

Nieuwsbrief 75 van Stichting MCS september 2020

Verdoving bij de tandarts

Het is alweer een poos geleden dat we in onze nieuwsbrieven schreven over lokale verdoving bij de tandarts. Omdat er regelmatig naar gevraagd wordt herhalen we een en ander nog maar een keer.

Een gezonde en energieke man die bij de tandarts verdoofd werd met het middel Ultracain had na afloop opeens allerlei zeer vervelende klachten zoals wazig zien, oorsuizen, zenuwpijnen in het gezicht, hartklachten en tintelingen in de ledematen. Al deze klachten vond hij later terug in de bijsluiters van het middel.

Toch had zijn tandarts niet het idee dat zijn klachten te maken hadden met de Ultracain waarmee hij verdoofd was. In de praktijk blijkt dat de meeste tandartsen de bijsluiters bij hun verdovingsmiddelen niet lezen, laat staan dat de patiënt ze onder ogen krijgt. Van verschillende verdovingsmiddelen is bewezen dat het neurotoxisch is (gif voor het zenuwstelsel).

Klachten die hierdoor kunnen ontstaan zijn o.a. branderige pijn, doof gevoel, lichtovergevoeligheid, hartritmestoornissen, oorpijn, zwellingen en alle klachten waarvan de hierboven genoemde patiënt last had. De klachten kunnen lang aanwezig blijven. Bij genoemde patiënt was dat anderhalf jaar.

Het aantal patiënten dat heftig reageert op bepaalde verdovingsvloeistoffen is waarschijnlijk veel groter dan er officieel als zodanig geregistreerd staan.

In veel gevallen openbaren de klachten zich n.l. pas geruime tijd na de toediening van het middel en dan wordt de relatie met de betreffende stof vaak niet meer gelegd.

Mensen die erg gevoelig zijn, zoals MCS-patiënten, doen er goed aan om extra alert te zijn bij de keuze van hun tandarts en de middelen die gebruikt worden.

Een biologisch werkende tandarts is voor MCS-patiënten vaak het meest veilige adres.

Zie hiervoor de website www.nvbt.nl

De meeste tandartsen gebruiken Articaine als verdovingsstof omdat het een korte inwerk tijd heeft.

Merkmamen van Articaine zijn Ultracain, Septanest, Ubistesin, Citocartin en Loncarti.

Deze middelen worden zeer moeilijk afgebroken door de lever en zorgen daardoor nogal eens voor problemen bij MCS-patiënten en andere gevoeligen.

Middelen die de meeste MCS-patiënten wel verdragen zijn (in afnemende volgorde) Mepivacaïne (Scandonest), Prilocaine (Citanest) en Lidocaïne (Xylocaïne, Lignospan).

Hierbij moet worden opgemerkt dat iedere MCS-patiënt anders is en anders kan reageren op bepaalde behandelingen en producten. Je kunt nooit met zekerheid zeggen of een bepaald product al of niet verdragen wordt zonder dat het is uitgetest.

Het is ook belangrijk om op te letten dat verdovingsstoffen geen conserveermiddelen of Epinefrine/Adrenaline bevatten.

Amalgaamvullingen

De meningen over het al of niet verwijderen van amalgaamvullingen bij MCS-patiënten zijn verdeeld. Sommigen zijn er heel stellig in dat je het moet laten verwijderen. Anderen zeggen dat je het beter kunt laten zitten zolang niet aangetoond is dat de amalgaam verantwoordelijk is voor jouw specifieke klachten. Laat dergelijke vullingen in ieder geval nooit weghalen zonder bescherming van een cofferdam, die ervoor zorgt dat je minder gezondheidsschade ondervindt van de verwijdering.

Je kunt ook de tandarts vragen om aanvullende bescherming te gebruiken zoals een Clean-Up. Ga hiervoor naar een biologisch werkende tandarts.

Sommige deskundigen zeggen dat het niet goed is om meer dan één metaal in je mond te hebben. Dus als je amalgaamvullingen hebt, dan geen andere metalen erbij.

Tandprotheses

Tandtechniek Midden Nederland in Ede maakt tandprotheses zonder monomeren die daardoor door heel gevoelige mensen en allergiepatiënten vaak beter verdragen worden dan de gangbare protheses.

Contacten met dit centrum lopen vaak via de eigen tandarts, maar zelf bellen en om informatie vragen mag ook. (vraag naar Dhr. Krijgsman) Tel: 0342745238 of kijk op www.TTMN.nl

Ook in Schellinkhout bij Hoorn worden dergelijke protheses gemaakt.

Inlichtingen bij tandprotheticus J. Nierop Tel: 0640307102 of www.jokenierop.nl

Verdovingsstoffen afvoeren

Het middel 'Nemaplex Nr. 262 Cholesterinum' helpt om gifstoffen van verdovingen af te voeren en werkt met name goed op de kaak.

Dit middel is o.a te koop bij De Roode Roos

www.derooderoos.nl of Tel:0703010701

Filmpje

Er is een filmpje te zien: „Articaïne het giftige prikje van de tandarts.”

www.youtube.com/watch?v=icDef6RV_bU

Informatie

Meer informatie over verdovingsstoffen is te vinden op www.bosscherstichting.org

Wandelen

Dat wandelen goed is voor onze botten, spieren en conditie wisten we al, maar nieuw onderzoek brengt nog veel meer voordelen van wandelen aan het licht.

Zo kan het je creativiteit tot wel 60% verhogen, waardoor je soms opeens oplossingen ziet voor levensvraagstukken waar je al lange tijd mee worstelde.

Wandelen verlaagt je stressgevoel, stimuleert je bloedsomloop, houdt je bloedvaten gezond en reguleert je bloeddruk. Ook heeft het een positieve werking op je gewicht, geheugen en humeur. Vooral een wandeling in de natuur doet wonderen. De eerste vijf minuten van je bezoek aan een natuurgebied heeft al een positieve invloed op je stemming. Een flinke wandeling van een of meerdere uren is een opkikker voor je lichaam en geest. Maar gewoon af en toe een blokje om is ook al een winst voor je gezondheid en gemoed.

In de Griekse Oudheid waren sommige mensen ook al overtuigd van het nut van wandelen. De arts Hippocrates (hij leefde zo'n 400 jaar voor Christus) drukte zijn patiënten op het hart: „Wandelen is het beste medicijn.”

Ervaringsverhaal van Ella

Sinds ik in mijn familie- en vriendenkring heb verteld dat ik niet meer tegen chemische luchtjes kan en bovendien heel erg allergisch ben geworden voor voeding, geeft iedereen me opeens 'wijze raad.' Zoals: „Je moet afleiding zoeken, dan ben je er zo vanaf!” of „Alle voedsel is goed en gezond. Alles komt van de aarde. Iedereen kan alles eten. Jij ook!”

Mensen vinden al gauw dat ik „paniekerig” doe als ik vertel hoe ernstig mijn klachten zijn. Ze hebben er geen flauw idee van hoe verschrikkelijk ziek ik kan worden van geuren of voeding. En als ik ziek word -waarbij ik keer op keer het gevoel krijg dat ik op sterven na dood ben- kom ik een paar dagen -soms een paar weken- niet onder de mensen omdat ik dan in mijn bed lig uit te zieken.

Vrienden en kennissen zien me pas als het beter met me gaat en reageren dan met: „Wat zeur je nou? Het gaat toch goed met je?”

Het is zó moeilijk om mensen aan hun verstand te brengen wat er aan de hand is met me dat ik de moed heb opgegeven. Men schijnt het beter te weten dan ik en verklaart me openlijk voor gek.

Laatst moest één van mijn kennissen heel hard lachen toen ik vertelde dat ik niet tegen bepaalde geuren kan.

Een ander zei: „Ach joh, je maakt het erger dan het is.” Wat moet je nog zeggen om je te verdedigen? En moet je je nog wel willen verdedigen? Meestal zeg ik dus maar niet teveel meer en richt me op die paar mensen om me heen die me wel serieus nemen. Onder hen een oude schoolvriend van me die ik jarenlang niet had gezien en die opeens opbelde met de vraag: „Ben je thuis? Dan kom ik bij je langs want ik ben in de buurt.” Ik vertelde hem hoe ziek ik tegenwoordig word van parfums, aftershaves, en nog veel meer geuren. Ik herinnerde me dat hij vroeger regelmatig aftershave gebruikte, dus zat ik niet te wachten op een spontaan en onverwacht bezoekje van hem. Toen ik hem dat liet weten zei hij: „Nee joh, aftershaves gebruik ik al lang niet meer want daar krijg ik pijn van aan mijn smoel! En wasverzachters? Nee die gebruik ik ook niet. Ik ben over een half uurtje bij je!”

En daar was hij. Volkomen geurvrij en onder de indruk van mijn verhaal over MCS. Wat een verademing dat er ook nog mensen zijn die je direct geloven.

Ik vertelde hem dat ik tegenwoordig zoveel last heb van spuiters (parfumspuiters). Hij zei lachend: „Hoor je nou wat je zegt? Je hebt het over spuiters.

Je zegt het alsof je het over drugsgebruikers hebt!” „Dat doe ik bewust,” zeg ik, „er zijn gelegenheidsspuiters en er zijn notoire spuiters. De notoire spuiters zijn de ergsten. Alles wat ze hebben ruikt naar parfum: hun huis, hun kleren, hun auto, hun sjaals, jassen, tassen, handschoenen en zelfs hun huisdieren.” (die dat toch ook afschuwelijk zullen vinden). „Een drugsspuiters,” vervolg ik mijn verhaal, „vergiftigt tenminste alleen zichzelf. Maar een parfumspuiters vergiftigt mij!”

Hij begreep mijn verhaal en dat deed mij goed.

Maar hoe vaak zal het nog gebeuren dat mensen vanuit het heerlijke onbesef over hoe het voelt als je lijf zo heftig reageert op voeding of geuren, en de horror weer eens toeslaat, gaan zeggen: „O, wat doet ze weer paniekerig”, „Ze is zeker gestoord”, of „Ze wordt hoe langer hoe gekker.”

Andere MCS-patiënten zullen hier ook wel mee te maken hebben.

We moeten er maar boven staan, ons er niet teveel van aantrekken en ons richten op de mensen die ons wél serieus nemen.

Marcel's Green Soap

In onze vorige nieuwsbrief stond een oproepje van een lotgenote die graag wilde weten welke vaatwasblokjes andere MCS-patiënten gebruiken.

Daar kwamen verschillende reacties op, zoals Klok-eco-all-in-one, Albert Heijn eigen merk all-in-one en de vaatwastabletten van de Lidl. Al deze middelen waren door de betreffende persoon al geprobeerd en werden door haar (en waarschijnlijk heel veel andere MCS-patiënten) niet verdragen.

Tenslotte kwam er een tip binnen over de vaatwastabletten van Marcel's Green Soap uit Haarlem. Zonder fosfaten, zonder parabenen, zonder zuren en biologisch afbreekbaar. Deze tip vonden we de moeite waard om hier te vermelden omdat de kans dat meerdere MCS-patiënten hier tegen kunnen waarschijnlijk groot is.

En ook omdat dit bedrijf meer producten in zijn assortiment heeft, waaronder schoonmaakmiddelen. Enig nadeel: het is niet goedkoop.

www.marcelsgreensoap.com of Tel: 0235422304

Ook bij sommige drogisten zijn deze producten te koop.

Verder heeft het merk Sonett (te koop bij ecowinkels) nog een geurloos vaatwasmiddel.

Tip

Heel veel MCS-patiënten hebben last van ontsmettingsmiddelen die sinds de corona-uitbraak in veel winkels gebruikt worden voor het ontsmetten van handen.

Neem je liever je eigen ontsmettingsmiddel mee?

Een geurloos middel is te koop op www.werkenmetmerken.nl

Ook het Kruidvat heeft een parfumvrije handgel op alcoholbasis.

Wel goed opletten bij het kopen want er is ook een variant met parfum.

Het kost niet veel en staat bij de handzeep.

Oproepje

Zijn er meer MCS-patiënten die de ervaring hebben dat bepaalde medicijnen naar parfum of andere chemische producten smaken? Een van onze lotgenoten gebruikt al vele jaren dezelfde middelen en weet dus hoe ze normaal gesproken smaken. De laatste tijd smaken ze echter naar parfum en andere chemische luchtjes.

Het gaat om poeders en drankjes die in plastic flacons of buisjes verpakt zijn. Niet elke apotheek staat open voor klachten hierover.

Omdat het gaat om noodzakelijke middelen is dit dus zeer problematisch.

Graag telefonisch reageren als uw medicijnen ook een chemische smaak of geur hebben die niet van de medicatie zelf is. Stichting MCS Tel: 0317612410

Lotgenotencontact:

De komende maanden kunt u voor lotgenotencontact bellen met:

Trudy Hoogland uit Vlaardingen

Tel: 0650456429

Erica Bakker uit Veendam

Tel: 0598626479

Meer telefoonnummers van lotgenoten die gebeld kunnen worden zijn op te vragen bij Geerteke de Haas. Tel: 0317612410

Partners van MCS-patiënten kunnen bellen met Klaas Haan, zelf ook partner van een MCS-patiënte. Tel: 0299403084

Voor vragen is Stichting MCS iedere werkdag bereikbaar. Tel: 0317612410