

mogelijkheid om giftige stoffen af te breken. Ook aandoeningen van het zenuwstelsel komt men vaak tegen bij MCS.

Zowel rechtstreeks door neurotoxische blootstellingen als via bovenstaande tekortkomingen in de ontgifting kan het zenuwstelsel overgevoelig raken. Het idee is dat er iets gebeurt met de reukzintuigcellen in de neus, die behalve receptor ook zenuwcel zijn.

Zij komen als het ware op scherp te staan. Via de reukzenuw is er direct contact met het inwendige van de hersenen, waardoor talrijke reacties opgewekt kunnen worden. En ook hier geldt dat de één van nature gevoeliger is dan de ander.

### **Kanaries in de kolenmijn**

Overall ter wereld worden mensen met een overgevoeligheid voor geuren en chemicaliën 'yellow canaries' genoemd. Deze term is afkomstig uit de mijnbouw. Als mijnwerkers vroeger wilden weten of er in een bepaalde mijnschacht koolmonoxide aanwezig was, dan namen ze kanaries mee. Vielen de kanaries van hun stokjes dan waren ze gewaarschuwd en maakten ze dat ze wegkwamen. Net als die gele kanaries reageren MCS-patiënten als eersten op chemische lucht.

### **Buitenland**

In Canada, Japan en Oostenrijk is MCS sinds enige jaren officieel erkend als een fysieke chronische aandoening. In sommige andere landen, waar nog geen officiële erkenning voor MCS is, zijn al wel speciale klinieken waar de klachten van MCS-patiënten gereduceerd kunnen worden.

In steeds meer landen verrijzen ziekenhuizen, scholen en hotels met een geur- en chemievrij beleid, zodat ook MCS-patiënten er klachtenvrij kunnen verblijven.

In openbare gebouwen, openbaar vervoer en de gezondheidszorg houdt met soms ook liever de naar chemische luchtjes geurende medemens buiten de deur.

### **MCS komt ook voor in minder ernstige vorm**

Hoofdpijn na een lange autorit? Dat kan veroorzaakt worden door uitlaatgassen. Doodmoe na het zwemmen? Niet zo gek voor iemand die zich net helemaal heeft ondergedompeld in chloorwater. Astma-aanval als je met eau de toilette hebt gespoten? Misselijk na het winkelen of depressief na het verven van je huis? Ziek na het renoveren van je woning?

Niemand staat er bij stil dat dat wel eens veroorzaakt zou kunnen worden door chemische stoffen of geuren. Belangrijk signaal dat er iets mis is, is als je geuren vies gaat vinden die je eerder lekker of neutraal vond ruiken (Dit kunnen ook natuurlijke geuren zijn). Ook als je versterkt gaat ruiken moet je op je hoede zijn.

Chemische overgevoeligheid komt in veel gradaties voor. Onderzoekers schatten dat meer dan 20% van de bevolking in de geïndustrialiseerde landen er last van heeft, al zijn de meesten zich daar niet eens van bewust. Het is nog niet duidelijk of iedereen in ernstige mate MCS kan krijgen. Mogelijk is dit genetisch bepaald. Maar als dat zo is, dan weet je nog niet of je zelf tot die groep behoort. Reden om voorzichtig te zijn en reden om je leefmilieu zo min mogelijk met chemicaliën te vervuilen.

**Meer weten?**

**Neem dan contact op met Stichting MCS:  
Tel. 0317-612410**

## **ZIEK VAN ALLEDAAGSE CHEMISCHE STOFFEN EN GEUREN?**

## **HET KOMT VAKER VOOR DAN U DENKT!**

**Stichting MCS  
0317-612410  
www.stichtingmcs.nl**

## Ziek van geuren

De meeste mensen zullen er gedachteloos aan voorbij gaan dat het, waar ze ook komen, altijd wel ergens naar ruikt. Loop je langs een pand dat geschilderd wordt dan ruik je verf. Steek je een drukke straat over dan ruik je uitlaatgassen. Bij de schoenmaker ruikt het naar lijm, in het ziekenhuis naar ontsmettingsmiddelen en bij de kapper naar permanentvloeistof en haarlak. Kortom, geur is overal.

Thuis hebben we onze zepen, shampoos en parfums, onze schoonmaakmiddelen, huisparfums, geurkaarsen en de open haard. De krant ruikt naar drukinkt en bij het tanken ruik je benzine. De hele dag door worden mensen blootgesteld aan chemische luchtjes. Pasgepoetste schoenen, tabaksrook, een nieuw bankstel: alles ruikt! Zelfs de nieuwe auto en de nieuwe computer ruiken behoorlijk. Voor de groeiende groep MCS-patiënten betekenen al die geuren een ramp. Zij worden er ziek van.

## Wat is MCS?

MCS staat voor Multiple Chemical Sensitivity, hetgeen 'meervoudige chemische overgevoeligheid' betekent. Mensen die hieraan lijden, reageren op geuren en chemische stoffen. Vaak ook op voeding, andere stoffen uit de omgeving en elektromagnetische straling. Bij voortzetting van de blootstelling aan stoffen waar men niet tegen kan, gaat men op steeds meer stoffen reageren, stoffen die chemisch vaak niets met elkaar te maken hebben.

Bij sommige MCS-patiënten zijn hun overgevoeligheden te wijten aan een eenmalige blootstelling aan een hoge concentratie chemische stof of geur. Bij anderen aan een jarenlange

blootstelling aan een lage concentratie van één of meerdere stoffen.

De meeste MCS-patiënten ontwikkelen een uiterst scherp reukvermogen. Wie wil weten wat een MCS-patiënt ervaart bij het ruiken van bijv. tabaksrook of parfum, moet eens proberen zijn neus boven een fles ammonia te houden. Het is te veel, te scherp, te indringend, in één woord onhoudbaar.

Bij MCS-patiënten treden bovendien vaak sterke lichamelijke reacties op. De verschijnselen kunnen heel heftig zijn en worden soms zelfs als levensbedreigend ervaren.

Symptomen kunnen zowel per stof of per patiënt anders zijn. Van ademhalingsmoeilijkheden, benauwdheid, duizeligheid en flauwvalneigingen tot spier- en gewrichtspijnen of ernstige diarree. Ook concentratiestoornissen, huidproblemen, branderige ogen en complete wanorde in het hoofd komen veel voor. Het is wel zo dat één patiënt op één bepaalde stof steeds met dezelfde symptomen reageert.

## Isolement

Mensen met een overgevoeligheid voor geuren hebben bijna altijd last van de geuren die anderen bij zich dragen, terwijl die anderen zich er niet eens van bewust zijn dat ze geuren bij zich dragen. Juist omdat geuren tegenwoordig overal zijn, zijn MCS-patiënten nergens meer veilig en worden ze uitgesloten van het normale leven.

Niet zelden raken ze hun baan kwijt en kunnen ze nauwelijks nog boodschappen doen. Vakanties of een bezoekje aan de kapper, ernstiger nog, aan (tand)arts of ziekenhuis worden zo goed als onmogelijk. MCS heeft in ons land nog maar erg weinig

bekendheid. Patiënten die zeggen ziek te worden van geuren vinden niet altijd gehoor bij hun arts of specialist. Helaas zijn ook de meeste artsen er nog niet van op de hoogte dat geuren voor zoveel ellende kunnen zorgen. De diagnose, dat het wel 'tussen de oren' zal zitten, is dan gauw gesteld.

Ook de omgeving begint zich af te vragen of het niet psychisch is en of de patiënt zich niet aanstelt. Daardoor komen contacten met familie en vrienden onder druk te staan. De patiënt voelt zich onbegrepen en komt in een steeds groter wordend isolement terecht.

## Mogelijke oorzaken van MCS

Het is moeilijk te spreken over DE oorzaak van MCS. De mechanismen, die betrokken zijn bij het ontstaan van chemische overgevoeligheid worden slechts langzamerhand duidelijk en het blijken er vele te zijn. Nog heel veel onderzoek is nodig. Het heeft waarschijnlijk wel te maken met de grote hoeveelheid moeilijk afbreekbare, vetoplosbare stoffen, die we heden ten dage dagelijks de baas moeten kunnen. De één is daar beter voor toegerust dan de ander. Kan het lichaam deze stoffen niet kwijt, dan worden ze in het vetweefsel en in vetrijke organen opgeslagen. Deze opgeslagen stoffen zijn altijd in evenwicht met een vrije fractie in het plasma. Er kan sprake zijn van een overbelasting met chemische stoffen, die des te sneller optreedt op naarmate iemand bepaalde enzymen te weinig aanmaakt.

Er zijn daarnaast ook aanwijzingen dat er in veel gevallen een storing is in de productie van haem. Dit is de bouwsteen voor het bloed (hemoglobine), de spieren en een belangrijke stof, die giftige stoffen moet afbreken (de eerste afbraakfase). Daardoor vermindert dus ook de