

NEURO FLITS

Editie 6
2025

Mini magazine

Wilt u meer weten over het werk van de Neuro-Toxicity Research Foundation?

Kijk dan eens op de website neurotoxicityresearch.org of scan de QR-code zodat u zich kunt abonneren op de nieuwsbrief van de foundation.



Neuro
Toxicity
Research
Foundation

Pre-diabetes kan binnen 8 jaar leiden tot een hartinfarct

Uit recent onderzoek van het Maastricht UMC+ blijkt dat pre-diabetes een aanzienlijk groter gezondheidsrisico vormt dan eerder gedacht. Ongeveer 1,4 miljoen Nederlanders bevinden zich in dit voorstadium van diabetes type 2, vaak zonder het te weten. Het onderzoek toont aan dat een op de zes mensen met pre-diabetes binnen acht jaar een hartinfarct of beroerte krijgt, veroorzaakt door verhoogde bloedsuikerwaarden die leiden tot aderverkalking.

Wat is pre-diabetes?

Pre-diabetes is een toestand waarbij de bloedsuikerwaarden hoger zijn dan normaal, maar nog niet hoog genoeg om als diabetes type 2 te worden gediagnosticeerd. Vaak zijn er geen duidelijke symptomen. Toch kan deze toestand leiden tot ernstige complicaties, zoals hart- en vaatziekten.

Vroege herkenning is essentieel

Jarenlang rondlopen met verhoogde bloedsuikerspiegels kan ernstige schade veroorzaken aan de

bloedvaten en uiteindelijk kan dit resulteren in hart- en vaatziekten of een beroerte. Volgens diabetesartsen van het Diabetes Fonds is vroegtijdige herkenning daarom essentieel. Door het doen van een eenvoudige risicotest op bijvoorbeeld de website van het Diabetes Fonds en aansluitend bloedonderzoek bij de huisarts, kan pre-diabetes op tijd worden opgespoord. Als dit vroeg gebeurt, kan serieuze gezondheidsschade nog worden voorkomen, door gerichte leefstijlveranderingen en aanvullende ondersteuning, zoals supplementen.

Leefstijlveranderingen en ondersteuning

Het goede nieuws is dat pre-diabetes omkeerbaar is. Door gezonder te eten, meer te bewegen en risicofactoren zoals roken aan te pakken, kunnen mensen hun bloedsuikerwaarden verbeteren

en het risico op diabetes type 2 verkleinen. Daarnaast kunnen bepaalde voedingssupplementen ondersteuning bieden bij het reguleren van de bloedsuikerspiegel en het verbeteren van de algehele gezondheid.

Supplementen ter ondersteuning

MacroGenix biedt een reeks natuurlijke voedingssupplementen die kunnen bijdragen aan het beheersen van pre-diabetes:

• **MGX-CT22D:** Deze hoogwaardige visolie, gewonnen uit Noord-Atlantische haring, bevat een optimale verhouding van Omega-3 vetzuren (EPA/DHA) en Omega-11 cetoleïnezuur, aangevuld met vitamine A en D. Het supplement ondersteunt de hartfunctie, bloeddruk, cholesterolstofwisseling en insulinegevoeligheid. Bovendien draagt het bij aan een gezond immuunsysteem en de stofwisseling van spieren en botten.

• **Tumerex-Pluz:** Dit supplement combineert curcumine (de actieve stof in kurkuma) met andere natuurlijke ingrediënten die ontstekingsremmende eigenschappen hebben. Het ondersteunt de leverfunctie en het immuunsysteem, wat essentieel is voor mensen met pre-diabetes. Ontstekingen spelen namelijk een rol in de ontwikkeling van insulineresistentie.

• **MGX-DB10:** Speciaal ontwikkeld ter ondersteuning van het immuunsysteem en het maag-darmsysteem. Een gezonde darmflora is belangrijk voor de regulatie van de bloedsuikerspiegel en het voorkomen van ontstekingen. Dit supplement kan bijdragen aan een betere spijsvertering en algehele gezondheid.

Kijk voor meer informatie op:
www.macrogenix.nl.



Functioneel
Neurologisch
Instituut

Corrie liep hersenletsel op na een zwaar auto-ongeluk

“Na een week zakte ik letterlijk in elkaar”

Na een zwaar auto-ongeluk veranderde het leven van Corrie ingrijpend. Van een energieke moeder van drie, schippersvrouw en duizendpoot, tot iemand die maandenlang vrijwel alleen kon slapen. Hoofdpijn, duizeligheid en een gebrek aan concentratie bepaalden haar dagen. “Zelfs een eenvoudige rekensom lukte niet meer.”

Het is de laatste dag van de zomervakantie als het noodlot toeslaat. Op de snelweg wordt de auto van Corrie en haar gezin met 80 kilometer per uur van achteren geraamd door een vrachtwagen. De gevolgen zijn verstrekend: een zware hersenschudding, whiplash, gekneusde ribben, een beurse elleboog en een bult op haar voorhoofd zo groot dat de streep van het stuur maandenlang zichtbaar blijft. “Ik ben met mijn hoofd op het stuur geklapt, ondanks dat ik de riem om had. De klap was zo heftig dat mijn huid poreus werd. De afdruk van het stuur stond gewoon in mijn voorhoofd,” vertelt Corrie.

De hulpdiensten brengen haar en haar gezin direct naar het ziekenhuis. Na een korte controle – zonder hersenscan – mogen ze al snel naar huis. Het advies: doe rustig aan. Maar ‘rustig aan’ is relatief als je drie jonge kinderen hebt, een kat kwijt bent, zes weken aan bagage uit moet pakken en je man weer de binnenvaart op moet.

“Ik ben gewoon doorgedaan,” zegt Corrie. “Maar na een week, toen de adrenaline wegzakte, zakte ik zelf ook in elkaar.”

Elke dag meer pijn

De klachten stapelen zich op: ondraaglijke hoofdpijn, nek- en rugpijn, uitputting. De huisarts schrijft steeds zwaardere pijnstillers voor, tot Corrie op een gegeven moment dagelijks dertig pillen slikt – waaronder morfine.

“Ik werd er alleen maar suffer en vermoeider van. Maar ik moest wel doorgaan. Mijn man was vaak weg, en ik had drie kinderen thuis. Dus ik bleef boven mijn krachten doorgaan.”

Wanneer het echt niet meer gaat, neemt haar man het roer tijdelijk over. Corrie slaapt op dat moment 20 tot 23 uur per dag.

Uiteindelijk verhuist ze tijdelijk met de kinderen naar haar moeder die voor hen zorgt als Corries man vaart. “Pas nu het beter gaat, beseft ik hoe bizar de situatie is geweest. Op dat moment zat ik er zo diep in, dat ik het zelf niet meer doorhad.”

Fysiotherapie, manuele therapie, dry needling – het wordt allemaal geprobeerd. Maar niets biedt blijvend resultaat. “Na tien behandelingen zei de therapeut: ‘Als het nu nog niet werkt, gaat het niet meer werken.’ En dan? Wat dan?”

Een sprankje hoop

Via haar schoonouders, hulp vanuit de kerk en zelfs een tijdschrift komt Corrie uiteindelijk in aanraking met het Functioneel Neurologisch Instituut (FNI). Hoewel ze op dat moment volledig uitgeput is en geen energie heeft om ergens echt een mening over te vormen, is haar man positief en daadkrachtig. “Hij zei: we gaan het gewoon proberen,” herinnert Corrie zich. De verzekering gaat akkoord met een eerste serie behandelingen, en dus maakt ze de afspraak.

Tijdens de intake bij het FNI werd duidelijk wat er precies aan de hand was. “Ze stelden vast dat ik hersenbeschadiging had aan de linkerkant van mijn hersenen, en ook mijn evenwichtsorgaan bleek aangedaan,” vertelt Corrie. “Daarnaast bleek mijn nek vast te zitten en slikte ik veel te veel medicatie.”

De eerste behandelingen zijn zwaar.

“Ik was toen nog bij mijn moeder in huis. Van die behandelingen werd ik zó ontzettend moe. Nog vermoeider dan ik al was. Ik sliep daarna alleen maar.” De vermoeidheid wekt twijfels: doet het überhaupt iets? Maar die twijfel slaat om in hoop na de zesde behandeling. “Toen kwam er echt een kentering. Vanaf dat moment merkte ik dat ik langzaam vooruitging.”



De behandelingen zijn veelzijdig.

“Ik kreeg behandelingen van meneer Van der Kuil zelf. Die werkt veel met ontspanning van de nekspieren en met visuele oefeningen – rode stippen op stokjes volgen bijvoorbeeld. Daarna zat ik vaak in de Gyrostim met allerlei visuele en motorische opdrachten. En dan ging ik de zuurstoftent in. Elke behandeling is net even anders.”

Bij de derde behandeling besluit Corrie in een keer te stoppen met alle medicatie. Een enorme stap, die haar lijf zwaar valt. “Ik ben daar echt heel ziek van geweest. Achteraf gezien had ik het beter geleidelijk kunnen afbouwen.” Maar de winst is groot: haar hoofd wordt helderder, de dufheid trekt op, en het herstel krijgt meer ruimte.

Op weg naar normaal

Hoewel de verbeteringen duidelijk zijn, is Corrie realistisch over haar situatie. De dagen blijven beperkt in energie en mogelijkheden. “Ik breng ’s ochtends de kinderen naar school, ruim wat op, eet vroeg en ga om half twaalf naar bed tot een uur of drie. Dat heb ik echt nodig, anders red ik het niet.” Huishoudelijke klussen als stofzuigen of dweilen zijn nog steeds te veel gevraagd. “Maar ik kan wel weer wat kleine dingen doen: de vaat opruimen, spullen op hun plek zetten.”

Ook sociaal gezien is er nog een wereld van verschil met voor het ongeluk. Corrie vermijdt drukke omgevingen. “Ik ben heel overgevoelig geworden voor geluid. Dat is echt sinds het ongeluk. Schoolpleinen, verjaardagen, of zelfs iemand die stofzuigt op een andere verdieping – het komt gewoon keihard binnen. Dus dat soort dingen doe ik niet of heel kort.” De balans is fragiel. Een valpartij, veroorzaakt doordat ze even “te snel iets wilde oprapen”, leidde onlangs tot een terugval.

“Ik dacht dat het wel weer kon, omdat ik me beter voelde. Maar dat gaat dus nog niet. Toen kreeg ik opnieuw een hersenschudding en ben ik twee keer extra behandeld.” De vooruitgang is inmiddels gestabiliseerd, vertelt Corrie. “Na de zesde behandeling ging het echt een stuk beter. Maar sindsdien is het een beetje stil blijven staan.”

Toch is Corrie blij.

“Ik ben nog niet de oude, maar als je kijkt waar ik vandaan kom, dan ben ik al heel ver. En dat komt echt door de behandelingen bij het FNI. Ik kan nu bijvoorbeeld weer een boek lezen, dat ging helemaal niet meer. De letters dansten voor mijn ogen. En ook rekenen gaat al wat beter.” Ze verwacht dat het herstel nog verder zal gaan, al vraagt dat geduld – iets waar ze soms moeite mee heeft. “Het duurt al zo lang. Maar goed, stap voor stap merk ik dat het toch beter wordt.”

“Ik hoop dat ik uiteindelijk weer zelfstandig het huishouden kan runnen, zonder hulp. Dat mijn kinderen niet meer bij mijn moeder hoeven te eten, omdat ik geen energie heb om te koken. En dat ik op een dag weer gewoon zelf de auto kan pakken, niet alleen voor de korte stukjes die nu weer kunnen, maar ook om de snelweg weer op te gaan.”

Auto -ongeluk

Corrie belandt in een ongeluk met haar gezin. In het ziekenhuis wordt ze doorzocht maar alsnel weer naar huis gestuurd.

Toenemende pijn

Elke dag wordt de pijn erger. Zelfs eenvoudige dingen zoals lezen of tv kijken zijn te zwaar.

Tip van de schoonouders

De schoonouders van Corrie raden FNI (Functionele Neurologische Integratie) aan als mogelijke oplossing.

Eerste behandelingen

De start was zwaar. Corrie voelde zich nog vermoeider dan voor de behandelingen. Hierdoor kreeg ze twijfels, maar ging er toch mee door.

Zichtbare vooruitgang

Na zes behandelingen merkt Corrie een groot verschil. Ze kan weer meer aan, en kleine dagelijkse dingen gaan beter.



Van topfit naar totaal uitgeput

Hans' strijd tegen een functionele neurologische stoornis

Jarenlang worstelde Hans (58) met lichamelijke klachten. Van problemen met zijn prostaat tot pijnlijke benen en voeten. Op een gegeven moment liep hij niet alleen mank en slingerend, maar verslechterde ook zijn spraak en kreeg hij problemen met zijn geheugen. Na talloze onderzoeken kreeg hij een diagnose: hij leed aan een functioneel neurologisch stoornis. Alsof de harde schijf in je hersenen is gecrasht.

Hans: "Ik had al lang last van mijn prostaat, iets wat constant zorgde voor ongemak en zorgen. Ik maakte me druk omdat mijn PSA-waarde steeds hoger werd, waardoor de uroloog vreesde voor prostaatkanker. Tijdens die periode begon ik ook steeds meer last te krijgen van pijnlijke benen en voeten en mijn darmen deden ook niet altijd goed mee. Mijn vader had polyneuropathie, dus ik dacht dat ik dit misschien ook had. Maar als ik naar de neuroloog ging, kreeg ik telkens te horen dat mijn klachten niets met polyneuropathie te maken hadden."

De klachten stapelden zich op en begonnen zijn leven sterk te beïnvloeden. Naast lichamelijke problemen kreeg Hans steeds meer moeite met praten.

"Collega's begonnen me erop te wijzen dat ik onverstaanbaar was. Dat was confronterend, zeker omdat ik het zelf eerst niet merkte. Mijn stem was plotseling anders, minder duidelijk. Ik bleek te lijden aan dysartrie."

Zoeken naar de juiste diagnose

Zijn gezondheid ging snel achteruit. "Lopen ging steeds moeilijker. Op een gegeven moment kon ik alleen nog maar schuifelen en slingeren. Vooral de linkerkant van mijn lichaam viel regelmatig uit," vertelt Hans.

Er volgden talloze onderzoeken, die alleen maar meer onzekerheid brachten. "Eerst dachten ze aan MS, toen aan kanker. Ik moest zelfs een lumbaal punctie ondergaan – niet bepaald een prettige ervaring. Mijn vrouw, die zelf in de zorg werkt, maakte zich ook zorgen." Uiteindelijk kreeg hij de diagnose: functioneel neurologisch stoornis. "De harde schijf van mijn hersenen was als het ware gecrasht."



Mijn hersenen communiceerden niet meer goed met mijn spieren.” Voor Hans, een fanatieke sporter die altijd drie keer per week fietste en voetbalde en graag met zijn hond wandelt, was dit een zware klap. “Ik kocht zelfs een e-bike om toch nog iets te kunnen doen, maar zelfs met ondersteuning hield ik het nauwelijks tweehonderd meter vol. Soms stond ik compleet uitgeput stil langs de weg, onzeker of ik terug naar huis kon komen.”

Ondanks zijn doorzettingsvermogen voelde Hans zich gevangen in een onvoorspelbare strijd. “Op goede dagen kon ik met mijn vrouw wandelen, maar ook dan kon ik van het ene op het andere moment totaal instorten. Ik ging bijvoorbeeld op een goede dag met mijn vrouw naar Delft. Een beetje rondkijken, dan weer wat drinken op een terras, weer een beetje lopen... Alles gedoseerd. Op een gegeven moment zei mijn vrouw dat het goed was om terug te gaan, terwijl ik eigenlijk nog wel verder wilde. We besloten toch naar de auto te lopen. Maar vierhonderd meter voordat we bij de auto waren, stortte ik volledig in. Ik kon niets meer. Dus moest ik gaan zitten, gaan liggen, weer even gaan zitten... Het gekke is, toen ik eenmaal een kwartiertje in de auto zat, was het voorbij en kon ik weer door.

Kennismaken met het FNI

Hans probeerde diverse therapieën om verbetering te vinden. “Ik heb ook acupunctuur gedaan. In het begin dacht ik, waar ben ik aan begonnen met al die naalden in mijn hoofd en lichaam. Uiteindelijk hielp het me vooruit, maar die verbetering bleef niet. Afgelopen kerst voelde ik me goed, maar daarna ging het weer slechter. Toen besloot mijn vrouw zelf op onderzoek te gaan. Zij vond het Functioneel Neurologisch Instituut in Lisse.”

Hans besloot niet te bellen om wat informatie in te winnen, maar in de auto te stappen.

“Ik werk vlakbij Lisse, dus ik ging daar gewoon langs. Ik wilde voelen of dit echt iets voor mij was,” vertelt hij. Zijn eerste indruk van het instituut was wat gemengd. “Het was een beetje rommelig toen ik binnenkwam. Maar de persoonlijke benadering maakte al snel veel goed.” Er volgde een intakegesprek half maart.

Voordat ik naar het intakegesprek toe ging, moest ik allerlei formulieren invullen. Ik denk wel acht A4-tjes bij elkaar. Dat is niks voor mij. Ik kan me daar niet op concentreren. Maar goed, ik probeerde het toch, hoewel ik ze het liefst in de hoek wilde smijten. Sommige stukken heb ik overgeslagen, met andere heeft mijn vrouw geholpen. Eenmaal op gesprek zei meneer Van der Kuil meteen: ‘er zit niet alleen iets niet helemaal goed in je hoofd, je moet ook last hebben van je buik.’ Dat haalde hij alleen al uit die formulieren!

En dat was natuurlijk zo, want ik liep al een tijdje te tobben. Eindelijk had ik het gevoel dat ik echt gehoord werd! Door de woorden van meneer Van der Kuil voelde ik dat ik op de juiste plek terecht was gekomen. Na een bloedonderzoek bleek dat ik een gluten en lactose intolerantie heb. Ik ben direct gestopt met het eten van gluten, en echt, ik voel me al tien keer beter!”

Van nul tot een stuk beter

Bij het instituut volgde Hans verschillende behandelingen. “Ik word behandeld in de zuurstoftent, in de Gyrostim en doe nog wat losse oefeningen en testen. De eerste keer dacht ik na de behandeling wel ‘wat heb ik nou helemaal gedaan’? Ik voelde me er zelfs een beetje boos om. ‘Een zak geld armer, en ik voelde er helemaal niks van.’

Toen een dame in de wachtruimte aan me vroeg of het de eerste keer was, had ik ook helemaal geen zin om te antwoorden. Zij zei vervolgens: ‘Wacht maar af, het is geweldig.’ Eenmaal thuis was ik doodmoe. Blijkbaar was er toch het een en ander gebeurd. Na een paar behandelingen, was het nog veel erger. Ik was echt weer terug bij af. Toen heb ik opgebeld, want ik dacht dit gaat niet goed. Maar er werd me verzekerd dat dit er juist bij hoort. Je moet op nul beginnen en vanaf dat punt ga je opbouwen.”

De behandelingen zorgden geleidelijk voor merkbare vooruitgang.

“Het verschil is enorm. Een jaar geleden duurde het weken voordat ik herstelde van een slechte dag, nu ben ik na een kwartier vaak weer op de been. Soms val ik nog terug, maar ik voel dat ik steeds dichterbij echt herstel kom. Ik merk duidelijk dat mijn lichaam langzaam weer controle krijgt.”

Hans is inmiddels gedeeltelijk aan het werk, al blijft hij voorzichtig. “Ik werk halve dagen als projectleider in de bouw. Soms ben ik na vijf minuten alweer uitgeput, maar een kwartier later kan ik weer verder.”

Zijn herstel betekent vooral weer genieten van kleine dingen: “Straks ga ik lekker met mijn zoon naar Oostenrijk, een beetje aan de caravan rommelen. Dat maakt het leven weer echt de moeite waard. Mijn doel is om helemaal de oude te worden, stap voor stap. En ik geloof er echt in dat dit mogelijk is. Ondanks alle tegenslagen blijf ik positief en probeer ik altijd weer mijn kracht te hervinden. Dat is hoe ik altijd heb geleefd, en dat helpt me nu ook weer verder. Ik ben blij dat ik bij het team van het Functioneel Neurologisch Instituut terecht ben gekomen. Het is een perfect team in mijn ogen, met dames die je fijn helpen en een zeer deskundige vader en zoon die echt de tijd voor je nemen.”

Nieuwe hoop bij hersentrauma

Natuurlijke middelen bieden ondersteuning vanaf het eerste moment

Bij traumatisch hersenletsel (TBI) telt elke seconde. Wanneer het brein te maken krijgt met een plotselinge impact, ontstaat er onmiddellijk schade aan het delicate weefsel binnen en rondom de hersenen. Eén van de grootste uitdagingen in de acute fase is het ontstaan van oedeem—een zwelling veroorzaakt door vochtophoping, zowel binnen (intracellulair) als buiten (extracellulair) de hersencellen, maar nog altijd binnen de beperkte ruimte van de schedel. Deze drukverhoging kan leiden tot verdere schade en kan zelfs levensbedreigend zijn.

In dit prille en kritieke moment wordt het zelfherstellend vermogen van het lichaam zwaar op de proef gesteld. Nieuwe supplementen ontwikkeld door MacroGenix—namelijk MGX-S12 paranootolie, Tumerex-Pluz en Meth-M-912—lijken een belangrijke rol te kunnen spelen in het ondersteunen van het brein tijdens deze kwetsbare fase.

De acute fase van TBI: een race tegen de klok

Na een traumatisch letsel begint het lichaam vrijwel direct met het bestrijden van schade. Toch is deze reactie vaak dubbelzinnig. Enerzijds probeert het immuunsysteem schade te beperken, anderzijds leidt het ontstekingsproces tot nog meer zwelling, celschade en druk in het hoofd.

Het gebruik van krachtige antioxidanten, ontstekingsremmende plantenextracten en ondersteunende micronutriënten is wetenschappelijk onderbouwd als waardevol bij hersenschade. In een veld waar vaak weinig opties beschikbaar zijn in de vroege fase na letsel, kunnen MGX-S12, Tumerex-Pluz en Meth-M-912 mogelijk een natuurlijke en veilige ondersteuning bieden.

MGX-S12: een bron van selenium voor neurologische bescherming

MGX-S12 is een paranootolie boordevol selenium, een mineraal met sterke antioxidatieve en ontstekingsremmende eigenschappen. Selenium speelt een bewezen rol in het beschermen van zenuwweefsel, het remmen van oxidatieve schade en het ondersteunen van het immuunsysteem. Deze eigenschappen maken het bij uitstek geschikt als ondersteuning bij de herstelfase van hersentrauma. Bovendien bevat MGX-S12 een gebalanceerd profiel van omega-vetzuren, vitamine E, en zink—allemaal relevant voor de hersenfunctie.

Tumerex-Pluz: curcumine als natuurlijke ontstekingsremmer

Tumerex-Pluz bevat curcumine, het werkzame bestanddeel van kurkuma, bekend om zijn ontstekingsremmende en antioxidatieve werking. Studies suggereren dat curcumine in staat is om de productie van BDNF (Brain-Derived Neurotrophic Factor) te stimuleren, een cruciaal groeihormoon voor het brein. Daarnaast zou het kunnen bijdragen aan het verminderen van amyloïde plaques, wat relevant is bij neurodegeneratieve ziekten zoals Alzheimer

. In de context van TBI is curcumine interessant vanwege zijn vermogen om zowel neuro-inflammatie te remmen als herstelprocessen te ondersteunen.

Meth-M-912: een synergetische mix van micronutriënten

Meth-M-912 is een combinatie van vitamines (B-complex, C, E), mineralen (magnesium), en bioactieve stoffen zoals MSM en

trimethylglycine. Deze formule is ontworpen

om op cellulair niveau in te grijpen bij stress en schade. Door oxidatieve stress te bestrijden, methylatieprocessen te ondersteunen, en het zenuwstelsel te voeden, helpt Meth-M-912 mogelijk bij het beperken van de systemische gevolgen van een hersentrauma.

Interessant is ook de toevoeging van rode biet en betaïne HCl, stoffen die bijdragen aan een verbeterde doorbloeding en spijsvertering—essentiële factoren bij celherstel en opname van voedingsstoffen.

Een supplement is een aanvulling op een gezonde leefstijl, geen vervanging ervan. Gezond eten, voldoende bewegen en goed slapen blijven het belangrijkste voor je gezondheid.

Kijk voor meer informatie op www.macrogenix.nl

