

Nieuwsbrief 26 van Stichting MCS

april 2007

Natriumbicarbonaat

Natriumbicarbonaat is een veelzijdig te gebruiken soort zout. Het wordt ook wel dubbelkoolzure soda genoemd. De chemische formule luidt NaHCO_3 .

Natriumbicarbonaat bezit o.a. de eigenschap dat het geuren kan neutraliseren, waardoor het voor MCS-patiënten goede diensten kan bewijzen. De meeste MCS-patiënten kunnen het goed verdragen.

Natriumbicarbonaat is te koop bij de meeste DA-drogisten. Het zit dan in een bus van een kilo en kost ongeveer € 4,50. Als uw drogist het niet heeft en zegt het niet te kunnen bestellen, dan kunt u het telefoonnummer van de groothandel doorgeven: Chefaro Nederland b.v. tel. 010-2211007.

Een aantal tips voor het gebruik van Natriumbicarbonaat:

- Nieuwe kledingstukken of andere textiel waar een verkeerde geur aanhangt kunnen vrij gemaakt worden van geur door ze te wassen in natriumbicarbonaat. Voor zowel handwas als machinewas geldt: voeg enkele eetlepels natriumbicarbonaat toe aan het geurvrije wasmiddel. Als na 1 keer wassen de geur nog niet weg is, herhaal de behandeling dan enkele keren. Geur uit natuurlijke vezels verdwijnt gemakkelijker dan uit synthetische vezels. Het is niet goed om de lucht in te ademen van het wasgoed waaraan natriumbicarbonaat is toegevoegd. Er komen namelijk tijdens het wassen chemische dampen vrij.
- Ook als kleren uitzonderlijk vuil zijn kan natriumbicarbonaat helpen. Voeg een half kopje toe aan het wasmiddel en spoel na met schoon water.
- Oven schoonmaken: Besprenkel de oven met een kleine hoeveelheid water en giet daaroverheen een ruime hoeveelheid natriumbicarbonaat. Laat dit een half uurtje zo staan. Gebruik sponsjes van staalwol en een klein beetje water om het vuil te verwijderen.
- Mieren verjagen: Strooi wat natriumbicarbonaat op de plek waar mieren heen en weer lopen of waar ze uw huis binnen komen. Ze zullen dan binnen korte tijd verdwijnen.
- Badzout: Strooi 50 tot 100 gram natriumbicarbonaat bij uw badwater, waardoor het water wordt onthard en uw huid wordt verfrist.
- Branderige voeten: Na een lange wandeling is een voetenbad met natriumbicarbonaat een weldaad. Gebruik ongeveer 3 theelepels op 10 liter warm water.
- Deodorant: Breng met een plukje watten of met uw vingers een beetje natriumbicarbonaat aan in de oksels. Dit werkt als deodorant.
- Afwassen: Vis en uienlucht verdwijnt snel van vaatwerk en van uw handen als u aan het afwaswater een beetje natriumbicarbonaat toevoegt. Ook houten lepels of snijplankjes kunt u hiermee ontgeuren.
- Gezicht wassen: Wie geen zeep verdraagt in het gezicht kan met water waarin een paar theelepeltjes natriumbicarbonaat zijn opgelost, het gezicht wassen. Daarna, zonder afspoelen, het gezicht afdrogen. Zo wordt de huid aangenaam zacht.
- Huisdieren: Onaangename geur uit hamster- of konijnenkooitjes of uit de kattenbak treedt pas veel later op wanneer met eerst op de bodem wat natriumbicarbonaat strooit en daaroverheen pas de kattenbakkorrels of het stro.
- Insectensteken: Pijn en zwelling verdwijnen als u een brei van natriumbicarbonaat en water op de insectensteek aanbrengt.
- Tandverzorging: Natriumbicarbonaat neutraliseert zure etensresten tussen de tanden zodat daardoor geen cariës kan ontstaan. Het vermindert ook geur uit de mond en geur van tandprothesen. Eén theelepel op een glas water en daarmee krachtig spoelen en gorgelen.

Vraag aan dr. W.J. Rea

Geachte Dr. Rea,

Ik kan niet tegen extreme weersomslagen/temperatuurverschillen. Ik heb gehoord van andere mensen die lijden aan chemische overgevoeligheid dat zij dit zelfde probleem hebben. Is er een behandeling voor dit probleem?

“Deze mensen kunnen gevoelig zijn voor voedsel, ingeademde stoffen, of chemicaliën die receptoren en de bloedvaten hebben aangetast en daardoor een ontsteking veroorzaken. Ook kunnen deze mensen blootgestaan hebben aan chemicaliën die de hersenen en het centrale en autonome zenuwstelsel aantasten. Deze aantasting kan de oorzaak zijn van de reactie van het lichaam op temperatuurverschillen. Het kan ook een bloedvatontsteking veroorzaken. Soms kunnen deze

overgevoeligheid en blootstelling aan chemicaliën invloed hebben op het functioneren van de schildklier. De meeste patiënten met chemische overgevoeligheid hebben een lage lichaamstemperatuur en van kou hebben ze meer last dan mensen die niet lijden aan chemische overgevoeligheid.

Deze aandoeningen kunnen verbeteren met de juiste behandeling. Het testen van de reactie op antigenen en dit behandelen, zuurstoftherapie, het beheersen van blootstellingen aan omgevingsstoffen in voedsel, lucht en water, en het verminderen van de chemische last door middel van voedingssupplementen en intense infrarood-ontgifting kunnen het functioneren van het zenuwstelsel en de bloedvatontsteking verbeteren.”

William J. Rea, M.D., F.A.C.S., F.A.A.E.M.

<http://planetthrive.com>

UWV

Velen van ons hebben problemen (gehad) met het UWV. Ik ook. Een klein jaar geleden had ik het eerste gesprek met de verzekeringsarts. Ik had toen bijna twee jaar niet gewerkt.

Tijdens het gesprek heb ik geprobeerd alleen mijn klachten te beschrijven - van lotgenoten had ik namelijk begrepen dat dat verstandiger was. Toen ik me echter versprak gaf hij direct zijn mening over MCS: het zou een psychiatrische stoornis zijn. De schriftelijke diagnose van een psychiater die ik hem overhandigde en waarin stond dat ik geen stoornissen had, schoof hij terzijde. Er moest een nieuw onderzoek komen en hij zou de psychiater uitzoeken. Ik heb me daar hevig tegen verzet, maar ben uiteindelijk akkoord gegaan. Maar ik heb wel eisen gesteld: de gesprekken zouden bij mij thuis moeten plaats vinden en de onderzoekers (een psycholoog en een psychiater) zouden geurvrij moeten komen.

In afwachting van hun komst heb ik een contra-expertise laten uitvoeren door een andere psychiater. Ook hij vond geen stoornissen. Vervolgens heb ik gezorgd voor onderzoeksresultaten van alles wat ik wel mankeerde: DNA-afwijkingen, gifstoffen in bloed, vitaminetekorten, uitslagen van natuurgeneeskundige, darmbacterieonderzoek, histamineprovocatie-onderzoek; en voor brieven van reguliere artsen die mijn 'klachtenbeleving', zoals het door het UWV genoemd werd, bevestigden: brieven van dr. Meinardi (die MCS erkent), mijn huisarts (die het 'toxisch omgevingsyndroom' noemt) en een allergoloog uit Tilburg (die spreekt over 'hyperreactiviteit'.)

Het onderzoek van de UWV-psychiater bestond uit drie stevige sessies. Daarnaast heb ik veel lange lijsten met vragen moeten invullen. Het was enorm zwaar, en als ik niet af en toe had mogen uithuilen bij Anneke Bouwman had ik het niet volgehouden. Maar de conclusie was de moeite waard: geen stoornissen, slechts twee opmerkelijke karaktertrekken. Advies: prikkelvrij leven.

Met deze diagnose ging ik terug naar de UWV-verzekeringsarts. Hij geloofde me nu. In zijn rapport schreef hij onder andere: 'In beginsel bestaat de handicap uit de overgevoeligheid voor uiteenlopende prikkels die ook in de kleinste concentraties forse klachten veroorzaken. De enige mogelijkheid om de klachten te minderen is het vermijden van de prikkels, een specifieke behandeling bestaat niet. Welke prikkels dat precies zijn, kan ook door cliënt zelf niet helemaal goed voorspeld worden. Zij weet inmiddels wel met de meeste prikkels die zij kent om te gaan, maar nog steeds reageert zij met dezelfde klachten op onverwachte momenten op plaatsen waar zij dit niet had verwacht. Het heeft dan ook geen enkel nut om aan te geven waar cliënt wel en waar ze niet aan het werk kan. Het komt er uiteindelijk op neer dat zij zelf moet proberen of het op een werkplek voor haar veilig is om te verblijven'.

Met dit verslag ging ik naar de arbeidsdeskundige. Zij vertelde me dat ze op grond van die laatste eis niet anders kon dan mij volledig arbeidsongeschikt verklaren. En daarmee kwam ik terecht in de WIA.

Het is een enorme erkenning. Ik had geen astma, geen reuma, geen suikerziekte of welke andere regulier meetbare aandoening dan ook. Alleen MCS. En daar ben ik op afgekeurd. Het enige minpuntje is dat het in de officiële rapporten geen MCS heet, maar Medisch Onverklaarbare Somatische Stoornis. Ik heb tegen de arts gezegd dat ik daarmee wel kan leven, maar dat het op termijn een Medisch Wel Verklaarbare Somatisch Stoornis zal blijken te zijn. En ik heb hem de titel van het boek van dr. Pall genoemd: 'Explaining "Unexplained Illnesses"'.
Laten we hopen dat de diagnose die bij mij is gesteld, ook bij anderen gesteld gaat worden.

Sterkte voor iedereen die nu in zo'n procedure zit.

Jessica Petermeijer

Aankondiging symposium 'Patiënt en Milieu'

Het Meldpunt Gezondheid en Milieu (MGM) en het Platform Gezondheid en Milieu (PGM) willen een maatschappelijke discussie op gang brengen over nut en noodzaak om kwetsbare groepen beter te beschermen tegen milieurisico's. Daartoe organiseren zij in 'De Week van de Gezondheid' op **vrijdag 11 april** het **symposium 'Patiënt en Milieu'**. **Plaats:** Antropia, Landgoed De Reehorst, Hoofdweg 8, Driebergen, tel.: 0343-531818, gelegen vlak naast het station Driebergen-Zeist

Doelgroepen zijn ditmaal reguliere patiëntenorganisaties (dwz. patiëntenorganisaties die gericht zijn op erkende chronische ziektes), beleidsmedewerkers in de gezondheidszorg en anderen die werken op het gebied van gezondheid en milieu. Ook voor patiënten, die zich willen verdiepen in de complexiteit van de relatie gezondheid en milieu en die in het dagelijks leven klachten krijgen door bepaalde milieufactoren is het een interessante dag. Tijdens het forum is er ruim de gelegenheid tot vragen stellen.

Dit symposium is geaccrediteerd door het MBOG voor 5 algemeen medische punten. (zie www.MBOG.nl)

Meer achtergrond informatie is te vinden op www.meldpuntgezondheidenmilieu.nl

Programma

10.00 - 10.30 uur:	Ontvangst (inschrijving) en koffie
10.30 - 10.50 uur:	Openingspeech
10.50 - 11.00 uur:	Inleiding door dagvoorzitter
11.00 - 11.40 uur:	Prof. Dr. Paul.J.A. Borm, Centre of Expertise Life Sciences (CEL), Hogeschool Zuyd, Heerlen: "Gezondheidseffecten van fijnstof en betekenis voor nanomaterialen"
11.40 - 12.20 uur:	John Peterson Myers Ph.D., medeoprichter en voorzitter van "Environmental Health Sciences", een organisatie in de VS die zich bezig houdt met het bevorderen van begrip voor de verbanden tussen gezondheid en milieu en co-auteur van het boek "Our stolen Future": "Hoe alledaagse gifstoffen onze gezondheid en die van toekomstige generaties ondermijnen." Engels gesproken.
12.20- 13.00 uur:	Dr. Paul Höppener, arts/ Ulco Proost, arts: "Noodzaak van registreren van milieugerelateerde gezondheidsklachten"
13.00 -14.00 uur:	Lunch
14.00 - 14.40 uur:	Prof. Dr. Nicolas van Larebeke, Vakgroep Radiotherapie en Kerngeneeskunde Universiteit van Gent: "Waarom omgevingsfactoren een belangrijk risico op kanker inhouden"
14.40 - 15.20 uur:	Dr. Gert E.Schuitmaker, directeur van het Ortho-instituut en president van the International Society for Orthomolecular Medicine in Toronto: "Mogelijkheden van verdediging tegen milieu- en gifstoffen"
15.20 - 15.50 uur:	Theepauze
15.50 - 16.50 uur:	Forumdiscussie met vertegenwoordigers van patiëntenorganisaties en sprekers o.l.v. Drs. Cobi de Blécourt-Maas
16.50 - 17.00 uur:	Afronding, aanbevelingen en afspraken
17.00 - 17.30 uur:	Receptie

U kunt zich opgeven door overmaken van 25 euro per persoon op rekening 7912592 t.n.v. Meldpunt Gezondheid en Milieu o.v.v Patiënt en Milieu met vermelding van naam, adres, telefoonnummer, e-mail en eventueel patiëntenorganisatie waar u lid van bent. Dit laatste kan ook via een inschrijfformulier dat u kunt downloaden van de website www.meldpuntgezondheidenmilieu.nl of door het sturen of faxen van een briefje met uw gegevens naar het MGM. Mocht u met meer personen komen, dan graag alle namen doorgeven. Lunch is inbegrepen.

MGM : Regulierenring 9, 3981 LA Bunnik, tel.:030-2430872, fax: 030-2430883

Link

Op het symposium van MGM in 2004 sprak dr. Doris Rapp over MCS. Op haar website www.drrapp.com vonden we het volgende filmpje:
www.youtube.com/watch?v=y1QreyGjuTo

Bijeenkomsten

Vlaardingen	zaterdag 3 mei 2008	opgave bij Trudy Hoogland	010-4602034
Veendam	zaterdag 10 mei 2008	opgave bij Erica Bakker	0598-626479
Rhenen	zaterdag 24 mei 2008	opgave bij Geerteke de Haas	0317-612410