

## Nieuwsbrief 64 van Stichting MCS

December 2017

### Boek Geur- en Chemicaliënovergevoeligheid

Eind oktober kwam het boek *Geur en Chemicaliënovergevoeligheid* van Geerteke de Haas uit. Inmiddels is ook het boek *Ervaringsverhalen bij Geur en Chemicaliënovergevoeligheid* uitgekomen. Deze paperback sluit aan op het basisboek en bevat ruim zestig kortere en langere ervaringsverhalen van MCS-patiënten en daarnaast meer dan honderd opmerkingen waaruit blijkt wat voor invloed chemicaliën hebben op het lichaam van de patiënten.

Al met al geeft het boek een beeld van wat de gevolgen van MCS zijn op medisch, sociaal en financieel gebied en hoe MCS het wonen, werken en het volgen van een opleiding kan bemoeilijken.

Het basisboek (*Geur en Chemicaliënovergevoeligheid*) is in heel veel boekwinkels te vinden en bij iedere boekwinkel te bestellen (ISBN 978.902.021.4130).

De verhalenbundel ligt niet in de winkels, maar is wel in iedere boekwinkel te bestellen. (*Ervaringsverhalen bij Geur en Chemicaliënovergevoeligheid*. ISBN 978.902.021.4345).

Het eerste hoofdstuk van beide boeken is te lezen op

[www.ankh-hermes.nl/auteur/geerteke-de-haas](http://www.ankh-hermes.nl/auteur/geerteke-de-haas)

Beide boeken zijn ook als e-book verkrijgbaar via de webshop van de boekhandel of bv. bij eBook.nl:

[www.ebook.nl/store/advanced\\_search\\_result.php?keywords=geerteke+de+haas&cPath](http://www.ebook.nl/store/advanced_search_result.php?keywords=geerteke+de+haas&cPath)

### Farmacogenetisch onderzoek

Een farmacogenetisch onderzoek is een DNA-onderzoek dat informatie geeft over de manier waarop je lichaam op medicijnen reageert. Werkt een medicijn wel goed genoeg voor jou? Zijn er vervelende bijwerkingen te verwachten? Is je lichaam in staat deze medicijnen goed af te breken en op te nemen?

Een farmacogenetisch onderzoek geeft antwoord op deze vragen en maakt medicatie op maat mogelijk.

Al heel wat MCS-patiënten hebben een dergelijk onderzoek laten doen bij het Klinisch Ecologisch Allergiecentrum in Kerkrade ([www.keac.nl](http://www.keac.nl)). Ook het Erasmus Medisch Centrum in Rotterdam biedt tegenwoordig een DNA-test aan om meer te weten te komen over de reacties van je lichaam op (bij het Erasmus ± 80) medicijnen. In veel gevallen is zo'n onderzoek voor eigen rekening. [www.erasmusmc.nl/farmacogenetica](http://www.erasmusmc.nl/farmacogenetica)

### Bacteriofagen

Eveneens in het Erasmus Medisch Centrum is internist Ard Struijs bezig zich te verdiepen in bacteriofagen, kortweg fagen genoemd. Dit is een natuurlijk middel ter vervanging van antibiotica.

Aangezien een groot aantal MCS-patiënten niet goed reageert op antibiotica zouden deze fagen voor onze patiëntengroep mogelijk een goede oplossing zijn.

Het televisieprogramma Radar heeft in de afgelopen periode een paar keer aandacht besteed aan fagen die o.a. in Georgië standaard worden voorgeschreven in plaats van antibiotica. In Nederland zijn bacteriofagen nog behoorlijk onbekend en is er vrijwel niet aan te komen. Om dit te veranderen is er op de website van Radartv een petitie te tekenen door op de volgende link te klikken:

<https://www.troika-foundation.eu/nl/petitie/>

Lies Planje haalde fagen uit Georgië voor haar vader en helpt nu anderen om de fagen hier naartoe te halen, wat nogal gecompliceerd is. We blijven de berichtgevingen volgen.

<https://www.bacteriofagentherapie.nl/wie-zijn-wij-2/>

<https://zorgnu.avrotros.nl/uitzendingen/achtergrondartikelen/detail/een-behandeling-met-bacteriofagen-hoe-pak-je-dat-aan/>

## **Biologische tandarts**

Voor MCS-patiënten is het raadzaam om een biologische tandarts te zoeken. De volgende websites kunnen daarbij helpen.

[www.nvbt.nl](http://www.nvbt.nl)

[www.secondopiniontandarts.org](http://www.secondopiniontandarts.org)

[www.biologischetandarts.nl](http://www.biologischetandarts.nl)

Voor een bio-holistische tandarts zie: [www.bio-holistischetandheekunde.nl](http://www.bio-holistischetandheekunde.nl)

## **Jicht is te beïnvloeden met voeding**

Jicht is een aandoening waarbij gewrichtsontstekingen ontstaan onder invloed van urinezuur. Vaak begint het met een ontsteking van het gewricht bij de grote teen. Wie eenmaal een keer jicht heeft gehad, heeft een grote kans om het vaker te krijgen. Vaak zijn het de kleine gewrichten die hier gevoelig voor zijn. Zij worden dik, rood en warm. Doorgaans is de aandoening erg pijnlijk en de medicijnen die meestal worden voorgeschreven, worden lang niet altijd goed verdragen door MCS-patiënten. Maar door het vermijden van bepaalde vis- en vleessoorten is verbetering te verwachten. De meeste diëtisten kunnen hier verdere informatie over geven.

## **Sherry Rogers**

De arts en milieugif-deskundige Sherry Rogers zegt: "De chemicaliën die we gedurende ons leven inademen, inslikken en via onze huid opnemen kunnen we niet volledig uitscheiden. Er blijven chemicaliën achter in ons lichaam en de hoeveelheid wordt natuurlijk groter naarmate we ouder worden. Wanneer deze chemicaliën uiteindelijk aandoeningen gaan veroorzaken snappen we de boodschap nog altijd niet. Dan zeggen we dat het ouderdom is."

Ook laat Dr. Sherry Rogers weten: „Het geheim van een volmaakte gezondheid bestaat eruit dat je je lichaam chemisch zo schoon mogelijk houdt en zo goed voedt met goede voedingsstoffen dat het zichzelf geneest."

## **Ervaringsverhaal**

Claire en haar man Bob verblijven nu al zo'n 8 maanden per jaar op het platteland van een derdewereldland vanwege de schonere lucht en omdat de mensen daar over het algemeen te arm zijn om allerlei geurende producten te kopen.

Claire vertelt: "Ik ben erg opgeknapt sinds ik een groot deel van het jaar op het platte land van een derdewereldland verblijf. Omdat mijn lichaam nu veel minder belast is met chemicaliën kan ik meer aan dan vroeger en kan ik weer zo nu en dan onder de mensen zijn als ik tijdens de zomermaanden in Nederland ben. Het is heel fijn dat ik nu bijvoorbeeld af en toe zelf m'n boodschappen kan doen en ik heb zelfs een paar keer met de trein gereisd - iets wat ik voorheen absoluut niet kon vanwege de geurende medepassagiers en mensen in de winkels, enz. Maar na een maand of twee in Nederland zit ik weer 'vol' met chemicaliën en kan mijn lichaam blootstellingen aan geurende producten e.d. weer veel moeilijker verdragen en gaat m'n algehele toestand weer achteruit. Dan wordt het opnieuw tijd om naar een schonere leefomgeving in het derdewereldland te gaan."

## **De Roode Roos**

De Roode Roos levert al bijna 25 jaar hoogwaardige orthomoleculaire voedings-supplementen. Stichting MCS is al vele jaren aangesloten bij De Roode Roos en dat betekent dat onze leden/donateurs korting krijgen wanneer ze bij de Roode Roos een bestelling plaatsen en daarbij aan kunnen tonen (door een afschrift van de bank te laten zien) dat zij donateur zijn van Stichting MCS.

Voor onze leden/donateurs die nog nooit eerder bij De Roode Roos besteld hebben, biedt dit bedrijf nu een eenmalige extra korting van € 7,50 op hun eerste bestelling.

Ook de verzendkosten neemt de Roode Roos in dit geval voor haar rekening.

Deze actie loopt tot 31 maart 2018.

[www.derooderoos.nl](http://www.derooderoos.nl)

Telefonisch bestellen kan ook: 0800-7663376

## Tips

- Verschillende MCS-patiënten hebben aangegeven dat zij baat hebben bij het gebruik van Vitamine B. Vooral B12 wordt vaak genoemd. De MCS-verschijnselen kunnen erdoor verminderen. De meeste MCS-patiënten verdragen B12 injecties beter dan B12 tabletten. Maar sommigen krijgen verlamingsverschijnselen of andere klachten van het conserveermiddel in de injectievloeistof. Kijk op [www.b12tekort.com](http://www.b12tekort.com)
- Het bedrijf Yumeko verkoopt bad- en beddengoed dat fairtrade en biologisch is vervaardigd. Alle bedrijven waarmee zij samenwerken zijn GOTS (Global Organic Textile Standard) en fairtrade gecertificeerd. De verkoop vindt voorlopig alleen nog maar online plaats. In de toekomst wil Yumeko ook eigen winkels openen. [www.yumeko.nl](http://www.yumeko.nl)
- Het wasmiddelmerk Klok heeft sinds enige tijd zijn assortiment uitgebreid met handzeep, vloeibare wasmiddelen en wasverzachter. Klok verkoopt ook waspoeder, allesreiniger, afwasmiddel en vaatwastabletten. De meeste MCS-patiënten kunnen de producten van Klok goed verdragen. Ze zijn o.a. te koop bij Albert Heijn, Jumbo, Makro en ecowinkels.
- Bij een verstopte afvoer: strooi soda in de afvoer en overgiet dat met kokend water. Eventueel een aantal keren herhalen. Meestal helpt dat voldoende om de verstopping op te heffen.  
N.B.: Vloeibare wasmiddelen laten je afvoer sneller verstoppem dan wasmiddelen in poedervorm. Rioolontstoppingsbedrijven raden daarom het gebruik van vloeibare wasmiddelen af. En datzelfde doen wasmachinereparateurs.
- Draag je mobiele telefoon niet op je lichaam en al helemaal niet in je broekzak of BH. Er zijn sterke vermoedens dat dit kan leiden tot zaadbalkanker c.q. borstkanker. Ook al nemen je burens geen maatregelen om straling te beperken, ook al doen zij hun DECT-telefoon niet weg en zetten zij hun wifi niet uit, dan nog heeft het zin om dit zelf wel te doen. Het vermindert je blootstelling!

## Interview in het AD

Op 31 oktober j.l. besteedde het Algemeen Dagblad aandacht aan MCS in verband met het verschijnen van het boek *Geur en Chemicaliënovergevoeligheid*. Helaas stond het interview met Geerteke de Haas niet in alle edities van het AD. Later stond het wel op het internet bij 'Het beste van het AD.'

We sturen deze internetversie nog even mee voor degenen die het kranteninterview gemist hebben.

## Betalingsoproep

Willen de mensen die nog geen bijdrage voor de nieuwsbrieven voor 2017 naar ons overgemaakt hebben hier nog even aan denken?

€ 12,50 naar IBAN: NL 12 INGB 0005.298.041 ten name van Stichting MCS, Herenstraat 86, 3911 JG Rhenen.

Graag de naam van de MCS-patiënt vermelden indien deze afwijkt van degene die het bedrag overmaakt.

Voor betaling vanuit het buitenland is ook de BIC code nodig: INGB NL 2A.

## Lotgenotencontact

De komende maanden kunt u voor lotgenotencontact bellen met:

Trudy Hoogland uit Vlaardingen                      Tel: 06-50456429

Erica Bakker uit Veendam                              Tel: 0598-626479

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

© 2017 Stichting MCS.....☎ 0317-612410..... [www.stichtingmcs.nl](http://www.stichtingmcs.nl)