

Nieuwsbrief 67 van Stichting MCS

September 2018

Dr. Rea overleden

Bij MCS-patiënten was hij wereldberoemd. De Amerikaanse Dr. William J. Rea. Tussen 1980 en 1990 deed hij onderzoek naar MCS, waarbij meer dan 20.000 MCS-patiënten betrokken waren. Hij schreef een groot aantal wetenschappelijke artikelen en de boeken *Chemical Sensitivity*, een standaardwerk over MCS in vier delen. Hij stichtte een MCS-behandelcentrum in Dallas, Texas, waar MCS-patiënten uit alle delen van de wereld naar hem toekwamen voor verbetering van hun klachten en hij gaf adviezen over de inrichting en aanpak bij andere MCS-behandelcentra. Met andere woorden: hij was een autoriteit op het gebied van MCS en een van de grootste MCS-experts ter wereld. Op 16 augustus j.l. overleed hij, 83 jaar oud. Hij heeft tot en met zijn laatste dag gewerkt in zijn Environmental Health Center Dallas (www.ehcd.com), werd toen plotseling onwel en stierf voordat de dag om was. Het EHCD draait nu verder met de medewerkers die hij allemaal zelf heeft opgeleid.

Luchtvervuiling

In China is luchtvervuiling een steeds groter wordend probleem. Naar schatting sterven er 4500 mensen per dag door het inademen van vervuilde lucht. Vooral in het noorden en oosten hangt vaak veel smog en weet men nauwelijks meer hoe frisse lucht ruikt. Daarom importeren ze er nu vanuit Canada spuitbussen gevuld met heerlijke frisse lucht. In Londen is na onderzoek gebleken dat het aantal mensen dat vroegtijdig komt te overlijden door luchtvervuiling twee maal hoger ligt dan eerder werd aangenomen. Door het inademen van fijnstof en stikstofdioxide dat o.a. geproduceerd wordt door dieselauto's en bussen sterven jaarlijks bijna 9500 Londenaren. Wereldwijd ademen 9 van de 10 mensen vervuilde lucht. Het gevolg: 7 miljoen doden per jaar door luchtvervuiling.

Round-up

Fabrikant Monsanto is door een Amerikaanse rechtbank veroordeeld tot het betalen van een schadevergoeding van 250 miljoen euro aan de 46-jarige Dewayne Johnson. Johnson was onderhoudsman van schooltuinen en werkte regelmatig met het onkruidverdelgingsmiddel Round-up. Nu hij kanker heeft gekregen heeft hij fabrikant Monsanto aansprakelijk gesteld. Een juryrechtbank in San Francisco stelde hem in het gelijk. Round-up bevat glyfosaat, waarvan Monsanto al sinds de jaren 90 wist dat dit kankerverwekkend kon zijn. Ook in Nederland en andere Europese landen wordt Round-up veel gebruikt. Zowel door particulieren als in de landbouw. Omdat inmiddels steeds duidelijker is geworden hoe gevaarlijk en giftig dit middel is wordt er in verschillende Europese landen gewerkt aan een verbod op Round-up. De uitspraak van de rechtbank en de enorme schadevergoeding die Johnson krijgt zal ook gevolgen hebben voor de naar schatting honderden andere zaken die tegen Monsanto lopen en hopelijk zal het wereldwijd voor een versnelling zorgen van het verbod op het product. Behalve kanker kunnen mensen ook MCS oplopen door het gebruik van Round-up en andere bestrijdingsmiddelen. Bestrijdingsmiddelen worden zelfs vaak genoemd als een van de belangrijkste oorzaken van MCS. Mensen die zuinig zijn op hun gezondheid, en MCS-patiënten in het bijzonder, moeten deze middelen absoluut zien te vermijden.

Blaasontsteking

De herfst en de winter zijn de seizoenen waarin blaasontstekingen het meest voorkomen. Vooral MCS-patiënten zijn vaak erg gevoelig voor blaasontstekingen en medicijnen worden door hen vaak slecht verdragen. Blaasontstekingen zijn in veel gevallen te voorkomen door het dragen van warme kleding en het gebruik van bepaalde groenten en fruit. Verse ananas, cranberrysap, bosbessensap, veenbessensap en uien-bonensoep zijn natuurlijke middelen om je blaas in goede conditie te houden.

Voeding

Voeding heeft vaak meer invloed op ons welbevinden dan gedacht wordt. Het kan zelfs ons gedrag beïnvloeden. De Britse wetenschapper Bernhard Gresch heeft in 2002 een beroemd geworden experiment uitgevoerd met gevangenen.

De gedetineerden die voor dit onderzoek waren geselecteerd hadden altijd ongezond gegeten: chips, friet, frikandellen, enz. Bernhard Gresch veronderstelde dat hun gedrag zou kunnen verbeteren door een gezondere leefwijze. Hij diende hen dagelijks multivitaminen en supplementen met omega 3- en omega 6- vetzuren toe. En zijn veronderstelling bleek te kloppen. Het agressieve gedrag van deze mensen daalde met 47 procent.

Veel MCS-patiënten hebben last van bepaalde voedingsmiddelen en voor hen kan voeding een groot verschil maken in hoe zij zich voelen. De producten waar ze op reageren verschillen van patiënt tot patiënt en vaak valt het nog niet mee om erachter te komen welke producten beter niet gegeten of gedronken kunnen worden om beter te functioneren en -in veel gevallen- daardoor minder heftig te reageren op chemische stoffen en geuren. Goede informatie voor mensen die op voeding reageren is te vinden op: www.ziekdoorvoeding.nl.

Stichting MCS beschikt over adressen waar mensen hun voeding kunnen laten testen om erachter te komen wat wel en niet verdragen wordt.

Ervaringen en tips van lotgenoten

- Verschillende mensen hebben gemeld dat hen geadviseerd werd om tijdens een periode van bestralingen tegen kanker geen parfums of geparfumeerde producten te gebruiken. Nou doen MCS-patiënten dat natuurlijk sowieso niet, maar het geeft maar weer eens aan dat deze producten ook echt niet zo gezond zijn om in te ademen. Mevrouw L. laat hierover weten: „Ik werk in een ziekenhuis als assistente van de kaakchirurg. Op de afdeling waar ik werk is het de afspraak dat we geen parfum of geparfumeerde producten gebruiken omdat patiënten daar last van kunnen hebben.” Eigenlijk zou deze regeling op iedere afdeling in ieder ziekenhuis moeten gelden.
- We gaan de herfst en de winter weer tegemoet. Veel MCS-patiënten hebben moeite om zichzelf warm te houden. Het advies van verschillende lotgenoten luidt: Draag wol: wollen hemden, wollen sokken, wollen vesten, enz. Wol zorgt voor een beter warmtegevoel dan de z.g. thermosokken en het thermo-ondergoed.
- Een van onze lotgenoten had een AEG wasdroger gekocht en vond deze erg stinken. Het bleek met name de donkergrijze kunststof aan het apparaat te zijn dat voor de sterke en ziekmakende geur zorgde. De geur was zo heftig dat deze zelfs bij gezonde mensen op hun longen sloeg. De stof die verantwoordelijk was voor deze ellende heet carboran. Haar advies aan lotgenoten: wees voorzichtig met de aanschaf van een AEG wasdroger.
- Op 18 augustus tussen 14.00 uur en 16.00 uur was er op radio NPO 5 een programma van de EO met de naam Open Huis. Het programma ging over straling. Verschillende mensen vertelden hoeveel last ze daarvan hebben en wat het voor invloed kan hebben op ons. Ook werden er tips gegeven hoe hiermee om te gaan. Het programma is terug te luisteren op www.nporadio5.nl/openhuis/gemist/uitzending/627359/18-08-2018 (de tijdbalk op 16.00)
- Een lotgenote vertelt: „Ik koop mijn brood altijd bij de biologische winkel. Niet alleen omdat dat beter en gezonder voor me is, maar ook omdat het brood dat in de supermarkt ligt meestal geparfumeerd is. Dat wil zeggen: besmet met parfumgeur.” Ze voegt hier nog aan toe: „Ik ken iemand waarvan de kat telkens hoestbuien kreeg van het afwasmiddel dat gebruikt werd. Zelf had de persoon geen enkele last van het afwasmiddel. Toch schakelde hij, speciaal voor zijn poes, over op een ander merk waar het dier geen last van had.

- Inmiddels hebben al heel wat mensen uit de MCS-patiëntengroep ons laten weten dat ze in hun zoektocht naar een oplossing voor al hun problemen handenvol geld hebben uitgegeven aan artsen, natuurgeneeskundigen, therapieën, enz. enz. Sommigen hebben het in dit opzicht zelfs over tien- of twintigduizend euro of nog meer. Voor behandelingen in het buitenland verkopen sommigen hun boot, caravan of andere bezittingen om de hoge kosten te kunnen betalen en het resultaat is lang niet in alle gevallen datgene waar men op gehoopt had.
- Ook een grote bron van frustratie bij veel MCS-patiënten is al het geld dat uitgegeven wordt aan spullen waar ze niet tegen blijken te kunnen: vloerbedekking, een nieuwe bank, gordijnen, een matras, een nieuwe kast, enz.
- Een lotgenote gaf ons 3 alternatieven voor deodorant door.
 1. 70% alcoholoplossing zonder geur. Verkrijgbaar bij de apotheek.
 2. Handdesinfectie van Sodasan. Verkrijgbaar bij Ekoplaza.
 3. Kruidvat handgel desinfect ongeparfumeerd. Verkrijgbaar bij het Kruidvat. Een drupje onder elke oksel is genoeg.
- Er is een grappig filmpje te zien op YouTube over Mr. Bean in de parfum winkel. Als u om Mr. Bean kunt lachen vind u het misschien ook leuk om te zien. De link naar het filmpje is https://www.youtube.com/watch?v=St5D3Ue_sy0

Het antirimpelcomplex

Crèmes, make-up, parfums en andere schoonheidsproducten hebben op veel mensen een enorme aantrekkingskracht. De meeste mensen hebben er geen idee van wat daar allemaal voor ingrediënten inzitten en hoe deze ingrediënten het natuurlijk evenwicht van de huid verstoren en het herstellend vermogen beschadigen. Niet zelden zijn dergelijke producten verantwoordelijk voor huidirritaties en allergische reacties en sommige ingrediënten worden zelfs in verband gebracht met hormoonverstorende effecten en het ontstaan van kanker. Robin van Wechem, politicoloog en journalist, deed jarenlang onderzoek naar de veiligheid van cosmeticaproducten en naar de invloed van de schoonheidsindustrie op ons zelfbeeld, lichaamsbeeld en consumptiepatroon. Zij pleit voor minderen met cosmetica omdat dat beter is voor je gezondheid en beter voor je portemonnee. Met het boek *Het antirimpelcomplex* informeert ze ons over de ingrediënten van onze dagelijkse smeerseltjes en daagt ze ons uit om betere keuzes te maken.

Titel: Het antirimpelcomplex
 ISBN: 9789460036323
 ISBN E-book: 9789460038082

Uitgeverij Balans
 Prijs €19,99
 Prijs €9,99

Lotgenotencontact

De komende maanden kunt u voor lotgenotencontact bellen met:

Trudy Hoogland uit Vlaardingen
 Erica Bakker uit Veendam

Tel: 06-50456429
 Tel: 0598-626479

Meer telefoonnummers van lotgenoten die gebeld kunnen worden zijn op te vragen bij Geerteke de Haas. Tel: 0317-612410

Partners van MCS-patiënten kunnen bellen met Klaas Haan, zelf ook partner van een MCS-patiënte. Tel: 0299-403084

Voor vragen is Stichting MCS iedere werkdag bereikbaar. Tel: 0317-612410