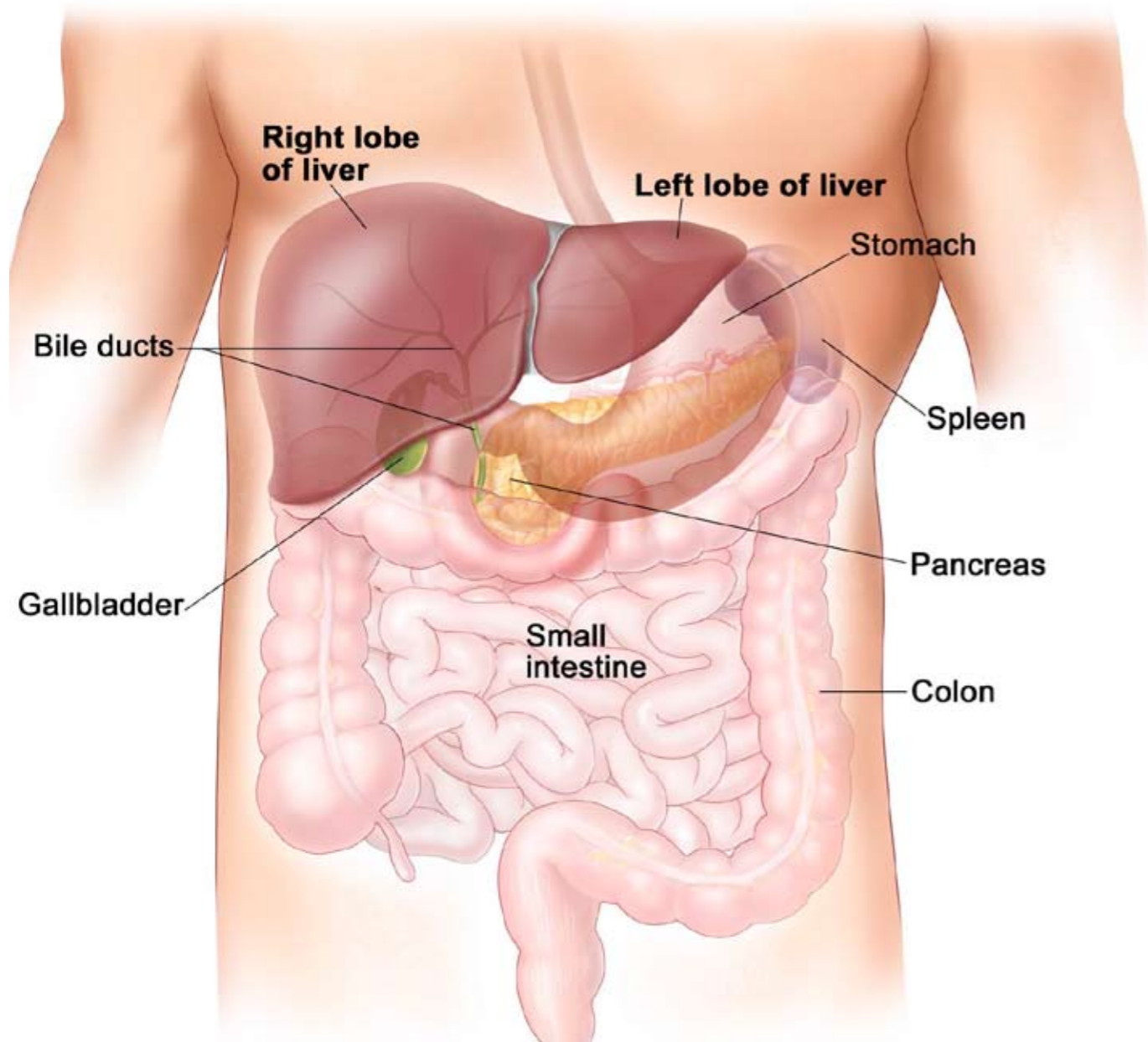


Parasieten en galstenen in je lijf...



Hoe kom je ervan af?

Auteur: Lisette Hennen

Ik? Parasieten in mijn lijf? Nee, dat kan niet! Dacht ik toen ik de uitslag hoorde bij de iriscopist. Ik eet biologisch en veel rawfood, hoe kan ik nou parasieten hebben? En hoe kom ik er vanaf? Lees hier een persoonlijk onderzoek.

Een parasiet is een levensvorm die zich ten koste van een ander organisme (de gastheer) in stand houdt en vermenigvuldigt. Er bestaan verschillende soorten parasieten maar we richten ons in dit stuk op de protozoa die darmklachten veroorzaken. Aangezien in Nederland de darmparasiet het meeste voorkomt.

Micro-organismen

Een micro-organisme of microbe is een organisme dat te klein is om met het blote oog te zien. Hieronder vallen alle ééncelligen zoals bacteriën, protozoa (waaronder de amoeben), eencellige algen en schimmels (waaronder de gisten). Je hebt goede en slechte organismen.

De goede zijn onze hardwerkende probiotica. De meest gebruikte probiotica zijn melkzuurbacteriën van de geslachten *Lactobacillus* en *Bifidobacterium*. Voor sommigen welbekend als probioticum. Het begrip probioticum kan vertaald worden als "voor het leven" en is ontstaan als reactie op het begrip antibioticum. Ook *Chlorella* en *Spirulina* zijn micro organismen die hard werken aan een gezonde darmflora als probiotica.

Goede organismen, die iedereen dagelijks aan zijn of haar voedingspatroon dient toe te voegen voor een betere vertering van voedsel en hierdoor een gezonde darmflora en stoelgang krijgt, zijn:

- Probiotica: *Lactobacillus* en *Bifidobacterium* (Neem bij darmproblemen probiotica van minimaal 2 miljard organismen.)
- *Chlorella* (eencellige groene alg)
- *Spirulina* (blauw groene micro alg)
- Yoghurt (rechts of linksdraaiend melkzuur)
- Kefir (fermentatieproces van melkzuurbacteriën in melk of kokoswater)
- Zuurkool (melkzuurbacteriën)
- Kelp (bruinalg)

Welke darmparasieten wil je niet in je lijf hebben?

Darmparasieten kunnen worden ingedeeld in:

1. Eencellige organismen.
2. Wormen (hier ga ik verder niet op in).

Parasieten komen voor in de dunne darm en in de dikke darm:

- A. De enige parasiet die in de dunne darm voorkomt is de *Giardia Lamblia*.
- B. Dikke darm parasieten zijn: *Entamoeba histolytica*, *Dientamoeba fragilis*, *Blastocystis hominis*, *Entamoeba hartmani*, *Iodamoeba butschlii*, *Entamoeba coli*, *Endolimax nana*, *Isospora belli*, *Cryptosporidien*.

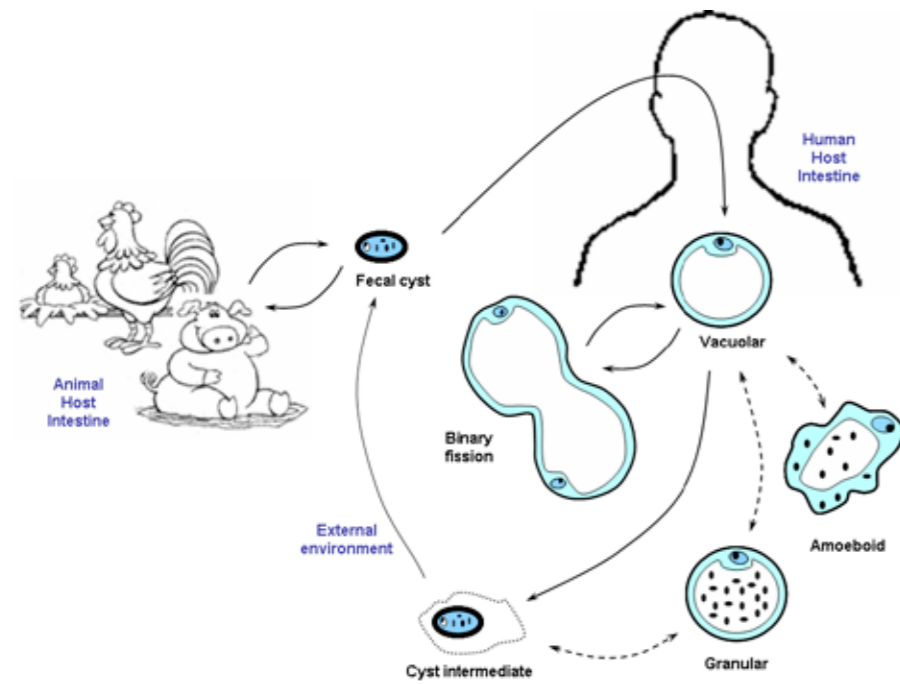
Er zijn drie vormen eencellige parasieten:

1. De amoebe die zich kan bewegen door van vorm te veranderen.

2. Een cel met trilhaartjes, de flagellaat.
3. Gistachtige parasieten.

De parasiet heeft het eeuwige leven in de zin dat hij zich voortdurend in tweeën kan splitsen. Toch leeft hij buiten het lichaam maar 1 uur en sterft dan af. Sommige parasieten kunnen een heel hard schilletje vormen en zich inkapselen, dit is dan geen eitje maar een cyste. In cystevorm kan de parasiet een half jaar in leven blijven buiten het lichaam. Water en grond kunnen besmet zijn met parasieten in cystevorm. De cystes kun je aanpakken met *Serrapeptase* (van de zijde rups) dit kan in de darm de schil doorboren en de parasieten doden. De meest schadelijke darmparasiet is de *Entamoeba histolytica*, de veroorzaker van echte amoebedyenterie. Besmetting is gevaarlijk omdat de parasiet zich in de lever kan nestelen.

Parasieten kun je dagelijks oplopen. Door vuile nagels, niet goed je handen wassen en besmetting via je familie, vrienden waarbij vooral de w.c. de grote boosdoener is. Mocht je bepaalde parasieten hebben dan is het soms belangrijk om de gehele familie te behandelen volgens Saskia van As, auteur van het boek *Darmklachten*. Al met al hoef je niet meteen hypochonder te worden, je handen wassen is voldoende om de parasieten ver weg te houden.



Entamoëbe histolytica



parasietenkruiden

Hier nog enkele mogelijke symptomen van inwendige parasieten:

- Ben je vaak moe? (chronische vermoeidheid)
- Heb je spijsverteringsproblemen?
- Last van voedselintoleranties of omgevingsallergieën?
- Heb je gewricht- en spierpijnen of ontstekingen die op artritis lijken?
- Heb je bloedarmoede of ijzeregebrek?
- Heb je eczeem, huidontstekingen, zwellingen of jeukende dermatitis?
- Wordt je meerdere malen per nacht wakker, tussen 2 en 3 uur?
- Heb je vaak bacteriële of virale infecties?
- Ben je depressief, onrustig of gespannen of heb je last van tandenknarsen?
- Heb je moeite om gewicht aan te komen of af te vallen?
- Heb je jeukende oren, neus en/of anus?
- Ben je vergeetachtig, heb je trage reflexen, gas en opgeblazen gevoel, kun je niet helder denken?
- Heb je een gebrek aan eetlust, een geelachtig gezicht?
- Heb je snelle hartslag, hartpijn, pijn rond je navel?
- Eet je meer dan normaal, maar heb je nog steeds honger?
- Heb je pijn in je rug, dijen, schouders?
- Voel je je lethargisch?
- Heb je last van gevoelloze handen?
- Branderig gevoel in je maag?

Candida

Een bekend probleem voor veel mensen is candida. Candida is een schimmelinfectie (mycose) die veroorzaakt wordt door gistachtige schimmels, voornamelijk *Candida albicans*. Deze schimmel is bij vrijwel iedereen aanwezig, onder andere in de mond, in de darm, op de huid en in de vagina, en vormt met bacteriën een gezond evenwicht. Men spreekt echter van candidiasis wanneer de schimmels een overwicht krijgen op de bacteriën en het biologisch evenwicht verstoord wordt, waardoor een schimmeloverwoekering ontstaat. Deze overwoekering komt voort uit een dieet waarin veel suiker, koolhydraten en gist geten wordt. Het ons welbekende westerse voedingspatroon. Klachten zijn: Opgezet buik, diarree, buikpijn, ernstige vermoeidheid, psychische problemen en een verdere verzwakking van het immuunsysteem waardoor slijmvliesgeoriënteerde aandoeningen zoals een vaginale schimmel infectie, psoriasis, astma en sinusitis kunnen ontstaan.

Wat kun je aan candida doen?

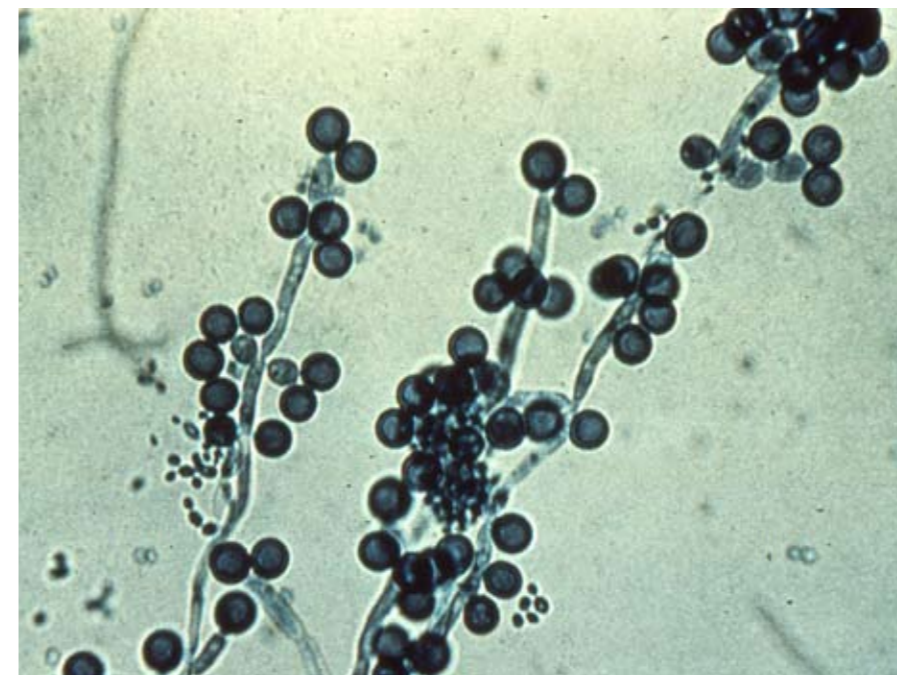
Mocht je candida hebben dan kun je dit makkelijk zelf verhelpen door tijdelijk je voedingspatroon aan te passen. Geen suiker en brood meer voor minimaal 3 maanden lang. Daarnaast kun je de schimmel aanpakken met caprylzuur (uit kokosolie),

grapefruit seed extract, robotica, Oregano olie en enzymen om de spijsvertering goed op gang te krijgen. Er bestaan verschillende boeken over dit onderwerp en er is veel informatie te vinden op internet.

Parasietenkuur

De meeste bekende parasietenkuur is die van Hulda Clark en Hanna Kroeger. Hulda Clark heeft grote naam gemaakt op het gebied van kruidengeneeskunde, biofysica en fysiologie. Zij heeft een kruiden kuur, darmreinigingskuur en schimmelkuur ontwikkeld, evenals een nier- lever- en darmreinigings programma. Door haar onderzoeken en publicaties op het gebied van kruidengeneeskunde, biofysica en fysiologie ontdekte zij dat een groot aantal ziekten en aandoeningen ontstaat door aanwezigheid van parasieten, bacteriën en andere schadelijke indringers.

De parasietenkuur is samengesteld uit de drie kruiden: Zwarte Walnoottinctuur, Wormkruid van o.a. de Artemisiaheester en Vermalen kruidnagel. Deze kruiden dienen samen gebruikt te worden. De groene schil van de zwarte walnoot doodt, samen met het wormkruid, de volwassen exemplaren en de ontwikkelingsstadia van meer dan 100 parasieten. De vermalen kruidnagel doodt de eitjes van deze parasieten. De kuur duurt ongeveer drie weken om de parasieten in al zijn stadia te vernietigen.



Candida albicans

Geadviseerd wordt om de parasietenkuur 1 x per jaar te doen; indien je echter veel in aanraking komt met dieren dan wordt 2 x per jaar aanbevolen. Om ervoor te zorgen dat de parasieten niet opnieuw terugkomen, is het aan te bevelen eenmaal per week de onderhoudsdosering te nemen.

Leverreiniging

Na de parasietenkuur en/ of candida schoonmaak kun je nog een stapje verder gaan, namelijk de leverreiniging. Ooit gehoord van Andreas Moritz?

Volgens Andreas Moritz (schrijver van de internationale bestseller: *De Ongelooflijke Lever- en Galblaaszuivering* heeft 30-40% van alle Westerlingen stenen in zijn lever. Je kunt het je bijna niet voorstellen dat de lever soms wel honderden stenen (tot 350 gram) kan bevatten zonder dat je daar ogenschijnlijk veel klachten van hebt. Of beter gezegd: je hebt er heel veel klachten van alleen worden ze nooit aan de echte oorzaak toegeschreven.

De lever is de grootste chemische fabriek in ons lichaam: hij heeft een sterk ontgiftende werking en hij produceert talloze enzymen, hormonen en andere bio-actieve stoffen. Een heel belangrijk orgaan dus. Heel logisch dat het grootste deel van de werking verloren gaat als de uitgang verstopt zit. Diverse factoren spelen een rol bij het ontstaan van galstenen:

- Afwijkende samenstelling van gal ofwel lithogene gal: vooral in Westerse landen is 80% van de galstenen opgebouwd uit cholesterol, dat slecht oplosbaar is. Zowel een hoge concentratie van cholesterol als een te lage concentratie van galzouten kunnen galstenen veroorzaken.
- Hemolytische anemie: bij deze ernstige vorm van bloedarmoede kunnen galstenen voorkomen die niet uit cholesterol maar uit bilirubine bestaan.
- Infecties: tijdens infecties worden cholesterol en kalk afgezet rond een kern die bestaat uit bacteriën en witte bloedcellen (leukocyten).

Moritz schrijft in zijn boek dat de oorzaak van het optreden van leverstenen is gelegen in onze westerse levensstijl. Teveel blootstelling aan chemische stoffen, teveel dierlijke vetten en suiker(s) in onze voeding, teveel vaccinaties, te weinig lichaamsbeweging, te veel koffie en alcohol waardoor we uitgedroogd raken. Simpelweg omdat we absoluut te weinig water drinken. Drink minimaal 2 liter (gefilterd) water per dag om je lichaam optimaal zijn werk te laten doen. Door uitdroging treedt er sludging op op heel veel plaatsen in het lichaam, dus ook in de afvoerende galgangen in de lever. Sludging wil zeggen: er treedt een vertraging op van de stroom door het indikken van de gal. Hierdoor treden er klonters op,



Lisette Hennen

later worden deze klonters vast-elastische knikkers en weer later keiharde verkalkte stenen. Wil jij die op je lever hebben?

De oplossing

Iedereen (vanaf 16 jaar oud) mag in principe de leverreinigingskuur doen, mits deze goed voorbereid, zorgvuldig en consequent wordt uitgevoerd, zelfs tot op hoge leeftijd. De leverkuur is makkelijk en neemt maar 1 dag in beslag. Je hebt voor de kuur alleen bitterzout, L-Ornithine en appelsap nodig. Zo verwijder je de verkalkte gal en kan je lever weer optimaal functioneren! ◀

Lisette Hennen is beeldend therapeut en gezondheidscoach. Vragen over dit artikel? Mail Lisette op: artkeyology@live.nl

BOEKENTIPS:

- *Darmklachten*, Drs. Saskia van As
- *In 28 dagen van giftbelt naar Tempel*, Jacqueline van Lieshout
- *The Amazing Liver and Gallbladder Flush*, Andreas Moritz
- *Handboek Zelfgenezing*, Hulda Clark
- *Water, het goedkoopste medicijn*, F. Batmanghelidj
- *De enzymfactor*, Dr. Hiromi Shinya