

27 augustus 2015

Jaargang 4, nr. 3

In dit nummer:

CVS en fibromyalgie 1

Wist u dat...? 3

Colofon 4
Documentaires



Prof. dr. K. De Meirleir over CVS



Prof. dr. M. Maes over CVS

Chronisch vermoeidheidssyndroom en fibromyalgie: oorzaken

Het meer uitgebreide en gedetailleerde artikel met daarbij ook de structurele oorzaken vindt u [hier](#).

CVS en FM kunnen beschouwd worden als nepdiagnoses of vuilbakdiagnoses. Dit wil zeggen dat eenmaal men een oorzakelijke diagnose(s) gevonden heeft die de klachten kunnen verklaren, de diagnose CVS of FM vervalt.

Symptomen: zie [link1](#) en [link2](#)

Oorzaken:

1. Overbelast en verzwakt immuunsysteem

- [lekke darm](#)
- verstoring van de mechanische barrières (vb. darm-slijmvlies, huid)
- onevenwichtige [darmflora](#)
- intra- en/of extracellulaire infecties, chronisch sluimerende infecties
- orgaan- en niet-orgaanspecifieke autoimmunreacties
- verband vaccins en autoimmunziektes: [video](#) dr. Tent
- voedselallergieën
- primaire of secundaire immundeficiënties tgv tekort aan antistoffen (vb. hypogammaglobulinemie) of slecht gevormde antistoffen
- cellulaire dysfunctie van de immuuncellen zelf

- chronische [systemische inflammatie](#), de rode draad van de beschavingsziektes

- chronische inflammatie leidt tot een daling van testosteron, schildklierhormoon, DHEA, groeihormoon

- oxidatieve stress tgv een teveel aan vrije radicalen en een tekort aan antioxidanten waardoor beschadiging optreedt aan vetten, eiwitten, DNA en mitochondriën (energicentrales)

2. Hormonale stoornissen

- bijnierinsufficiëntie met primair of secundair tekort aan cortisol
- hypofysair insufficiëntie met tekort aan ACTH, groeihormoon, TSH, LH, FSH, cortisol
- onderactieve schildklier
- onevenwicht tussen anabole en katabole hormonen
- te weinig hormoonreceptoren ondanks voldoende hormoonproductie
- transportproblemen met hormonen in het bloed
- meer katabole dan anabole processen
- hormoonverstorende stoffen zoals [voedselverpakkingen](#), [zware metalen](#), [verzorgingsproducten](#)
- te lage officiële ondergren-

zen in de referentiewaarden waardoor de uitslag wordt beschouwd als normaal in tegenstelling tot het klinisch beeld

- daling hormoonproductie tgv toenemende leeftijd, menopauze

3. Neurologische stoornissen

- tekort of teveel aan bepaalde neurotransmitters
- tekort aan serotonine tgv inflammatie, lekke darm, dysbiose
- onevenwicht tussen sympathisch en parasympathisch zenuwstelsel
- neuropathie
- neuroexcitotoxines: stoffen toegevoegd aan voedselproducten, [vaccins](#), [chemtrails](#), enz. die ontstekingen en beschadigingen aan hersencellen kunnen uitlokken: natriumglutamaat, aspar-taam, kwik, aluminium, arsenicum, glyphosaat, formaldehyde, cysteïne, caseïne, fluor,... [\(video\)](#)

4. Storingen in de energicentrales (mitochondriën)

- tgv oxidatieve beschadigingen
- tgv tekort aan co-enzyme Q10, liponzuur, carnitine
- lager aantal mitochondriën tgv tekort aan beweging

Chronisch vermoeidheidsyndroom en fibromyalgie: oorzaken (vervolg)

Enkele structurele oorzaken:

- bedrog van artsen, overheid, universiteiten en gezondheidsinstellingen
- duizenden wetenschappelijke studies over biologische oorzaken verzwegen
- de evidence based medicine van de biopsychosociale school rammelt langs alle kanten
- aan de CVS-referentiecentra worden aan de lopende band medische fouten gemaakt
- te strenge referentiewaarden, te lage ADH's, niet-terugbetaalde testen die biologische oorzaken aantonen
- benoemingen door politieke partijen en loges aan universiteiten, commissies, rechtbanken, enz.
- Belgische regering overtreedt WHO-verdrag door CVS/ME als een psychische ziekte te beschouwen
- de psychiatrie draagt een grote schuld, te beginnen bij de aan cocaine verslaafde dr. Freud die verslagen van genezingen vervalste en enkele patiënten de dood injoeg door hen wijs te maken dat het tussen de oren zat
- de moderne landbouw maakt de mensen ziek
- het klassieke Westerse voedingspatroon bevordert ontstekingen
- beroepsvereniging van diëten gesponsord door Coca-Cola, Canderel, Nestlé, Benecol, Unilever, enz. ([link](#))
- de Belgische volksraad bevordert niet echt de gezondheid
- de neoliberale waanzin
- werkgevers persen de citroen steeds verder uit

5. Kwalitatieve ondervoeding

- tekort aan bepaalde vitaminen, mineralen, sporenelementen
 - de epidemische tekorten bij de bevolking zijn ook bij CVS/FM van toepassing: jodium, selenium, magnesium, foliumzuur, B12, D
 - te weinig vet eten waardoor hormoonproductie in het gedrang komt
 - teveel pro-inflammatoire omega -6 vetzuren, te weinig anti-inflammatoire omega-3, omega-7 en gammalinoleenzetzuren
 - tekort aan enzymen
 - slecht zuur-/basenevenwicht door teveel voedingsmiddelen met een zuuroverschot zoals gangbaar in het Westers voedingspatroon
 - verkeerde dranken: koffie, alcohol, frisdrank, spuitwater
 - gluten beschadigen het darmslijmvlies bij iedereen
 - onvoldoende maagzuurproductie waardoor mineralen slecht worden opgenomen, bacteriën onvoldoende worden gedood, eiwit slecht wordt verteerd, enz.
 - teveel buikvet; deze vetcellen geven pro-inflammatoire stoffen af
 - leptineresistentie, insulineresistentie
- ### 6. Andere factoren
- onvenwichtige lichaamsamenstelling met teveel of te weinig vet en te weinig spiermassa tgv onevenwichtige verhouding tussen vetten, koolhydraten, eiwitten; tgv gebrek aan beweging en hormoontekorten
 - blootstelling aan teveel tox-

ische stoffen in voeding, woning, werk, chemische huidverzorgingsproducten

- fysieke, psychische overbelasting, langdurige stress
- chronische ontstekingshaarden (ontzenuwde tanden, implantaten, sinussen): [link](#)
- slechte doorstroming van de kanalen (bloedsomloop, lymfestelsel, darmen, extracellulair vocht)
- hypermobiliteit van de gewrichten en de wervelzuil waardoor makkelijker ontstekingen ontstaan in pezen, ligamenten, fascia,...
- onvoldoende, slechte slaap waardoor bvb. te weinig groeihormoon wordt aangemaakt ter herstel van de cellen en weefsels

Er kan onderscheid gemaakt worden tussen:

- *interne uitlokkende factoren* of triggers (vb. infectie, auto-immunreacties, bepaalde medicijnen)
- *externe uitlokkende factoren* (vb. toxische stoffen, langdurige stress, overbelasting)
- *ziekmakende factoren*: ontstekingen, oxidatieve stress, lekke darm, storingen in de energiecentrales
- *onderhoudende factoren* vb. chronisch sluimerende infectie, bacteriële overgroei, langdurige stress (een factor kan zowel uitlokkend als onderhoudend zijn)

De uitlokkende factoren leiden tot de ziekmakende factoren die de symptomen veroorzaken.

Naast de vermelde pathologische oorzaken, zijn er ook de structurele oorzaken. Deze situeren zich in het domein

van de geneeskunde, de voedingssector en in andere maatschappelijke sectoren. U vindt deze in het uitgebreide artikel.

Hierin schroom ik niet de vinger op de wonde te leggen. Deze structurele oorzaken zijn immers verantwoordelijk voor het ontstaan en de sterke toename van CVS en FM. Zolang hierin geen verandering optreedt, zal er een sterke toename van het aantal patiënten blijven.

Een voorproefje hiervan vindt u in de linkerkolom.

Aanbevolen literatuur:

Dr. Coucke, F., De CVS-mythe

Dr. Davis, W., Broodbuik

Dr. Gaublumme, K., Vaccinaties en het immuunsysteem

Dr. Hertoghe, T., Jong en gezond oud worden

Prof. Dr. Maes, M., Nooit meer moe, CVS ontmaskerd

Dr. Proesmans, R., Optimaal gezond zonder medicijnen

Tobback, C., Eet wat bij je past / Gezond of gezondigd?

Aanbevolen video's:

Protestactie Wake-Up Callbeweging leidt tot [gesprek met RIZIV](#)

[Silent epidemic](#): the untold story of vaccines (Gary Null)

[The war on health](#), exposing the FDA (Gary Null)

[Wheat](#), the unhealthy whole grain (dr. William Davis)

Congres:

[www.mecongres.nl](#): Nederlands ME congres: biomedisch onderzoek en behandeling (bijscholing voor artsen en therapeuten): zat. 26 sept. 2015

Wist u dat...?

176 medikamenten moeten misschien van de markt gehaald worden in Duitsland

De eerste verkoopsstopzettingen werden al doorgevoerd nadat de toelating van medicijnverkoop geschorst werd. Het gaat om generische medicijnen die op grond van bioequivalentiestudies door de Indische firma GVK Bio veilig bevonden werden. Na controle door Franse autoriteiten bleek er met de data in de studies geknoeid te zijn en o.a. electrocardiogrammen vervalst te zijn. ([link](#))

Overgewicht door vervuiling

In de natuurgeneeskunde weten we dat als het lichaam er niet voldoende in slaagt milieutoxische stoffen aanwezig in lucht, voeding, drank en huidsmearsels te neutraliseren en elimineren, het deze opslaat bvb. in bindweefsel en vet. Het lichaam maakt zelfs extra vet aan en/of houdt extra vocht vast om deze stoffen op te slaan en de concentratie ervan te verdunnen. Spaanse wetenschappers hebben een verband gevonden tussen persistente organische poluënten (POP's) en overgewicht, hogere cholesterol- en triglyceridenwaarden ([link](#)). Reeds in 2002 verscheen het boek "Het detox-dieet" van Paula Baillie-Hamilton; een korte inhoud leest [hier](#).

Verband tussen additieven in voedingsproducten en ziekte van Crohn, colitis ulcerosa e.a.

Vaak gebruikte emulgatoren (vb. carboxymethylcellulose, polysorbaat-80, lecithine, carrageen, polyglycerolen, xanthaangom) blijken bij te dragen aan laaggradige ontsteking (systemische inflammatie), verstoring van de bloedglucosewaarden, buikvet, metabool syndroom (dat het risico op diabetes type 2, hartaandoeningen en beroerte verhoogt), ziekte van Crohn en colitis ulcerosa door beschadiging aan de darmslijmvliezen en veranderingen in de darmflora ([link1](#), [link2](#), [link3](#)). Bedenk dat deze additieven als veilig worden beschouwd door de autoriteiten... Nog maar eens een argument om voedingsmiddelen te eten en voedingsproducten te vermijden.

Buitenspeeldag

Als kind deed ik niets liever dan buitenspelen na school en nadat het huiswerk gedaan was. Ik woon aan een speelplein en het valt me op hoe weinig kinderen er komen spelen. Nu moet men speciaal een [buitenspeeldag](#) organiseren. Niet weg te slaan van hun laptop, tablet, smartphone? Nu kampen steeds meer mensen met nek- en rugklachten, hoofdpijnen, vroegtijdige artrose en operaties door het lezen op schermen zoals deze [studie](#) aantoonde. Dat belooft voor de toekomst van onze kinderen...

10 natuurlijke middelen die diabetes type 1 zouden kunnen helpen genezen

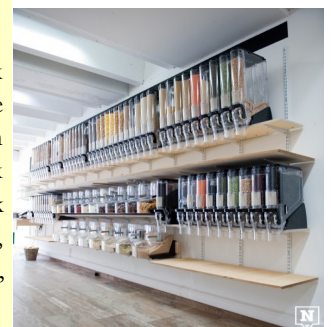
Bij diabetes type 1 zijn de beta-cellen in de pancreas, die zorgen voor de productie van insuline, vernietigd of ernstig verstoord. Dit ten gevolge van een bacteriële of virale infectie, autoimmunreacties, chemische stoffen,... Niettemin wijzen heel wat studies uit dat stoffen gevonden in planten in staat zijn de regeneratie van betacellen te stimuleren. In de Canadian Journal of Physiology and Pharmacology werd dit aangetoond voor een stof in lijnzaad ([link](#)). Andere stoffen zijn: L-arginine, avocadopitextract, berberine, maïsbaard, curcumine, genisteïne uit soja en kruidnagel, honing, zwarte komijn, stevia. ([link](#)) Een overzicht van studies rond regeneratie van betacellen: [link](#).

Alkylphenolen in vlees mede verantwoordelijk voor toename voedselallergieën

Aanvulling op het artikel over de oorzaken van de toename van voedselallergieën in vorige nieuwsbrief: er werd een significant verband gevonden tussen hoog vleesverbruik en toename seizoensallergieën ([link1](#), [link2](#)). De stoffen hiervoor verantwoordelijk zijn alkylphenolen ([video1](#)). Deze stoffen vindt men in detergenten, verf, pesticiden, textiel, huidverzorgingsproducten. Deze stoffen zijn vetoplosbaar en accumuleren zich in de voedselketen vnl. in vis, gevogelte, vlees, melk ([video2](#), [link](#))

Bio bulkwinkels in opmars

Voor veel mensen blijft de hogere prijs van biologische voeding een struikelblok. Het is ook moeilijk uit te leggen en te begrijpen waarom dit zo is. Bovendien stel ik me vaak de vraag waar de natuur in de natuurwinkel is gebleven. Maar gelukkig zijn er goedkopere mogelijkheden: zelf groente en kruiden kweken, bessenstruiken en fruitbomen zetten in je tuin, de zelfplukboerderijen, biomarktjes en nu ook bulkwinkels. Dit zijn verpakkingsloze en afvalarme winkels van het korte keten-type met een belangrijk deel voedsel van biologische teelt, en zo veel mogelijk lokaal geproduceerd.. Je brengt zelf je potjes, flesjes,... mee en vult ter plekke uit dispensers en schepbakken. Loop eens langs bij [Ohne](#) in Gent, [Robuust](#) in Antwerpen, [Content](#) in Leuven, [Bag & Buy](#) in Utrecht of [Opgewekt Noord](#) in Groningen.



Een stap verder

© Luc Van Oost
Lic. Psychol. & Pedagog. Wet.
Gediplomeerd gezondheidstherapeut
info@lucvanoost.be
www.lucvanoost.be



Onafhankelijke nieuwsbrief over alles wat te maken heeft met gezondheid, gezindheid en gezondenheid voor wie zijn kop niet in het zand wil steken

Samen op weg naar een meer gezonde, ecologische en ethisch verantwoorde samenleving!

Deze nieuwsbrief is niet bedoeld als vervanging voor een medische diagnose en medische zorg door een arts. De lezer wordt uitdrukkelijk geadviseerd zijn arts te raadplegen bij enigerlei klachten of symptomen.

Verborgene agenda's

Verhoog uw kennis, bewustzijnsniveau en kritische zin voor alles wat van de overheid, Big Pharma, Big Food, Big Oil en andere multinationals komt, en ontdek wat er zich achter de schermen van uw dagelijks bestaan afspeelt:

www.leefbewust.com
www.leugens.nl
www.boinnk.nl
www.nieuwskanaal.com
www.wijwordenwakker.org
www.foodwatch.nl
www.niburu.nl
www.argusoog.org
www.xandernieuws.punt.nl
www.WantToKnow.nl
[What doctors don't tell you](http://What.doctors.dont.tell.you)
www.infowars.com
www.prisonplanet.com

Aanbevolen documentaires

Making a killing: The untold story of psychotropic drugging (de waarheid over antidepressiva, antipsychotica, angstremmers, enz.; de wetenschappelijke fraude, de onethische praktijken, de belangenverstrengelingen, de corruptie, de bijwerkingen, de doden, de winstcijfers,...)

Wheat: the unhealthy whole grain (dr. William Davis, 2012). Niet over gluten, maar over andere stoffen in tarwe (lectine, amylopectine A, gliadine) die een schadelijk effect hebben op de gezondheid

Wheat belly: an unintended consequence (dr. Ron Hunninghake over de moderne tarwe, gevolg van hybridisatie en genetische manipulatie, hoe het komt dat dit nu zorgt voor buikvet, mei 2013)

Vaccination: The hidden truth Alles wat u niet verteld wordt over vaccinatie

Seeds of Death (door dr. Gary Null: over de catastrofe van genetisch gemanipuleerd voedsel voor het milieu, de gezondheid van mens en vee, de landbouw en de boeren. Met bijdragen van dr. T. Colin Campbell, dr. Rima Labinow, dr. Joe Mercola, Mike Adams, dr. Vanadan Shiva e.v.a.)

Aanbevolen websites voor uw zoekwerk rond gezondheid

www.nutritionfacts.org (dr. Greger)
www.drberg.com (dr. Berg)
www.mercola.com (dr. Mercola)
www.naturalnews.com
www.greenmedinfo.com
www.leefbewust.com
www.cigmtr.nl (dr. Van Montfort)
www.doctoryourself.com (dr. Saul)
www.voedingsgeneeskunde.nl
www.meschinohealth.com (dr. Meschino)
www.drleonardcoldwell.com (dr. Coldwell)
www.sweetlove.be/medische.html (dr. Sweetlove)
www.groenedag.org
http://mens-en-gezondheid.infonu.nl/
Vergeet uw TV en kijk naar documentaires op:
www.kijkbewust.com

Aanbevolen tijdschriften

[BioGezond](#) [Maar Natuurlijk](#) [i-sana magazine](#)
[Bliss](#) [çava](#), [Well2Day-magazine](#), [Profiel](#),
[Placebo Nocebo](#) [Arts, therapeut & apotheker](#)
[Natuurstemmingen](#) [Licht op je gezondheid](#)

Aanbevolen boek om te beginnen

Wie zich door ziekte of andere interesse, voor het eerst wil toelagen op gezondheidsliteratuur, kan ik van harte het boek aanbevelen van dr. Rudy Proesmans: "Optimaal gezond zonder medicijnen".

In begrijpelijke taal, overzichtelijk, volledig, vlot en aangenaam leesbaar.



Aanbevolen documentaires

Nutrition and behaviour (door dr. Russell Blaylock) over de invloed van geraffineerde suiker, fastfood, kleurstoffen, pesticiden, zware metalen, aminozuren, tekorten aan bep. vitaminen of mineralen, verhouding omega-3/-6 vetzuren, aspartaam, natriumglutamaat, fluor, enz. op de mentale en psychische gezondheid. En over het verband tussen voeding en psychiatrische aandoeningen, crimineel gedrag, antisociaal gedrag, enz.

Autism, made in the USA (Autisme genezen kan):: award-winning documentaire van dr. Gary Null. Over de oorzaken (vb. kwik en aluminium in vaccins, natriumglutamaat, pesticiden, aspartaam, kleurstoffen,...) en de succesvolle behandeling met o.a. chelatietherapie, gluten- en melkvrivrij dieet, glutathione, antioxidanten, vitamine B6, magnesium, homeopathie, hyperbare therapie, enz. Een tiental artsen en een 6-tal kinderen met hun ouders komen aan bod; hartverwarmend om te zien hoe de kinderen herstelden en het gewoon onderwijs kunnen volgen