



ZWANGERSCHAPSBEGELEIDING 2.0

Kom Op Je Roze Wolk



door orthomoleculair darmtherapeute en
kindertherapeute

Tinneke Matterne

Ook fertiliteit begint in de darmen

Je kan je kansen op een succesvolle zwangerschap enorm vergroten door je voeding, je vaginale flora en je darmen te optimaliseren.

De 'Missing Link'

Een mogelijke oorzaak die momenteel nog erg vaak over het hoofd wordt gezien is een onevenwichtige darmflora en/of een onevenwichtige vaginale flora.

Meestal is er ook sprake van tekorten aan voedingsstoffen die noodzakelijk zijn voor een succesvolle zwangerschap.

9 maanden zwanger zijn betekent een grote investering voor je lichaam; wanneer er belangrijke tekorten zijn zal je lichaam 'er niet aan beginnen'; of -erger nog- wordt de zwangerschap voortijdig door het lichaam afgebroken.

Gelukkig is er veel dat je kan doen om je gezondheid - en tegelijkertijd ook je vruchtbaarheid- te optimaliseren!

Voor je nog maar dénkt aan 'in vitro fertilisatie': Optimaliseer je darmen!

Waarom?

Niet alleen vergroot je zo enorm je kansen om zwanger te worden; je baby profiteert hier ook van! Een baby krijgt in grote lijnen de bacteriën van mama overgedragen; dit kolonisatieproces vindt plaats tijdens de geboorte.

Deze bacteriën zullen voor een groot deel de gezondheid van je kindje bepalen; het hele leven lang!

“Health Is The New Wealth”

Wanneer je je concentreert op het in vorm komen, zowel mentaal, fysiek als spiritueel, word je ‘Je Beste Zelf’ en zal je een beter leven voor jezelf én je kindje kunnen creëren.

Door nu je darmen te optimaliseren zorg je er voor dat je

- tegelijkertijd je algehele gezondheid optimaliseert
- **kans op een spontane zwangerschap stijgt**
- immuniteit sterker wordt
- minder kans hebt op antibioticagebruik tijdens je zwangerschap
- **minder kans hebt op antibioticagebruik tijdens de bevalling (= 40% in België)**
- baby gekoloniseerd wordt met meer ‘goede bacteriën’ bij de geboorte
- **baby minder kans heeft op problemen** die worden gelinkt aan een verstoorde darmflora; zoals onder meer:
 - eczeem
 - allergie
 - astma
 - overgewicht
 - slaapstoornissen
 - angststoornissen

WERKWIJZE



STAP 1:

Vrijblijvend telefonisch **kennismakingsgesprek**

Maak **hier** een afspraak in mijn agenda.

Heb je vragen over mijn werkwijze? Ben je benieuwd hoe ik je kan helpen? Ik maak graag even tijd voor je.

STAP 2:

Na inschrijving krijg je een uitnodiging om de **online vragenlijsten** (2: een korte en een lange) in te vullen; je ondertekent de behandelovereenkomst en de privacyverklaring.

STAP 3:

Tijdens het eerste consult via ZOOM maken we even kennis; we bespreken de resultaten van de online vragenlijsten; en **welke onderzoeken een goede basis vormen in jouw unieke situatie**. Aansluitend ontvang je een mail met daarin onder meer een eerste advies en een offerte mbt de voorgestelde onderzoeken.

STAP 4:

Je ontvangt de nodige (verzend-)materialen en instructies voor de **onderzoeken**

STAP 5:

In een tweede online consultatie bespreken we de **onderzoekresultaten en het plan van aanpak** waarmee je je darmgezondheid kan optimaliseren.

STAP 6:

Na enkele weken therapie volgt een korte telefonische afspraak om de **voortgang van je therapie** te bespreken.

Korte afspraken zijn mogelijk op verzoek en naar behoefte; net zoals eventuele vervolgonderzoeken. Je hebt toegang tot mijn afsprakenagenda.

STAP 7:

Afronden van de therapie, tips voor het onderhouden van een optimale (darm-)gezondheid.

TARIEF: 120 euro/uur

De gemiddelde begeleidingstijd in dit Kinderwens-traject is gemiddeld zo'n 3 à 4 uren

De volledige therapie duurt gemiddeld 4 tot 6 maanden

Wanneer een fertiliteitstraject?

Dit fertiliteitstraject werd ontwikkeld voor vrouwen die hun gezondheid willen optimaliseren met als doel een zo gezond mogelijk kindje op de wereld te zetten.

We starten- indien nodig- met

- het optimaliseren van je levensstijl en voedingsgewoonten
- het ondersteunen van je zenuwstelsel
- het optimaliseren van je vertering
- het aanvullen van tekorten
- het checken op voedingsintoleranties

aangevuld met

- laboratoriumonderzoek : darmflora en vaginale flora (indien wenselijk)

Dit is steeds op maat; we werken niet met 'pakketten' (al zou dit mijn werking vergemakkelijken), maar met gericht laboratorium- onderzoek zodat je alleen het nodige betaalt.



Heb je betrekkelijk weinig klachten?

Dan zal het traject waarschijnlijk minder intensief zijn (3 - 4 maanden)

Heb je al jarenlang last van 1 of meer chronische klachten?

Dan is er vaak meer nodig, en duurt de therapie ook langer. (minstens 4 maanden).

Dit Fertilitieits-Traject is geschikt voor jou wanneer je belang hecht aan :

- Gepersonaliseerd advies
- Grondig en professioneel laboratoriumonderzoek
- Begeleiding gebaseerd op een holistische benadering
- Een langetermijnvisie voor duurzame oplossingen
- Een Investering in jouw gezondheid door middel van tijd, geld en aandacht

Dit Fertilitieits-Traject is niet geschikt wanneer je niet bereid bent om:

- eventuele voedingsaanpassingen te doen
- op regelmatige tijdstippen voedingssupplementen te nemen
- geen verantwoordelijkheid wenst te nemen voor je gezondheid
- meerdere maanden een therapieplan te volgen voor een duurzaam resultaat
- te investeren in je gezondheid



We werken op basis van:

- een uitgebreide anamnese
- laboratoriumonderzoeken
- persoonlijke begeleiding
- **uitsluitend natuurlijke supplementen:**

planten
vitaminen
mineralen
homeopathie
prebiotica en probiotica

“Vind de oorzaak van je klachten”

Tijdens het eerste consult, de intake, wordt samen besloten welke onderzoeken nuttig zijn in jouw unieke situatie.

MOGELIJKE ONDERZOEKEN

Dit lijstje is niet compleet; maar bestaat uit de meest aangevraagde onderzoeken in het Diepte-Traject

INTOLERANTIE -EN ALLERGIE ONDERZOEK

Dit onderzoek is vaak nuttig igv een ontoereikende vertering en/of vermoeidheidsklachten. Wat gezonde voeding is blijkt erg persoonlijk; de ervaring heeft me geleerd dat vele vage klachten kunnen worden verklaard door het eten van voeding die niet bij je past. Daarnaast is er ook het gegeven : 'Een gezonde darm is tolerant' vandaar het ontlastingsonderzoek; maar ook het bovengenoemde onderzoek: bij de meesten van mijn cliënten blijkt dit een nuttig onderzoek te zijn.

KOSTEN: 186 euro

MAAGZUURTEST

Heb je een teveel aan maagzuur of een tekort? De symptomen lijken nogal op elkaar; via een test die je thuis zelf eenvoudig en pijnloos kan afnemen ontdek je of je genoeg, teveel of te weinig maagzuur aanmaakt.

KOSTEN: 24 euro

Neem je maagzuurremmers? Dan hebben we een methode om hiermee te kunnen stoppen.

VETZURENPROFIEL

Een goede balans tussen de in je lichaam aanwezige vetzuren is cruciaal voor een goede gezondheid; iedere cel is in zijn werking afhankelijk van de nodige vetzuren; maar ook je hormonen, je hersenen en nog zóveel meer.

KOSTEN: 87 euro

MINERALEN-PROFIEL

Meer dan 5000 processen in je lichaam, waaronder je vertering, zijn afhankelijk van mineralen; dit onderzoek geeft informatie over eventuele tekorten van meerdere mineralen alsook over je stofwisseling.

KOSTEN: 97 euro

Bovenstaande onderzoeken zet ik vaak in, want:

- Wanneer er geen rekening wordt gehouden met eventuele voedingsintoleranties blijven er klachten
- Een correcte vertering thv maag en dunne darm is een voorwaarde voor een gezond darmmicrobioom
- tekorten aan mineralen hebben consequenties; deze uiten zich in klachten
-

Het fertiliteitstraject omvat bijna altijd een
DARMMICROBIOOM-ANALYSE

MOGELIJKE ONDERZOEKEN

DARMMICROBIOOM-ANALYSE (ontlasting-onderzoek)

Dit onderzoek vormt meestal de basis van de therapie; naargelang je klachten worden de onderzoeken voorgesteld die in jouw situatie nuttig kunnen zijn.

- Heb je voldoende 'goede bacteriën'?
- Zijn er 'foute bacteriën' die je gezondheid saboteren?
- Zijn er chronische ontstekingen gaande?
- Zo ja: wat vormt de oorzaak van deze ontstekingen?
- Hoe gaat je vertering?
- Is er sprake van een hyper-permeabele darm = 'leaky gut'?
- Is er sprake van gisten/schimmel - overgroei?
- Heb je een parasiet?
- Ben je glutenintolerant?
- Is er verdenking op voedingsintoleranties?
- Is er een histamine probleem?
- Is de oorzaak van je overgewicht te vinden in je darmflora?
- Heb je voldoende bacteriën die nodig zijn voor een goede hormonale balans?
- Maak je genoeg spijsverteringsenzymen aan?
- Hoe is het gesteld met je immuunsysteem?
- Hoe groot is het onevenwicht in je darmen / hoe ernstig is deze 'dysbiose'?
- Welke toxische stoffen worden er geproduceerd door welke bacteriën?
- Welke 'goede' bacteriën heb je te weinig en welke 'foute' bacteriën heb je teveel?

We werken meestal met een basispakket samengesteld door het laboratorium, meestal aangevuld met 1 of meerdere deelonderzoeken.

Je krijgt steeds een vrijblijvende offerte met de prijzen vooraf; net zoals bij eventuele andere, bijkomende onderzoeken zoals onder meer:

Neurotransmitters (urine-onderzoek)

- Heb je tekorten op het niveau van stoffen die je helpen in actie komen? (de 'exiterende neurotransmitters') is er dus een fysieke reden waarom je niet goed uit je bed kan/ er niet in slaagt 'dingen af te maken' of uitstelgedrag vertoont?
- Heb je een tekort aan stoffen die je helpen in rust te komen? (de 'inhiberende neurotransmitters) dan is het moeilijk voor je om te kunnen ontspannen, loop je risico op een burn-out?
- Is de vertering van melkeiwitten of eiwitten van granen ontoereikend?
- en andere;

MOGELIJKE ONDERZOEKEN

BLOEDONDERZOEKEN

de staaltjes voor deze onderzoeken laat je nemen in een prikpunt; je ontvangt een verwijsbrief en de adressen van de prikpunten in jouw buurt.

Het onderstaande staande rijtje is niet compleet; het is enkel bedoeld om een idee te geven van de mogelijkheden.

- heb je allergieën en/of intoleranties?
- heb je tekorten van vitaminen en/of mineralen?
- DNA-onderzoek Lactose/ Fructose
- compleet schildklier profiel
- hormonen-profiel

DARMTHERAPIE IS MAATWERK

Darmtherapie is maatwerk; 'pakketten' zouden handig zijn om mee te werken voor mij als therapeute, maar komen voor 80% van de mensen duurder uit, waarbij voor een deel van de overige 20% op te weinig getest werd.

Een darmtherapie is zelden voor 2 mensen hetzelfde; maar om een idee te geven van de kosten vragen we je rekening te houden met een investering van minimaal 2500 euro; dit bedrag is inclusief laboratoriumonderzoeken, consultaties, inname schema's, hertesten en supplementen.

Het is niet zo dat je dit bedrag in 1 keer betaald; je ontvangt een factuur per consult, onderzoek, hertest(en) en supplement(en).

Onze offertes zijn steeds vrijblijvend. Met andere woorden: **je komt nooit voor financiële verrassingen te staan.**

Dankzij de online cursus 'Optimaliseer Je Darmen' is het mogelijk fors te besparen op de consulten.

De exacte investering is persoonlijk en hangt af van meerdere factoren, zoals:

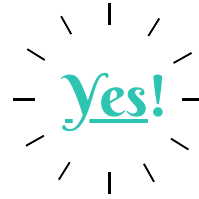
- Hoe lang duren je klachten al? Bij klachten die al jaren spelen kan de therapie vaak langer duren; uitzonderingen hierop zijn zeker mogelijk
- Hoeveel en welke klachten heb je?
- Hoe goed pas je je levensstijl aan en hoe consequent neem je de voorgestelde suppletie? Het nauwkeurig volgen van de voorgestelde therapie zal betere resultaten geven.

Q & A

Ga je altijd van start met een vrijblijvende telefonische kennismaking of kan ik ook direct een intake plannen?

Heb je nog vragen over de mogelijkheden?

Boek via deze link een vrijblijvend telefonisch kennismakingsgesprek:



Weet je al dat je een Fertiliteits-Traject wil starten?

Plan dan je eerste consultatie in via deze link:



Werken jullie volledig online of zijn er ook fysieke consultaties mogelijk?

De meeste mensen kiezen voor online consulten; maar beide zijn mogelijk; je kan jouw keuze aanduiden op mijn afsprakenagenda.

De praktijk bevindt zich in Zeeuws-Vlaanderen ter hoogte van Hulst, op een half uur van Antwerpen en Gent.

Zit ik vast aan een volledig traject als ik een eerste consult plan?

Ik werk stapsgewijs; je zit nooit 'vast' aan een traject.

Wordt dit traject vergoed door de verzekering?

Jammer genoeg niet

Hoe lang duurt een Fertiliteits-Traject ?

Gemiddeld neemt dit traject 4-6 maanden

Naast de intake die 30-60 minuten duurt en de vervolgspraak waarin de onderzoeksresultaten worden besproken volstaat meestal maandelijkse opvolging via een kort consult; zeker wanneer je de online cursus 'Optimaliseer je darmen' volgt.

REVIEUWS



"Na vele mislukte pogingen om mijn darmen te herstellen vond ik Tinneke; ik voel het effect: mijn vermoeidheid en concentratiestoornissen zijn weg! Ik ben gewoon energiek en fit tijdens mijn zwangerschap :-) Ik ben heel dankbaar voor de professionele, vriendelijke begeleiding en de holistische aanpak van Tinneke"

-Jirka Van Goeye , kinesist, Kruibeke

"Tijdens mijn zwangerschap had ik last van vaginale infecties die bleken samen te hangen met een minder goede darmflora. Hoewel ik zelf al met gezonde voeding en natuurlijke gezondheid bezig ben heb ik van Tinneke veel bijgeleerd. Tijdens de zwangerschap zijn goed advies en vertrouwen extra belangrijk,... Ik ben haar echt dankbaar de heldere uitleg en goede ondersteuning! Een aanrader!"

-Farah Konings en Moses, natuurvoedingswinkel Edegem



"Ik was het eczeem, de jeuk en de behandeling met allerlei crèmes en zalven zo beu dat ik contact heb opgenomen met Tinneke. Na vier maanden was mijn huid enorm verbeterd. Dankzij de deskundige begeleiding van Tinneke ben ik op de goede weg 😊"

-Jessica Cambeen-Donze, Zeeuws-Vlaanderen

Wil jij je gezondheid en daarmee je vruchtbaarheid optimaliseren op een natuurlijke manier?

Plan hier een kennismaking!

Boek een telefonisch gesprek van 15 minuten met Tinneke Matteredne de darmtherapeute van Oh my Gut

Wil je eerst zelf beginnen?

REGISTRATIE OPEN

KOM OP JE ROZE WOLK
ONLINE

CURSUS



In 3 maanden naar een optimaal
gezonde darm

TINNEKE MATTERNE

Wil je starten met het optimaliseren van je vruchtbaarheid maar is het vruchtbaarheids- traject momenteel een te grote stap?

Begin dan met de online cursus

‘Kom Op Je Roze Wolk’

zonder risico:

je geniet 40 dagen garantie

Ontdek

- **welke voeding jouw vruchtbaarheid saboteert** en wat je kan eten om je darm-microbioom een boost te geven in de ‘Supermarktsafari’
- EHBA: eerste hulp bij antibiotica: mijn super-waardevolle tips waarmee je je darmflora kan beschermen **bij een antibioticakuur**
- 11 tips om **constipatie te verhelpen je hebt 99% kans op succes** bij het toepassen van 1 of meer van deze tips én het gaat om uitsluitend natuurlijke producten
- **Wat je kan doen om je vruchtbaarheid een boost te geven**
- **leer symptomen linken aan oorzaken**
- **Hoe je zelf probiotica maakt**
- **Hoe je de vruchtbaarheid van je partner positief kan beïnvloeden**
- **welke bacteriën het verschil maken**
en een belangrijke rol spelen mbt je vruchtbaarheid
of je slank bent of overgewicht hebt onder invloed van je darm-microbioom
of je meer of minder menopauzale klachten kan verwachten

en nog zóveel meer!

Bespaar op je consulten en ontdek mijn beste tips om je vruchtbaarheid en je darmflora te optimaliseren. Deze cursus volg je op je eigen tempo.

CONTACT

Plan een vrijblijvende kennismaking

Boek een vrijblijvend telefonisch gesprek van 15 minuten met Tinneke Matterne :
klik [HIER](#)

Wil je een afspraak?

Boek je intake-afspraak met Tinneke Matterne :
klik [HIER](#)

Ik kijk er naar uit je te begeleiden naar een optimaal gezond = vruchtbaar lichaam!

Liefs,

Tinneke.

