



## De klassieke aanpak

De term hooikoorts is misleidend: de patiënten zijn niet allergisch voor hooi en ze krijgen ook geen koorts. Het is een onschuldige, maar vervelende aandoening die voorkomt vanaf het hooiseizoen in april, mei. Hooikoorts wordt veroorzaakt door een allergie voor pollen of stuifmeel van bomen, bloemen of grassen. Die allergenen (de stoffen die de allergie veroorzaken) komen soms al voor vanaf februari, in het geval van allergie tegen pollen van de zwarte els. Symptomen kunnen zijn: een lopende neus en tranende, dikke ogen, een jeukende keel en vaak ten gevolge van dit alles ook moeheid.

Hooikoorts wordt met reguliere medicatie bestreden door de symptomen van de allergische reactie te onderdrukken. Het gebruik van **antihistaminica** pakt echter niet de oorzaak van de allergie aan. Je moet de medicatie ook dagelijks blijven nemen, want zodra je stopt, komen de symptomen net zo hard terug. Vaak wordt een allergie elk jaar hardnekkiger als je enkel met klassieke medicijnen behandelt. Ook andere medicatie is er vooral op gericht de symptomen aan te pakken: een **spray voor de neus, oogdruppels** en soms **puffers** in het geval van astmatische verergering.

## De holistische aanpak

Behandelen van symptomen is vaak een must om mensen acuut te helpen. Maar als je wil dat je patiënt het jaar nadien minder klachten heeft, dan is het absoluut nodig om alle factoren in acht te nemen. Een holistische aanpak houdt rekening met alle elementen die een impact kunnen hebben op of ten grondslag kunnen liggen aan de klachten van de hooikoortspatiënt: erfelijke factoren, constitutie (wie en hoe is die persoon?), het repeterende patroon, de voorgeschiedenis en de nadelige invloeden van vroegere of huidige medicatie (zoals antibioticakuren of chemotherapie), operaties, besmettingen met virussen zoals het klierkoortsvirus, vaccinaties... Meer dan eens komen de volgende factoren naar voor:

- De functie van de lever werkt bij een hooikoortspatiënt vaak niet optimaal. De lever is als een filter die alles verwerkt en die verder filtert naar de gal (stoelgang) en de nieren (urine). Als deze filter verstopt raakt of niet meer optimaal werkt, dan krijg je letterlijk je afvalstoffen in je bloedbaan. Door ongezonde voeding of voeding die de lever belast (zoals alcohol, chocolade, zuivel, witte suiker, brood en steenvruchten), door medicatie, operaties, erfelijkheid, stress, sigarettenrook, alcohol of besmettingen met virussen, kan de filter verstoppert. **Ontgiften of neutraliseren is dan de boodschap.** Je kunt ontgiften met homeopathie (bijvoorbeeld Trias C van Fides Cosmochema) of met fytotherapie

(orthis detox) en door je voedingspatroon aan te passen om je lever te ontzien.

- Vaak zie ik ook een sterke verbetering wanneer patiënten vrij langdurig (drie tot zes maanden) **pre- en probiotica innemen, aangezien een verbeterde darmfunctie ook de allergie aanpakt.** Probiactiol plus van Metagenics is een goed voorbeeld, maar in feite zijn alle probiotica van de grootste nutriëntenfirma's goed.

- Ik behandel ook graag met biopunctuur. **Biopunctuur is een methode waarbij natuurlijke plantenextracten met naalden onder de huid geïnjecteerd worden** op bepaalde punten, bijvoorbeeld ter hoogte van de leverzone en ter hoogte van de thorax voor- en achteraan.

- **Natuurlijke antihistaminica**, bijvoorbeeld op basis van kwarteleitjes, bieden soelaas voor acute klachten. Je vindt ze bij de apotheker, bijvoorbeeld Respilibre van Difitan.

- Goed om te weten: **allergieklachten komen vaak voor bij mensen die geen 'neen' kunnen zeggen.** Op die manier gaan anderen over hun grenzen heen en wordt hun immuunsysteem aangetast.

Jutta: "Als je wil dat je patiënt het jaar nadien minder klachten heeft, is er meer nodig dan de symptomen behandelen."

FOTO'S Diane Hendriks