

Nieuwsbrief 76 van Stichting MCS december 2020

Chemische stoffen in mondkapjes

Verschillende mensen hebben in de afgelopen periode gebeld naar Stichting MCS met de vraag: "Zitten er ook chemische stoffen in mondkapjes?" Helaas moeten we deze vraag bevestigend beantwoorden. Ja, er zitten chemische stoffen in verreweg de meeste mondkapjes. Zowel in de papieren als in de stoffen exemplaren. En dat verklaart waarom een deel van de MCS-patiënten hier klachten van krijgt. Zelfs een percentage mensen zonder MCS zegt hoofdpijn, keelpijn of jeuk te ervaren tijdens of na het dragen van mondkapjes, of er benauwd van te worden.

Verschillende toxicologen in ons land maken zich dan ook zorgen over de schadelijkheid van de kapjes. Zowel de schadelijkheid voor de gebruikers als voor het milieu. Want -het zal weinig mensen ontgaan zijn- overal op straat en in de natuur zie je afgedankte mondkapjes rondslingeren.

Wereldwijd zijn er miljarden niet-medische mondkapjes in omloop en dat levert sowieso al een heel groot afvalprobleem op, maar zeker wanneer de mensen de kapjes na gebruik nonchalant van zich af gooien in plaats van ze in de afvalbak te deponeren.

Er wordt gewerkt aan een keurmerk voor niet-medische mondkapjes.

De eerste maskertjes met een keurmerk kunnen begin 2021 in de winkel liggen.

Maar het is nog maar de vraag of deze dan ook veilig genoeg zijn voor MCS-patiënten.

Feit is in ieder geval dat ze minder schadelijk zullen zijn dan nu vaak het geval is.

In mondkapjes van textiel wordt nu b.v. vaak de vochtwerende stof fluorcarbon verwerkt. Deze stof valt onder PFAS (poly- en perfluoralkylstoffen) en is bewezen zeer schadelijk, o.a. omdat het niet afbreekt en altijd in ons milieu aanwezig blijft.

In de wegwerpmondkapjes zit niet alleen papier, maar o.a. ook versmolten polypropyleen, een kunststof. Verder worden er vaak nanodeeltjes aangetroffen in mondkapjes en soms synthetische biocides waarvan bekend is dat ze onze gezondheid kunnen schaden.

Allemaal geen opwekkend nieuws in een tijd waarin het dragen van mondkapjes op steeds meer locaties verplicht wordt gesteld. Maar er zijn alternatieven.

De MCS-Patiënten die een mondkapje van Pure Nature hebben kunnen dit veilig gebruiken (met of zonder binnenfilter) om zich te beschermen tegen het virus. (Deze speciale MCS-mondmaskertjes zijn ook te koop bij www.geenparfum.nl) Nadeel is dat deze kapjes nogal prijzig zijn.

Een andere mogelijkheid is zelf een maskertje maken van een lapje katoen dat al jaren in gebruik is en waar de chemicaliën grotendeels uit zijn gewassen, b.v. een oude blouse of een oud kussensloop.

Op internet zijn patronen te vinden voor het zelf maken van mondkapjes.

Als u de onderkant open laat kunt u een filter van b.v. keukenpapier toevoegen.

Op rijksoverheid.nl staat een handleiding zodat ze voldoen aan de veiligheidsvoorschriften.

Ben je niet zo handig? Ook via internet zijn kant-en-klaar mondkapjes te koop die gemaakt zijn door thuisnaaisters. Deze bevatten dan waarschijnlijk wel chemicaliën uit de (teelt van) katoen en de gebruikte kleurstoffen, maar in ieder geval niet de foute stoffen die eerder in dit artikel genoemd zijn.

Tenslotte nog dit: laten we met z'n allen de natuur, de straat en ons milieu schoon houden en er voor zorgen dat er nooit gebruikte en afgedankte mondkapjes ergens anders terecht komen dan waar ze horen: in de afvalbak.

Verdoving bij de tandarts

In onze vorige nieuwsbrief schreven we dat Articaine en aanverwante stoffen moeilijk afgebroken worden door de lever. Hier kregen we de volgende reactie op van Dr. J. Kamsteeg van het Klinisch Ecologisch Allergiecentrum.

Afbraak van narcosemiddelen gebeurt voornamelijk in het bloed door een groep enzymen, esterasen genoemd. Deze esterasen worden ook wel pseudo- of carboxylaterasen genoemd, of butyryl-esterase. De activiteit van dit enzym is eenvoudig in het bloed te meten. Men kan laten onderzoeken of een narcosemiddel vertraagd of versneld wordt afgebroken door het dibucaine-getal te laten meten in het bloed. Een laag percentage geeft aan dat narcosemiddelen niet goed worden afgebroken en dus langere tijd in het bloed aanwezig blijven. Wanneer een patiënt bij de tandarts narcosemiddelen zonder adrenaline wil laten gebruiken moet dat vaak vooraf worden aangevraagd, hoewel hier en daar wat rondvragen ons heeft geleerd dat sommige tandartsen deze middelen standaard in huis hebben.

Gezondheidsproblemen door bespoten gewassen

Prof. dr. Bas Bloem, als neuroloog verbonden aan het Radboudziekenhuis in Nijmegen is een autoriteit op het gebied van de ziekte van Parkinson. Al enkele jaren lang draagt hij de boodschap uit dat Parkinson voor een belangrijk deel veroorzaakt wordt door landbouwbestrijdingsmiddelen die via voeding in ons lichaam terecht komen en naast Parkinson ook allerlei andere ernstige ziekten kunnen veroorzaken.

De bewijzen dat landbouwbestrijdingsmiddelen de veroorzaker zijn van de uitermate invaliderende ziekte van Parkinson stapelen zich de laatste tijd meer en meer op zegt Bas Bloem en daarnaast weet hij te vertellen dat Parkinson op het ogenblik de snelst groeiende hersenziekte ter wereld is.

Ook de Gezondheidsraad is ervan overtuigd geraakt dat gewasbeschermingsmiddelen de kans op gezondheidsproblemen kunnen vergroten. Niet alleen de ziekte van Parkinson wordt in verband gebracht met blootstelling hieraan, maar ook ontwikkelingsstoornissen bij kinderen en tal van andere klachten.

De Gezondheidsraad adviseert nu om mensen minder bloot te stellen aan bestrijdingsmiddelen. „En,” zegt de Raad „ook voorlichting en handhaving zijn van belang, want telers blijken veilig werken niet altijd genoeg prioriteit te geven.”

Bas Bloem pleit voor biologische landbouw zonder gebruik van bestrijdingsmiddelen. Want behalve dat deze middelen in de voedselketen terechtkomen en op die manier in ons lichaam, vormen ze ook een gevaar voor de telers en omwonenden van de akkers waar gespoten wordt.

De meeste MCS-patiënten weten natuurlijk al langere tijd dat ze uit de buurt moeten blijven van bestrijdingsmiddelen en andere chemicaliën, maar het is goed om ook de mensen om ons heen hierop te attenderen. Dat kan in de toekomst gevallen van MCS, kanker en Parkinson en meer ellendige aandoeningen voorkomen.

Bas Bloem realiseert zich dat het overschakelen naar biologische landbouw niet zomaar van de ene op de andere dag te realiseren is.

Dat gaat tijd kosten. Tot het zover is pleit hij ervoor om de bestaande middelen te toetsen op de mate van schadelijkheid en een middel dat slecht scoort direct van de markt te halen.

Stichting Bollenboos die opkomt voor de gezondheidsbelangen van omwonenden van de bollenvelden is blij met de bijval van Bas Bloem. De leden van deze Stichting maken zich al jaren zorgen over de gezondheidsschade die ze oplopen door middelen waarmee in hun woonomgeving wordt gespoten. De omgeving van de Bollenvelden en gebieden met akkerbouw zijn dan ook als de regel geen goede omgeving voor MCS-patiënten. www.bollenboos.nl

Overigens kunnen boeren tegenwoordig ook terecht bij het Nederlands Centrum voor Beroepsziekten. Er is erkenning voor het feit dat boeren ziek kunnen worden van de blootstelling aan hun bestrijdingsmiddelen.

En -saillant detail- Stichting MCS krijgt regelmatig meldingen binnen van mensen die op een boerderij zijn opgegroeid en veel met insecticiden in aanraking zijn geweest. Niet zelden hebben zij een ernstigere vorm van MCS dan de meeste andere Nederlandse MCS-patiënten.

Kannibalen

Paula Baillie-Hamilton, arts en autoriteit op het gebied van gifstoffen in voeding en de effecten van deze stoffen op onze gezondheid stelt dat het menselijk lichaam, ieder menselijk lichaam, een vat vol gif is. „We zijn in feite allemaal zo verontreinigd dat, als we kannibalen waren, ons vlees verboden zou worden voor menselijke consumptie,“ zegt ze.

Geneesmiddeleninformatiebank

Van een lezeres van onze nieuwsbrief hoorden we dat de bijsluiter van medicijnen niet in alle gevallen (mogelijk zelfs lang niet in alle gevallen) alle ingrediënten vermeldt die het medicijn bevat. Haar ervaring was dat er bij een medicijn dat haar was voorgeschreven twee E-nummers vermeld stonden, maar dat navraag bij de Geneesmiddeleninformatiebank uitwees dat er veel meer E-nummers in verwerkt waren. Juist ook een paar E-nummers waarvan ze wist dat ze er absoluut niet tegen kan. Bovendien kwam in het televisieprogramma Kassa op 14 november j.l. aan het licht dat er ook vaak dierlijke bestanddelen in medicijnen verwerkt zijn die niet op de bijsluiter vermeld worden.

Daarom een goede raad voor ons allemaal: krijg je medicijnen voorgeschreven en wil je exact weten wat erin zit, raadpleeg dan

www.geneesmiddeleninformatiebank.nl Tel: 0882248000

Tips

- Een van onze lotgenoten die regelmatig online bestellingen doet heeft gemerkt dat het vaak lukt om haar producten vrij van geur te ontvangen wanneer ze haar situatie uitlegt en vriendelijk vraagt om wat extra aandacht te besteden aan het geurvrij verzenden van haar bestelling. Ze heeft goede ervaringen met:
 - Taadaashop: shirtjes, hemdjies en sweatshirts van biologische katoen (Pleunie den Otter).
 - Ditha Bonita: biologische dames- en herenkleding (Mariëlle van den Donk).
 - Scottish Pimpernel: wollen truien en vesten van het merk „Irelands Eye“ (Simone Sandgren). Benadruk dat het geurloos moet zijn, anders krijg je als verrassing een zakje lavendel meegestuurd.
 - Liebo: wollen truien, vesten en sloffen (Lisette Janssen).
 - Ecotex: biologische kleding en textiel (Marita Bartelet).
- Bij Stichting MCS krijgen we soms de vraag welke allesreiniger geschikt is voor MCS-patiënten. Parfumvrij afwasmiddel is heel goed te gebruiken als allesreiniger. Maar een allesreiniger is ook heel eenvoudig zelf te maken. Rasp 15 to 20 gram marseillezeep (te koop bij drogist en ecowinkel). Kook een liter water en laat hierin de zeep oplossen. Voeg een eetlepel soda toe, roer alles goed door en laat het afkoelen. Voor een fris luchtje kun je eventueel nog wat citroensap toevoegen. Heb je nog een lege spuitfles om het in te doen? Zo niet, dan kun je deze allesreiniger ook bewaren in een willekeurige andere fles.

- Heb je zilveren of koperen voorwerpen die gepoetst moeten worden en wil je geen zilver- of koperpoets gebruiken vanwege geur en chemie? Dan is hier de oplossing: poets het met tandpasta.
- In plaats van chemische vulmiddelen om kleine gaatjes in je muur op te vullen kun je ook een mengsel van tandpasta en natriumbicarbonaat gebruiken. Dat werkt net zo goed.
- De bamboe tandenborstels van The Bamboovement zijn FSC-gecertificeert en gemaakt van biologisch afbreekbaar materiaal. Van elke verkochte tandenborstel van The Bamboovement gaat één euro naar de Wereld Natuur Fonds-campagne Biljoen Bomen, voor het behoud en herstel van bossen. Deze tandenborstels zijn er vanaf € 3,00. Zie thebamboovement.com

Betaling

Willen de mensen die nog geen bijdrage voor 2020 naar ons overgemaakt hebben hier nog even aan denken? € 12,50 naar IBAN: NL 12 INGB 0005.2980.41 t.n.v. Stichting MCS. Graag **naam en woonplaats van de MCS-patiënt** vermelden.

Voor betaling vanuit het buitenland is de Bic-code nodig: INGB NL 2A.

Een nieuwe nota voor 2021 is als laatste pagina aan deze nieuwsbrief toegevoegd.

N.B.: Onze nieuwsbrieven worden zowel per post als per mail verstuurd.

Onder de mensen die de nieuwsbrief per mail ontvangen zijn er een aantal met een betalingsachterstand. (2019 nog niet betaald). De meeste van hen zijn al wel eens benaderd met een verzoek om betaling. We hebben het idee dat sommigen denken: het kost toch niets extra om mij de nieuwsbrief per mail te sturen, dus hoef ik niet te betalen. Speciaal voor hen willen we laten weten dat Stichting MCS alleen kan blijven functioneren als alle aangesloten mensen meebetalen, want alleen dan kunnen we onze kantoorartikelen, telefoonkosten, portokosten, afschrijving en onderhoud van onze computers, druk-en kopieerkosten, enz. blijven bekostigen.

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