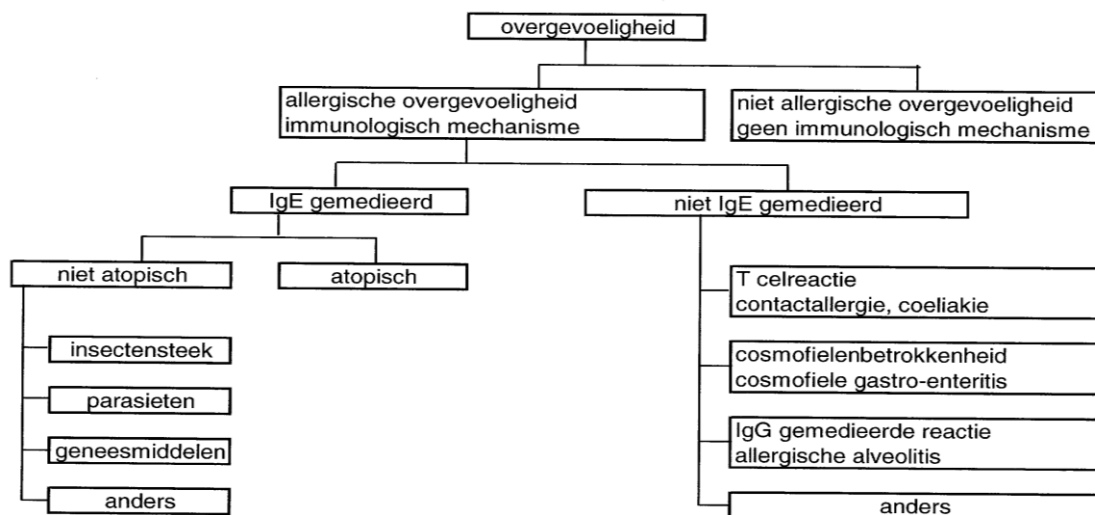


Allergie werkt anders

In september 2006 organiseerde Orthica een symposium over allergie getiteld "Allergie werkt anders". Een achttal professionals op het gebied van geneeskunde, wetenschap en therapie belichtte de problematiek van allergie vanuit verschillende visies en expertises. Hieronder volgt een beknopt verslag van deze interessante dag.

Allergie

De Wereld Gezondheidsorganisatie heeft vastgesteld dat allergie de ziekte van de 21-ste eeuw is. Er loopt daarom een aantal onderzoeken naar oorzaken en behandelmogelijkheden. Ongeveer de helft van alle westerse kinderen en jongvolwassenen heeft de aanleg om een allergie te ontwikkelen zoals eczeem, hooikoorts, astma of voedselallergie. Allergie valt onder de overkoepelende term overgevoeligheid. (zie figuur 1)



Figuur 1 bron Folia Orthica Symposium

Allergische overgevoeligheid

Een centrale rol voor allergische aandoeningen heeft de antistof immunoglobuline E (IgE). Dit IgE komt normaal in zeer lage hoeveelheden voor in ons lichaam. IgE is specifiek voor elk allergeen wat in contact komt met het lichaam. Een allergeen is een over het algemeen onschuldige eiwit, zoals koemelkeiwit, huidschilfers of graspollen. Nadat een allergeen zich heeft gebonden aan IgE en meerdere IgE's zich geclusterd hebben gebonden aan een mestcel, wordt de mestcel geactiveerd zodat deze cel ontstekingsmediatoren vrij maakt. Bekende ontstekingsmediatoren zijn bijvoorbeeld histamine en leukotrienen die de symptomen jeuk, niezen, loopneus en roodheid veroorzaken. De allergische immuunrespons is dus eigenlijk een overbodige of overdreven immuunrespons.

Hygiënehypothese

Een verklaring voor de toename van allergie, volgens een van de sprekers is de zogenaamde hygiënehypothese. Deze houdt in dat contact van het immuunsysteem met pathogenen in de eerste levensfase noodzakelijk is om het immuunsysteem te ontwikkelen. In ontwikkelde landen komt dit systeem niet goed tot ontwikkeling door tekort aan contact met allergenen.

Stimulerende invloed op allergie zijn onder andere de socio-economische situatie, isolatie van huizen, gebruik van antibiotica en vaccinatie. Over vaccinatie zijn de meningen nog sterk verdeeld, met name over het moment waarop deze toegediend zou moeten worden.

Remmende invloed op allergie zijn onder andere de familie grootte en geboortevolgorde, kinderdagverblijf of boerderijverblijf, en huisdieren. Huisdieren kunnen op latere leeftijd zowel remmend als stimulerend zijn.

Uit onderzoek is gebleken dat met name contact met bacteriën het immuunsysteem activeert. Nu moeten we niet terug willen naar de middeleeuwse hygiëne maar we kunnen deze inzichten wel invoegen in onze huidige leefwijze.

Niet allergische overgevoeligheid

Negen van de 10 allergische reacties zijn eigenlijk een niet allergische overgevoeligheid. Dat wil zeggen dat het lichaam in de loop van het leven anders is gaan reageren op bepaalde stoffen zonder aanwijsbare erfelijke storing. Hierbij wordt geen IgE geproduceerd en de reactie treedt met vertraging op. Door deze vertraagde reactie wordt er vaak geen verband gelegd tussen de bestaande klachten en de overgevoeligheid. Deze overgevoeligheid is met name bekend op het gebied van voeding.

Voeding

Van de kinderen jonger dan 3 jaar reageert 6% allergisch op bepaalde voedingsstoffen. Bij 85% gaat dit over voor het 5^e jaar. Het gaat bij baby's vooral om koemelkallergie. In de kinderleeftijd worden vooral reacties op kippeneiwit, pinda, noten, tarwe, soja, vis en ook weer koemelk geregistreerd. Bij volwassenen zijn deze niet allergische overgevoeligheidsreacties vaak een gevolg van het eten van pinda, noten, vis en schelp-/schaaldieren. Deze bevatten grote eiwitten. Iedere stof kan bij een individu een niet allergische overgevoeligheidsreactie veroorzaken. Ook zal de soort reactie individueel verschillen. De oorzaak hiervan ligt in de combinatie immuunsysteem, darmflora en soort voeding. Deze combinatie bepaalt de orale tolerantie.

Externe oorzaken van niet allergische overgevoeligheidsreacties zijn het bewerken van voedsel door er stoffen aan toe te voegen (E-nummers bijvoorbeeld) of aan te onttrekken. Ook kan verhitting of bestraling een oorzaak zijn. Interne oorzaken zijn de onbalans in het natuurlijk evenwicht

van micro-organismen in ons lichaam, toxines, gebitsklachten en psychische- en emotionele storingen waardoor het immuunsysteem en spijsverteringssysteem anders reageert dan voorheen. In de complementaire geneeskunde worden als interne oorzaken ook nog het gebrek of tekort aan bepaalde vitaminen of mineralen, chakrastoring, matrixstoring en nucleusstoring (in thalamus) genoemd.

Therapie en behandeling

Afhankelijk van de stof waarop allergisch wordt gereageerd is zijn er verschillende oplossingen. De oorzaak wegnemen middels vermijding en eliminatie is een eerste optie. Daarnaast kan het immuunsysteem beïnvloed worden door immunomodulatie. De reguliere gezondheidszorg heeft hiervoor een viertal vormen. Dit zijn: ontstekingsremmers (inhalatiesteroïden), immunotherapie (hyposensibilisatie), beïnvloeden van de darmflora middels pro-/prebiotica en vaccinatie met veranderde allergenen. Middelen uit de reguliere gezondheidszorg om de symptomen te behandelen zijn luchtwegverwijderaars en anti-histaminica. Ter preventie postnataal worden gunstige effecten toegeschreven aan borstvoeding, een speciaal dieet van de zogende moeder en het uitstellen van het begin met vaste voeding. De complementaire geneeskunde ziet mogelijkheden op het gebied van orthomoleculaire sturing bijvoorbeeld met behulp van voedingssupplementen of beïnvloeding van het immuunsysteem bijvoorbeeld door acupunctuur en kruiden. Voedingsadvies speelt hierbij ook een grote rol.

Auteur: Ellen IJspeert, e.ijspeert@chello.nl

Voor meer informatie: Stichting Folia Orthica
036-5460911-e:info@foliaorthica.nl