van de natuur, zijn de elementen daarmee een natuurlijke en uitermate geschikte manier om het evenwicht in de mens te handhaven of te herstellen. Het waren de vier Res Naturales of gezondheidsregels.

Samen met de door Hippocrates benoemde hygiëne-regels, de Sex Res Non Naturales of zes niet natuurlijke zaken; de lucht die de mens inademt, de uitscheiding, het evenwicht tussen voeding en drank, arbeid en rust, slapen en waken en als laatste en ook weer eerste: het evenwicht in de zielenroerselen.

De ook weer Griekse arts in Romeinse dienst Galenus perfectioneerde het systeem van Hippocrates nog verder en benoemde kenmerken die van belang waren om te achterhalen of een mens van het mannelijk of vrouwelijk geslacht was, in welke maand hij/zij

Onze voeding zou ons medicijn moeten zijn en ons medicijn zou onze voeding moeten zijn. Bron: Buste van Hippocrates door Rubens verkregen via Wikimedia.



van vroeger



Muurschildering (Marc van der Aa) van Maria met heiligen Cosmas en Damianus, foto gemaakt door Roelof Knijpstra

geboren was, de fase van zijn leven op de levenstrap enzovoort. In het chirurgijnshuis en in het badhuis van Archeon kunnen tijdstolken bezoekers meer vertellen over dit zogenaamde schema van Galenus, het is een 20e eeuwse schematische voorstelling van de idee van Galenus.

Zo ontstond de eerste geneeskundige benadering waarbij anamnese (observeren en uitvragen van verschijnselen/klachten en symptomen) en vervolgens het stellen van een diagnose gebruikelijk werd en dus eigenlijk de benadering die een huisarts of specialist nog steeds hanteert. Deze benadering en dus de behandeling was vooral profylactisch, dus gericht op het behoud van gezondheid of herstellen van ziekte. Deze behandeling gebeurde met dierlijke en vooral plantaardige producten uit de natuur zoals u kunt zien in de afbeelding van Hippocrates. En dat is dan ook meteen het grote verschil tussen de antieke en moderne geneeskunde, althans in onze westerse cultuur. De mening van de sappen werd bij ieder individu beschouwd als iets persoonlijks en bij ieder mens anders, dat betekende dat de behandeling ook op maat was.

De antieke geneeskunde wordt overgenomen door met name Arabische en Joodse artsen, vertaald en vervolmaakt door onder andere Abu Ali Ibn Sina of Avicenna en Al Zahrawi of Albucasis en Maimonides. Tussen de 8e en 14e eeuw wordt de kennis overgedragen aan westerse collega's. In de middeleeuwen is het veelgodendom inmiddels vervangen door het monotheïstische Christendom. In het chirurgijnshuis van Archeon kijken de patroonheiligen van de geneeskunde als vervangers van de goden als pleitbezorgers en voorsprekers neer op de chirurgijn en zijn leerlingen.

De gezondheidsregels, vroeger en nu

Zowel in de Romeinse Tijd als in de middeleeuwen werden deze regels gehanteerd, het zijn in feite logische en vanzelfsprekende regels die wij nog steeds hanteren. De lucht die we in ademen moet zuiver zijn en niet pestilent, immers de lucht koelt je hart en houdt je ziel in evenwicht; dat geldt ook in tijden van Corona en luchtvervuiling, problemen waar we nu mee te maken hebben. Meer hierover in Archeon.

Conclusie

De antieke geneeskunde is in de westerse wereld door de wetenschap weggepoetst in de 18e eeuw, met name omdat de scheikunde zijn intrek nam en de inzichten in anatomie, fysiologie en pathologie veranderden. In de oosterse cultuur leeft deze visie voort naast de moderne geneeskunde. ■

Verder lezen?

Van den Broecke, E. (2009). De arts en de beestjes in het romeinse keizerrijk. Een onderzoek naar hygiëne in de medische geschriften van Celsus en Galenus. Master scriptie Universiteit Gent. Geraadpleegd op https://lib.ugent.be/fulltxt/RUG01/001/414/147/RUG01-001414147_2010_0001_AC.pdf

Osbaldeston, T.A. (2000). Dioscorides De Materia Medica. Johannesburg: Ibidis Press. Geraadpleegd op https://ia802907.us.archive.org/16/items/de-materia-medica/scribd-download.com_dioscorides-de-materia-medica.pdf

Green, R.M. (1951). A translation of Galen's hygiene (de sanitate tuenda). Springfield: Charles C Thomas.

Heelkunde in de vroege middeleeuwen

Door Charlotte Koerni

Deze periode kun je grofweg zien vanaf de val van het Romeinse rijk (476) tot aan de eerste kruistocht in 1096. De kennis die is overgebleven is zeer beperkt, omdat er maar weinig documenten bewaard zijn gebleven. Het ambacht bestond uit veel handwerk, meestal van vader op zoon of leerling en meester. De studie was voornamelijk theorie en de praktijk werd geleerd bij een gevestigd arts.

Er waren geestelijken als geneesheer werkzaam en hun verdiensten kwamen ten goede aan de kerk, en er waren wereldlijke (stads)geneesheren. Lange tijd is er neergekeken op de wereldlijke geneesheren. In de Germaanse geschriften wordt juist gesproken over de belangrijkheid van de medicus. Het was een goed betaald beroep. Uiteindelijk werd het door Paus Innocentius II in 1130 verboden voor geestelijken om een medische studie te volgen en het uitvoeren daarvan.



Fig. 15. LONDEN, Brit. Mus. cod. Sloane 1975 fol. 92v., twaalfde eeuw

Codex Sloane nr. 1975. Afbeelding uit proefschrift van De Moulin (1964)

In het noorden van Europa, boven de Limes, was het de Germaanse geneeskunde die men raadpleegde, die kende nauwelijks Romeinse invloeden. Daar waren het vooral vrouwen die zieken en gewonden behandelden. De geneeskunde onder de rivieren, ooit Romeins gebied, was vooral een mannenzaak. Maar er zijn uitzonderingen, de Liber Trotula is mogelijk door een vrouw geschreven en gaat specifiek over de vrouwengeneeskunde.

Instrumenten die er in die tijd waren: de laatvlijm, scalpel, wondhaakje,

wondhaak, spatelsonde, diverse brandijzers en hecht-naald. Het hechtmateriaal was vouwenhaar, linnen, zijde of hondenhaar. Verder voor specifieke behandelingen zoals botchirurgie, staaroperaties en steensnede bijvoorbeeld, moeten er speciale instrumenten zijn geweest, bijvoorbeeld zaag, vijl, schedelboor, steenlepel en diverse sondes. Op de afbeelding ziet u verschillende ijzeren instrumenten die gevonden zijn



Fig. 19. Uit: W. HOLMQUIST, En vikingatida sjukstuga pa Helgö, p. 32. Foto welwillend ter beschikking gesteld door de auteur.

Ijzeren instrumenten ± 800-100 AD. Afbeelding uit proefschrift van De Moulin (1964)

op een vindplaats 30 kilometer van Stockholm en te dateren tussen 800 en 100 AD, (volkenkundig museum Stockholm).

Een aantal methodes van verdoven is met mandragora in wijn getrokken en de slaapspons met opium en/of mandragora. Maar ook deze behandeling zal niet frequent toegepast zijn door de eenvoudige lekenchirurgijn. Fixeren voor een akelige behandeling is ook een manier, de patiënt aan een paal vastbinden. Wat in beide gebieden gebruikelijk was waren incantaties en gebeden bij de behandeling. Het Goddelijke werd wel degelijk betrokken bij de behandeling.

Bronnen

De Moulin, D. (1964). De Heelkunde in de vroege middeleeuwen. (Proefschrift ter verkrijging van de graad van doctor in de geneeskunde aan de letterenfaculteit van de universiteit Nijmegen). Leiden: E.J. Brill.

VVvA 25 jaar in 2021

Door Leo van Sister

- In de opmaat naar ons jubileumjaar vroeg onze voorzitter alvast een aantal leden naar hun leukste ervaring bij of met de VVvA.



In de afgelopen 25 jaar zijn diverse mooie herinneringen voorbijgekomen. De bouw van de bronstijdboerderij "t Valkje" onder leiding van Hans de Haas. De aanbouw van Voorburg met het dakpannensponsorplan. De Romeinse hijskraan een project van de vrijwilligers voor het 10-jarig jubileum en de Romeinse muur een project voor het 15-jarig jubileum. Maar het hoogtepunt blijft de opening van het Archeologiehuis door prinses Maxima, waar ik als voorzitter van de stichting gastheer was. | **Niko Geerlings, oud-voorzitter en erelid**



In 1996 kwam ik in aanraking met de VVvA. Zo'n fijne groep mensen die op allerlei manieren hun handen uit de mouwen willen steken om zo Archeon en zichzelf een productieve tijd te bezorgen met hun inbreng. Dat is nog steeds zo. Zelf bezoek ik zo veel mogelijk de 2-jaarlijkse ALV-vergadering met de bekende appeltaart. | **Manon Hoogkamer, oermoe-der**



Omdat ik graag archeotolk wilde worden werd ik eind vorige eeuw lid van de VVvA. Ik woon te ver weg om vaak in het park te zijn, dat was wel een probleempje. Maar gelukkig was men in die tijd voor de nieuwsbrieven op zoek naar iemand met journalistieke ervaring en die had ik. Kort daarna werd NoVA geboren. Mijn mooiste Archeon ervaring is hoe wij dat blad met enkele vrijwilligers samen op hebben gezet, toen nog 6x per jaar. Onze samenwerking was een geoliede machine van journalistieke professionals die heel goed op elkaar ingespeeld waren en samen een uitstekende nieuwsbrief maakten. | **Manjo van Bortel, redactielid NoVA**



In 2018 voorafgaand aan het 25-jarig jubileum van Archeon mocht ik samen met Gilles Engelberts ideeën verzinnen om een mooi bedrag bij elkaar te krijgen. Namens de VVvA zou daarmee de mozaïekvloer worden geschonken. Gilles en ik konden elkaar goed aanvullen en we verzonden de mooiste plannen. In een volgende bijeenkomst stelden we deze dan bij naar een realistisch doel. Het leukste was natuurlijk dat er uiteindelijk ook een mooi bedrag is opgehaald met de 'draag een steentje bij' actie. Ik kan het iedereen aanbevelen om zelf mee te doen met de aankomende jubileum voorbereidingen. | **Marjolein van der Wilk, teamlid activiteiten commissie & ledenwerving**

Leven met een pandemie

Door Leo van Sister

Als er in korte tijd sprake is van een hoog aantal sterfgevallen door een ziekte en deze zich over verschillende continenten verspreid, is er sprake van een pandemie (Riezebos, z.d.).

Anno 2020 staat de wereld op zijn kop en heeft SARS-CoV-2, een nieuw coronavirus ons allen geheel in zijn greep. Covid-19 heeft helaas veel slachtoffers over de hele wereld gemaakt en de gezondheidszorg, welke in Nederland op een hoog niveau staat, is zwaar op de proef gesteld. Alle reguliere zorg moest wijken en de economie werd grotendeels platgelegd. Maandenlang was de coronacrisis dé topic in alle media. Het gevolg was veel persoonlijk leed, maar ook veel economische schade met hoge werkloosheid en faillissementen als gevolg.

De maatschappij is nochtans behoorlijk onzeker geworden omdat een werkend vaccin nog niet beschikbaar is. Anno nu kunnen we dankzij de uitwisseling van kennis en kunde als regeringen en wetenschappers ziektes veel beter verslaan.

Overleefde men een grote pandemie in de Middeleeuwen? In de middeleeuwen kwamen ook grote pandemieën voorbij zoals de pest, cholera e.a.. Het overkwam de meeste mensen gewoon. Men kon het ook niet weten omdat er geen media waren. Als men al wist wat het was, was het maar de vraag of de medische wereld een oplossing had. De pandemie nam daarom al gauw apocalyptische vormen aan en het gevolg was vrij vaak sterfte van grote mensenmassa's.

“In tijden van grootschalige ziektes en mysterieuze plagen waren er maar twee opties, zo dacht de toenmalige Europeaan: je gaf je over aan God of aan de dood. Alle middelen ter voorkoming en genezing stonden in religieuze tradities. Mensen riepen de zon, de maan en de sterren aan, brandden kruiden, baadden in rozenwater of azijn, en bovenal, brandden kaarsjes en deden boete. Op het hoogtepunt van de Zwarte Dood in de veertiende eeuw raakte menigeen zo buiten zinnen, dat hij met anderen in optocht door de straten liep en het eigen lichaam met zwepen kastijdde.” (De Graaf, 2020).

Mensen die lijden aan de zesde plaag van Egypte, steenpuisten (bron: Wikimedia)



In zijn artikel 'overzicht van grote pandemieën in de geschiedenis' benoemt Paul Riezebos de acht meest desastreuze pandemieën:

De pest van Justinianus

"In de zesde eeuw na Christus werd het Oost-Romeinse rijk getroffen door een uitbraak van wat bekend kwam te staan als de pest van Justinianus. De pest verspreidde zich hoogstwaarschijnlijk vanuit Ethiopië en kwam via Egypte terecht in de Oost-Romeinse hoofdstad Constantinopel (het huidige Istanbul). In het Romeinse Rijk alleen al stierven er per dag vijfduizend mensen aan deze ziekte. De ziekte stak in de jaren erna regelmatig de kop op en eiste dan nieuwe slachtoffers. Tot 770 na Christus wordt er melding van deze uitbraak gemaakt.

De pest of de zwarte dood

De pest richtte tijdens de Middeleeuwen grote schade aan. De ziekte ontstond waarschijnlijk rond 1330 in China en verspreidde zich daarna via het Mongoolse rijk richting Europa. De bacteriën werden verspreid door vlooien en luizen van mens tot mens. In tegenstelling tot eerdere aannames, was de mens en niet de rat de grootste verspreider van deze ziekte.

Cholera

De bacteriële ziekte cholera komt al voor sinds de oudheid. Hoewel individuele gevallen de hele geschiedenis door voorkomen, kende deze ziekte meerdere grote uitbraken die in korte tijd veel mensenlevens eisten. Bij elk van de vijf bekendste cholera-pandemieën vielen er honderdduizenden doden. De bacterie komt vooral voor in warm en vervuild water.

De Spaanse griep

Aan het einde van de Eerste Wereldoorlog werd de wereld getroffen door de Spaanse griep. In korte tijd maakte het virus meer slachtoffers dan de Eerste Wereldoorlog. De Spaanse griep werd waarschijnlijk overgedragen van dieren op mensen. In Nederland stierven 27.000 mensen

Hongkonggriep

Een andere griep die in korte tijd veel slachtoffers maakte, was de Hongkonggriep. Deze griep brak in 1968 uit in Hongkong en eiste in korte tijd ongeveer 1 miljoen slachtoffers. Het virus verspreidde zich in de herfst van dat jaar naar Europa en Australië en via terugkerende soldaten van de Vietnamoorlog naar de Verenigde Staten. De ziekte was niet erg besmettelijk maar maakte wel een groot aantal slachtoffers, wat vooral te wijten was aan het gebrek aan maatregelen dat werd genomen om het virus in te perken.

Ebola

Het Ebolavirus heeft officieel geen pandemieën veroorzaakt, omdat het zich niet over meerdere



Pest in Frygie. Gravure door M. Raimondi naar Rafaël. Wellcome Collection (bron: Wikimedia).

continenten heeft verspreid. Toch was de angst bij de ontdekking van het virus groot dat het wereldwijd voor slachtoffers zou zorgen. Dit is niet gebeurd, maar binnen het continent Afrika zijn velen aan Ebola overleden. Vooral de eerste uitbraak in 1976 en de uitbraak van 2014 zorgden voor veel slachtoffers.

Sars

In 2002 brak in China het SARS-virus uit. Omdat het in eerste instantie werd verzwegen door de Chinese regering, werden er pas laat maatregelen genomen. Het virus kon zich zo gemakkelijk verspreiden naar 28 landen. In totaal stierven meer dan 900 mensen aan het virus, waarvan de meesten uit China afkomstig waren.

Mexicaanse griep

Vanaf maart 2009 verspreidde zich vanuit Mexico de Mexicaanse griep. Deze griep werd ook wel varkensgriep genoemd, omdat gedacht werd dat varkens het op mensen overbrachten. Later bleek dit niet te kloppen. Vanuit Mexico verspreidde het virus zich eerst naar de Verenigde Staten en later over de rest van de wereld. In totaal waren er meer dan 260 duizend griepgevallen en 13,5 duizend doden. In Nederland werden ongeveer 15 duizend inwoners besmet en overleden 54 mensen ten gevolge van de griepuitbraak "(Riezebos, z.d.). ■

Bronnen

De Graaf, B. (2020, 20 maart). Een pandemie is te temmen. Historisch Nieuwsblad geraadpleegd op 1 september 2020 van <https://www.historischnieuwsblad.nl/een-pandemie-is-te-temmen/>

Nordegraaf, L. & Valk, G. (1996). De Gave Gods. De pest in Holland vanaf de late Middeleeuwen. Uitgeverij Bert Bakker.

Riezebos, P. (z.d.) Overzicht van grote pandemieën in de geschiedenis. ISgeschiedenis geraadpleegd op 1 september 2020 van <https://isgeschiedenis.nl/nieuws/overzicht-van-grote-pandemieen-in-de-geschiedenis>

Vriend van Archeon worden!

Ja: ik wil graag lid worden van de VVvA!

Naam
Adres Postcode
Woonplaats
Mailadres

Aankruisen

- Ik geef mij op als individueel lid
- Ik geef mij op voor een gezinslidmaatschap
- Ik geef mij op voor een jongerenlidmaatschap
- Ik geef mij op voor een bedrijfslidmaatschap

De contributiebedragen voor 2020 zijn als volgt:

Jongerenlidmaatschap €12,50 | Individueel lid €25 | Gezins-
lidmaatschap €45 | Bedrijfslidmaatschap €75

Deze bon liefst per e-mail verzenden naar secretaris@vrienden-archeon.nl of per post aan Vereniging Vrienden van Archeon.
Postbus 600, 2400 AP Alphen aan den Rijn.

Of meld je aan via <https://www.vrienden-archeon.nl/aanmeld-formulier-lid/>

Colofon

Redactieteam VVvA

- Manjo van Boxtel
- Annette Geerlings
- Helma Hartman
- Wim de Jeu
- Wiel van den Mark
- Patricia Pol
- Giel de Reuver
- Leo van Sister
- Magali Veldhuis
- Monique Veldman
- Patricia Verbree
- Frank Wiersema

Met bijdragen van

Ruud Fraanje, Nico Geerlings, Manon Hoogkamer, Charlotte Koerni, Wim Robben en Marjolein van der Wilk

Hoofdredactie

Magali Veldhuis

NoVA is het verenigingsblad van de VVvA en verschijnt twee keer per jaar. De volgende NoVA verschijnt in het voorjaar van 2021. Contact: nova@vrienden-archeon.nl

De redactie behoudt zich het recht voor ingeleverde stukken niet te plaatsen of te wijzigen.

Dit tijdschrift is gemaakt van 100% gerecycled papier geproduceerd volgens goedgekeurde milieucertificaten.

Marcus & Marbod



Door Gilivs

Vormgeving door



Sponsors



vereniging
vrienden van
Archeon

