



Christen vrouwees vandag

Die Christelike Vrou

Amptelike mondstuk van die NHSV

Hannelie Botha (redakteur), Thea van Rooyen, Annerie Conradie, Danie Smith, Elize Jones, Sonette Benson, Ina Jansen van Vuren, Elsie Slabbert
diechristelikevrou@gmail.com Posbus 111, Worcester 6849 www.nhsv.org.za

Kom ons praat

Ds Hannelie Botha

In 'n vorige uitgawe het drie dames oor ons "familiesusters" geskryf en heel uiteenlopende invalshoeke gehad. Nadat die uitgawe reeds afgehandel was, het ek van nóg 'n vrou iets oor haar suster gekry, en dit het my met absolute hartseer gevul. Ons plaas dit hierdie maand.

Baie lesers het seker gehoor van die #thetotalshutdown-beweging wat op 1 Augustus optogte regoor die land gehou het. As 'n mens gaan lees watter geweld van allerlei aard van die vroue en kinders al in hul lewens moes deurmaak, kan jy dit soms eenvoudig nie glo nie. My eie reaksie op sommige van die verhale sal ek nie hier herhaal nie.

Ek begryp eenvoudig nie hoe een mens sulke dinge aan 'n ander kan doen nie. Meestal is dit verhale van geslagsgebaseerde geweld: mans wat hul vrouens of meisies wreed fisies en seksueel aanrand of verkrag. Soms is die mishandeling op geestelike en emosionele vlak – soos die verhaal op die volgende bladsye. Soms is dit selfs ouers wat dit aan hul eie kinders doen.

'n Mens se hart breek met elke soortgelyke verhaal wat jy hoor. Ek dink vroue en kinders wat sulke dinge beleef, beleef waarskynlik iets baie naby aan doodgaan. As jy egter nie self al so iets beleef het nie, kan jy eenvoudig nie troos en bemoedig deur te sê dat jy verstaan nie, want jy verstaan nié! Jy wéét nie hoe dit voel nie.

Ek kan my dit maar net probeer indink hoe moeilik dit vir hierdie vroue en kinders moet wees om uit sulke situasies te ontsnap, wat nog te sê hulp te gaan soek. Daar is egter altyd iemand wat kan en wil help. Ons kan nie alle moontlike hulp hier noem nie, maar gaan klop asseblief, asseblief aan by jou predikant, onderwyser, dokter, maatskaplike werker, vriendin of kollega. Op die ADV se webblad staan dr Elrita le Roux se naam onder die opskrif: gesinsgeweld. As jy voel jy het regtig niemand anders om mee te praat nie, kontak haar asseblief by 072 235 6904 of elritaleroux82@gmail.com. Praat, asseblief! Ander mense sien nie noodwendig altyd as iets verkeerd loop by iemand nie.

In September dink ons gewoonlik aan die Skepper en die skepping, maar aangesien hierdie jaar se September-uitgawe in sy geheel gewy is aan *Die Christelike Vrou* se 75ste bestaansjaar, besin ons in hierdie Oktober-uitgawe oor evolusie.

In ons laaste artikel van hierdie maand skryf dr Elma de Vries van Kaapstad oor gordelroos, en nou het ek beslis meer begrip vir wat lyers moet deurgaen.

'n Bittere skande


Vir my ousus, my vriendin, van 'n baie kwaad en hartseer kleinsus.

Ek het grootgeword met heldeverering vir my ousus. Sy was net die beste, al het ons tog te lekker baklei. Toe ons trek en sy haar eie kamer kon kry, was ek bly... vir 'n hele week. Toe sy universiteit toe gaan, was ek nie bly nie.

Toe ek self universiteit toe gaan, het ons vriendinne geword. Vriendinne wat alles met mekaar kan deel. Ek het haar altyd gebel as ek raad nodig het, as ek hartseer is of as ek bly is. Sy verstaan my sonder dat ek die regte woorde kry om te verduidelik.

En toe word my wêreld geruk, want sy bel en sê sy gaan skei. Dit was nie dit wat my geskok het nie. My wêreld is geruk toe ek hoor dat hy haar mishandel het, en ek het dit nie geweet nie... Ek weet nie hóé ek dit nie geweet het nie.

Ek het gaan lees oor emosionele mishandeling. Ek wou huil. Hy het haar seergemaak sonder om sy vinger vir haar te lig. Hy het haar verneder en afgebreek. Hoe meer ek daaroor gelees het, hoe kwater het ek geword, ook vir myself. Hoe kon ek dit nie raaksien nie? Ons het almal gehoor hoe bakleierig hy is. Skoorsoekerig. Eiegeregtig. Selfsugtig. En ons het almal gehoor hoe my sussie sê ja, hy word gou kwaad, maar hy word gou weer goed ook.



Nou dink ek aan die talle kere toe hy na 'n onaangename woordewisseling net aangegaan het en gemaak het asof niks gebeur het nie. Ek kan my nie indink hoe dit vir haar moes wees wanneer hulle alleen by die huis was nie. My boetie het 'n kykie hiervan gekry die dag toe hy haar gaan help het om haar goed te pak. Hy het my na die tyd vertel hoe verskriklik dit vir hom was om te hoor hoe die man met ons sussie praat. Hoe hy haar behandel asof sy absoluut niks werd is nie. Maar wat my boetie

die meeste gepla het, is dat ons nooit die waarheid raakgesien het nie. Hy voel nes ek, maar dit troos nie...

Vandag sê my sussie dat sy altyd vir haarself gesê het dit is nie so erg nie, hy sal weer kalm raak. Hy bedoel dit nie. Hy is lief vir haar.

Maar hy het nie opgehou nie. My sussie is sterk, 'n wonderlike ma en 'n suksesvolle besigheidsvrou. Ek wonder of dit haar deur die genadelose vernedering gedra het, of dit gemaak het dat sy kon regkry om te sê sy gaan dit nie langer vat nie.

Ek het hom so gehaat. En toe bel ek my sussie eendag en sy huil so dat ek haar nie kan verstaan nie. Die rede vir haar tranes blyk toe dat sy daardie oggend 'n hofdatum vir die skeisaak gekry het.

Ek was lief vir hom! Ek was baie lief vir hom. Ons was in 'n stadium gelukkig... Dit was vir haar baie moeilik om te verwerk dat die huwelik amptelik ontbind sou word.

My sussie is nog steeds my heldin. Ek bewonder haar dat sy deur dit alles gegaan het, en dat sy vandag haar kop kan optel en sê: *Ek is dit werd om goed behandel te word.* Ek bewonder haar vir haar krag om haar kindertjies te vat en te loop. Ek bewonder haar dat sy nog iets goed kon raaksien.

Ek wens net ek kon haar seer beter maak.

In die begin

Ds Hannelie Botha

Wie het wat gemaak? Anders gestel: Waar en hoe het alles wat ons ken, begin?

© Benjamin Small

Ons – Christene – glo dat God Drie-enig die aarde en alles daarop, die see en alles daarin gemaak het. So lees ons in Genesis 1 en 2. In Johannes 1: 1 lees ons: *In die begin was die Woord daar, en die Woord was by God, en die Woord was self God. Hy was reeds in die begin by God. Alles het deur Hom tot stand gekom: ja, nie 'n enkele ding wat bestaan, het sonder Hom tot stand gekom nie.* Vir ons is dit dus in die Bybel uitgespel dat God alles gemaak het. So glo ek ook.

In my navorsing vir hierdie artikel het ek afgekom op 'n video (*The Veritas Forum*, <http://www.veritas.org/talks>) waar die gespreksleier begin deur te sê dat hy 'n Christen is en ook in 'n Christelike huis grootgeword het. Hy het egter 'n probleem gehad met wat hy by die huis en kerk geleer het, teenoor wat hy in die skool geleer is. Tuis en by die kerk het hy geleer dat die aarde 6 000 jaar oud is, maar by die skool het hy gehoor dat die aarde miljoene jaar oud is. Wie is dan nou reg? Die gesprek tussen die drie deelnemers gaan dan oor evolusie en of evolusie versoenbaar is met wat die Bybel ons leer en wat ons dan glo.

Die “kontroversie” oor evolusie is 'n groot probleem vir baie gelowiges, want hoe kan 'n mens sê jy glo dat God alles gemaak het, maar dan hoor jy ook dat dinge met verloop van tyd ontstaan het; of aan die ander kant net eensklaps – met 'n groot knal – ontstaan het? Die gesprek tussen die wetenskap en teologie kom al 'n lang pad en sal seker ook nog lank aanhou, want nou ken ons almal maar ten dele...

Die Ou-Testamentikus wat aan die gesprek op die video deelgeneem het, het 'n hele aantal interessante opmerkings gemaak oor die skepping. In die eerste plek bevestig hy dat 'n mens altyd moet onthou met watter tipe literatuur jy te doen het wanneer jy die Bybel lees. Die Bybel bestaan uit baie verskillende soorte literatuur: geskiedenis, poësie, wette, wysheidsliteratuur, ensovoorts. Wanneer jy die skeppingsverhale lees, kan jy dit nie lees asof alles letterlik gebeur het soos dit daar staan nie, want wat dan van die ooglopende feit dat ons in Genesis 1 en 2 twee verskillende skeppingsverhale het? Hierdie twee verhale verskil onder andere daarin dat die skeppingsaksies se volgorde verskil. As ons die Bybel letterlik soos geskiedenis sou lees, is hoofstuk 1 se weergawe die korrekte, of is hoofstuk 2 se weergawe korrek?

Verder verduidelik hy dat die ses skeppingsdae in Genesis 1 se verhaal basies opgedeel kan word in twee hoofdele: In die eerste drie dae het God die groot “houers” geskep – die dag en nag, hemel en aarde, en laastens aarde/droë grond en see. In die tweede drie dae het Hy dinge geskep wat die eerste drie “houers” gevul het: son en maan wat die dag en nag gevul of bevat het, seediere vir die see en voëls vir die hemel, en laastens die lewende wesens vir die aarde/droë grond.

Nog 'n opmerking wat hy gemaak het, het gegaan oor die geslagsregisters in die Bybel wat baie keer



deur mense gebruik word om die aarde se ouderdom mee te bepaal. Wat mense egter vergeet, sê hy, is dat die manier hoe geslagsregisters in die Bybelse tyd opgestel is, verskil van hoe ons vandag die genealogie bedryf. Anders as wat ons vandag sou doen, is in die Bybelse tyd in sommige gevalle geslagte oorgeslaan wanneer 'n geslagsregister opgestel is. In die geval van Jesus se geslagsregister, is Jesus deel van daardie register, al is Hy nie die biologiese seun van Josef nie.

Die wetenskaplike, 'n bioloog, het onder andere gesê dat daar genetiese bewyse bestaan dat alle mense afkomstig kan wees van een manlike persoon. Hy het ook gesê dat hy nooit gevoel het dat sy geloof as Christen afgehang het van die antwoorde op die tergende vrae oor die ouderdom van die aarde of die evolusieteorie of soortgelyke vrae en teorieë nie. Volgens hom is daar sekere vrae wat eenvoudig nie deur die wetenskap beantwoord kan word nie. Hy noem die voorbeeld van die vraag of sy vrou lief is vir hom. Al is die antwoord ja, is dit nie 'n antwoord wat die wetenskap sou kon gee nie. Die gespreksleier noem selfs dat hy glo sy wetenskaplike navorsing is 'n daad van gods-diens (*worship*).

Wetenskap en godsdiens of teologie hoef nie teenoor mekaar te staan nie. Volgens albei gespreksgenote het hulle byvoorbeeld geen bewyse dat Genesis die

evolusieteorie weerspreek nie. Die Bybel bevestig wel dat God die Een is wat alles geskape het, maar nie hóé Hy dit geskape het nie. 'n Mens kan gewoon maar net kyk na die uiteensetting van die verskillende skeppingsverhale in Genesis 1 en 2.

As ons so luister na teoloë en ook na ander (natuur)wetenskaplikes, sien ons maar net weer dat hierdie geen maklike vraag en antwoord is nie. Soveel mense as wat daar is, soveel menings sal daar sekerlik wees.

In my eie soeke na antwoorde het ek uitgekom by die volgende: Wat die (natuur)wetenskap vir my wys en wat ek soms ook self kan waarneem, is dat dinge verander en aanpas. Mens en dier en die res van die natuur pas by veranderde omstandighede aan. Dit neem soms enkele maande, soms jare, soms dekades en soms millennia, maar verandering bestaan. Evolusie bestaan.

Soos vir die twee gespreksgenote, staan evolusie egter nie vir my teenoor my geloof nie. Geloof in God as Skepper en evolusie sluit mekaar nie uit nie. Soos ek in kinderlike geloof jare gelede vir myself die saak uitgemaak het: As evolusie bestaan, het ek nie 'n probleem daarmee nie, want ek glo dat God alles gemaak het, en omdat God alles gemaak het, het Hy mos evolusie ook gemaak.

Pynlike gordelroos

Elma de Vries

Gordelroos is 'n pynlike uitslag wat veroorsaak word deur dieselfde virus wat waterpokkies veroorsaak, naamlik *varicella zoster*. Die virus is deel van die herpesfamilie, wat ook die koorsblaarvirus insluit.

Nadat iemand waterpokkies gehad het, kruip die virus weg in die selle van die senuweestelsel, waar dit vir dekades dormant kan wees. Gordelroos kom voor wanneer die virus weer aktief raak, maar dan net in een senuweewortel se verspreiding.

Mense van alle ouderdomme kan gordelroos kry en dit kan selfs in gesonde mense voorkom. Dit is meer algemeen in mense oor 50 en in mense met 'n verswakke immuunstelsel. Tot 20% van mense kan in hul leeftyd gordelroos opdoen. Dit kom net voor in mense wat vantevore waterpokkies gehad het.

Die virus affekteer net een senuwee, aan een kant van die liggaam. Die vel wat deur die spesifieke senuwee voorsien word, word aangetas. Gordelroos begin gewoonlik met 'n ongewone sensasie soos jeukerigheid of branderigheid in 'n deel van die vel. Party mense ontwikkel koors en hoofpyn. Binne een tot twee dae ontwikkel 'n uitslag met klein blasies aan een kant van die liggaam in 'n reguit lyn. Dit kom gewoonlik op die rug, borskas of maag voor. Indien die uitslag in die gesig naby die oog voorkom, kan dit visie affekteer.

Gordelroos kan baie pynlik wees, en daaglikse aktiwiteite en slaap affekteer. Die pyn kan 'n paar dae voor die uitslag begin. Binne drie tot vier dae word die blasies oop seertjies, wat bakteriële infeksie kan ontwikkel. By iemand met 'n gesonde immuunstelsel sal rofies vorm, en na sewe tot tien dae is die persoon nie meer aansteeklik nie. Dit kan drie tot vier weke duur vir die uitslag om heeltemal weg te gaan, en soms is daar permanente velkleurverandering.

Is gordelroos aansteeklik? Dit is nie moontlik om gordelroos van iemand anders te kry nie. Iemand wat nog nooit waterpokkies gehad het nie en nie ingeënt is daarteen nie, kan geïnfecteer word met die virus na direkte kontak met iemand met gordelroos, en dan waterpokkies ontwikkel. Mense wat waterpokkies gehad het of ingeënt is daarteen, sal nie gordelroos ontwikkel van noue kontak met iemand wat dit het nie. Swanger vroue wat nog nie waterpokkies gehad het nie, moet mense met gordelroos vermy.

Alhoewel die meeste mense goed herstel, kan omtrent 12% komplikasies ontwikkel. Die algemeenste komplikasie is pyn wat nie gou weggaan nie, ook genoem post-herpes-neuralgie. By die meeste mense sal die pyn met tyd verbeter, maar party mense kan vir maande tot jare nadat die uitslag weg is, nog pyn ervaar. Daar is verskeie behandelingsopsies vir die pyn. Ander komplikasies sluit in bakteriële infeksie van die uitslag en oogprobleme.

Behandeling van gordelroos sluit 'n kombinasie van antivirale middels en pynmedikasie in. Die uitslag moet skoon en droog gehou word. Room kan die moontlikheid van 'n sekondêre infeksie verhoog en word nie aanbeveel nie. Antivirale medikasie keer dat die virus verder vermenigvuldig, kan die uitslag vinniger laat genees en verminder die pyn. Dit is veral effektief indien daarmee begin word binne 72 uur nadat die uitslag verskyn het. Drie verskillende antivirale middels is beskikbaar om gordelroos te behandel, naamlik Acyclovir, Famciclovir en Valacyclovir. Omdat die pyn erg kan wees, is voorskryf-pynmedikasie dikwels nodig. Indien die pyn aanhou (post-herpes-neuralgie), is daar verskillende opsies. Antidepressante soos Amitriptylene word dikwels in 'n lae dosis gebruik, asook epilepsiemedikasie soos Gabapentin en Pregabalin.

Wanneer kan iemand terugkeer werk toe? Indien die uitslag op die gesig is, is dit beter om te wag tot daar rofies is. Dit duur gewoonlik sewe tot tien dae. Indien die uitslag op 'n deel van die liggaam is wat met klere bedek kan word, kan jy terugkeer werk toe wanneer jy beter voel.

Kan 'n mens gordelroos voorkom? Indien iemand nog nooit waterpokkies gehad het nie, kan hulle 'n inenting kry om infeksie te voorkom.

As iemand vermoed dat hy of sy gordelroos ontwikkel, is dit belangrik om 'n dokter te raadpleeg. Die dokter kan die diagnose bevestig en medikasie voorskryf.

Vir meer inligting, kyk gerus by www.uptodate.com/contents/shingles-beyond-the-basics.