



NeuroFlits

Editie 3 2026

Functioneel Neurologisch Syndroom: wat is het en hoe ontstaat het?

Uw zenuwstelsel loopt vast, maar er is geen schade te zien.

Plotselinge zwakte in een arm of been, moeite met lopen, trillen, aanvallen die op epilepsie lijken of vreemde gevoelsstoornissen en toch laten scans geen afwijkingen zien. Herkent u dit? Dan kan Functioneel Neurologisch Syndroom (FNS) de verklaring zijn. Uw klachten zijn reëel, maar de oorzaak ligt niet in zichtbare schade. In dit artikel leest u wat FNS precies is en hoe het ontstaat.

Wat is FNS?

FNS, internationaal bekend als Functional Neurological Disorder (FND), is geen nieuwe aandoening. Wel is de manier waarop we ernaar kijken sterk veranderd. Waar men vroeger sprak van 'hysterie' of 'conversiestoornis', weten we nu dat er daadwerkelijk iets misgaat in de samenwerking tussen hersenen en lichaam. De klachten zijn echt niet ingebeeld.

Bij FNS is er geen beschadiging van het zenuwstelsel, maar wel een verstoring in de neurale netwerken ervan. Vergelijk het met een computer waarvan de hardware intact is, maar de software tijdelijk vastloopt. De hersenen sturen voortdurend signalen naar het lichaam en ontvangen signalen terug. Bij FNS raakt die communicatie onregelmatig: bewegingen kunnen blokkeren, spieren voelen plotseling zwak aan, het evenwicht verstoort of het lichaam reageert met aanvallen of schokken. Wetenschappelijk

onderzoek laat zien dat bepaalde hersennetwerken bij FNS anders samenwerken. Dat betekent niet dat iemand zich iets inbeeldt, het betekent dat het zenuwstelsel tijdelijk verkeerd is afgesteld. De World Health Organization erkent FNS inmiddels officieel als neurologische aandoening.

Hoe ontstaat FNS?

FNS ontstaat zelden door één enkele oorzaak. Vaak is het een samenspel van factoren. Soms begint het na een lichamelijke gebeurtenis, zoals een val, operatie, infectie of hersenschudding. Soms speelt langdurige stress, emotionele belasting/trauma of extreme vermoeidheid een rol. Bij anderen stapelen verschillende belastingen zich langzaam op, totdat het zenuwstelsel overbelast raakt.

Waarom wisselen de klachten zo sterk?

Veel mensen met FNS merken dat hun klachten per dag of zelfs per uur



Beeld:
iStock/Jezperklauzen

kunnen verschillen. Dat komt doordat het zenuwstelsel sterk reageert op belasting. Stress, vermoeidheid, prikkels of spanning kunnen de ontregeling versterken. Het lichaam komt als het ware in een overgevoelige stand terecht, waarbij het alarmsysteem te scherp is afgesteld.

Het goede nieuws: omdat het systeem ontregeld is en niet kapot, is verbetering mogelijk. In de volgende NeuroFlits leest u hoe het Functioneel Neurologisch Instituut daarbij kan helpen.

Wilt u al eerder meer informatie, of heeft u een vraag?

Neem dan contact op via telefoonnummer: 071 36 201 01 of e-mail: info@fninstitute.com.



Ons spijsverteringsstelsel is veel meer dan een pijplijn voor voedsel

Een gezond brein begint bij gezonde voeding

Wat u eet, heeft niet alleen gevolgen voor uw gewicht of energie. Steeds meer onderzoek wijst uit dat voeding een directe invloed heeft op hoe uw brein functioneert, vandaag, morgen en op latere leeftijd. De sleutel? Die ligt verrassend genoeg in uw darmen.

De communicatie tussen darm en brein

Ons spijsverteringsstelsel is veel meer dan een pijplijn voor voedsel. Wetenschappers spreken van de 'darm-brein-as': een intensieve tweerichtingscommunicatie tussen darmen en hersenen. Die communicatie verloopt via drie routes tegelijk: de nervus vagus (de langste zenuw van ons lichaam), het hormoonstelsel, en het immuunsysteem.

De nervus vagus, ook wel de 'wandelen-zenuw' genoemd, loopt van de hersenstam rechtstreeks naar de organen in de buik. Via deze zenuw sturen de darmen voortdurend signalen naar het brein: over de toestand van het spijsverteringskanaal, de samenstelling van de darmflora en de aan- of afwezigheid van ontstekingen. Ongeveer 90 procent van die signalen gaat van de darmen náár het brein en slechts 10 procent andersom.

De rol van de darmflora (microbiota)

De darmflora, de biljoenen micro-organismen, waaronder bacteriën, virussen, gisten en schimmels, die in onze darmen leven, speelt daarin een sleutelrol. Een gezonde en gevarieerde darmflora produceert onder andere kortketenvetzuren en neurotransmitters (signaalstofjes), zoals serotonine. Ja, serotonine: het 'gelukshormoon' dat de

meeste mensen associëren met het brein, maar waarvan maar liefst 90 procent in de darmen wordt aangemaakt.

Wanneer de darmflora uit balans raakt, door eenzijdige voeding, medicatie, stress, antibioticagebruik of chronisch slaapttekort, spreekt men van dysbiose (verstoorde darmflora). De gevolgen kunnen verstrekkend zijn: niet alleen buikklachten, maar ook vermoeidheid, prikkelbaarheid, concentratieproblemen en een verhoogd risico op depressieve klachten.

De lekkende darm

Een gezonde darmwand fungeert als een nauwkeurig selecterende barrière: nuttige voedingsstoffen worden doorgelaten, schadelijke stoffen en ziekteverwekkers worden tegengehouden. Die barrière bestaat uit een enkele laag darmcellen, bijeengehouden door zogenoemde 'tight junctions', letterlijk: strakke verbindingen.

Bij een lekkende darm (leaky gut) raken die verbindingen losser. Kleine moleculen die er normaal niet doorheen zouden komen, zoals bacteriefragmenten, onvolledig verteerde eiwitten en giftige stoffen, kunnen nu toch de bloedbaan bereiken. Het immuunsysteem registreert dit als een bedreiging en reageert met een ontstekingsreactie.

Gevolg: chronische laaggradige ontsteking

Die reactie is aanvankelijk nuttig: het lichaam probeert het probleem te neutraliseren. Maar als de darmwand langdurig doorlaatbaar blijft, ontstaat er een sluimerende, chronische laaggradige ontsteking. Het lichaam maakt daarbij ontstekingsstoffen aan, cytokinen en chemokinen, die via de bloedbaan door het hele lichaam circuleren en daar dan ook ontstekingen veroorzaken.

Voor het brein heeft dit merkbare gevolgen. Ontstekingsstoffen kunnen de bloed-hersenbarrière beïnvloeden, de aanmaak van neurotransmitters verstoren en de communicatie tussen hersencellen vertragen. Mensen merken dit als vergeetachtigheid, een 'wattenhoofd', stemmingswisselingen of vermoeidheid die ondanks voldoende slaap niet overgaat.

Factoren die het risico op een lekkende darm vergroten, zijn onder meer: een voedingspatroon rijk aan bewerkte producten en suiker, chronische stress, overmatig alcoholgebruik, langdurig gebruik van bepaalde pijnstillers (NSAID's) en een gebrek aan vezels.

Bouwen met onverzadigde vetzuren (MGX-CT22D en MGX-VH7)

Ons brein bestaat voor ongeveer zestig procent uit vet, en dan specifiek uit onverzadigde vetzuren, met name onverzadigde-vetzuren zoals DHA (docosahexaeenzuur). Deze vetzuren vormen de bouwstenen van hersencellen en zorgen voor flexibele, doorlaatbare

celwanden die snelle communicatie tussen neuronen mogelijk maken.

Bij een tekort aan hoogwaardige en onverzadigde vetzuren functioneren hersencellen minder efficiënt. Op termijn wordt dit in verband gebracht met een verhoogd risico op cognitieve achteruitgang en neurodegeneratieve aandoeningen. Ons lichaam kan onverzadigde vetzuren maar beperkt zelf aanmaken, het grootste deel moeten we uit voeding halen.

Belang van vezels

Vezels spelen een even belangrijke rol. Ze voeden de goede bacteriën in de darmen, die op hun beurt ontstekingsremmende stoffen aanmaken en de darm-brein-communicatie ondersteunen. Zonder voldoende vezels raakt de darmflora (microbiota) uit balans, neemt de ontstekingsactiviteit toe, en lijdt uiteindelijk ook de hersenfunctie eronder.

De combinatie is cruciaal: vetten bouwen 60 tot 65% van het brein op,

vezels beschermen het via de darmen. Voeding is zo het medicijn voor het brein.

De gouden combinatie voor een scherp brein

- **Vette vis** (zalm, makreel, haring) 2 tot 3 keer per week > rijk aan onverzadigde vetzuren en DHA
- **Walnoten en lijnzaad** > plantaardige bronnen van onverzadigde vetzuren (MGX-VH7)
- **Groenten en fruit** in ruime hoeveelheden > vezels én antioxidanten
- **Volkoren producten** > ondersteunen een gezonde darmflora (microbiota)
- **Hoogwaardige olijfolie** > beschermt hart én hersenen
- **Zo min mogelijk bewerkte producten en geraffineerde suikers** > verstoren de darmbalans

Wat kan het FNI hierin betekenen

Wanneer u met klachten bij het FNI terecht komt, kunnen we onder andere bloed afnemen om voedselintoleranties in kaart te brengen. Het komt vaak voor dat iemand een auto-immuun

aandoening onder de leden heeft, zonder dat zelf door te hebben. Wanneer duidelijk is wat de intoleranties zijn, volgt een voedingsadvies eventueel aangevuld met supplementen om de darmflora in balans te brengen (ook wel microbiota genoemd).

Het is nooit te laat

Gezonde hersenen vragen om een gezonde basis en die begint in de darmen. Met de juiste vetten, voldoende vezels en een goed functionerende darmwand geeft u uw brein de beste ondersteuning, elke dag opnieuw. Kleine aanpassingen in voeding en leefstijl kunnen op termijn een significant verschil maken, ook op latere leeftijd.

Ervaart u klachten die u niet goed kunt plaatsen? Bij het FNI helpen we u graag verder.



Sterke darmen, meer energie

De kracht van vlaszaadvezels uitgelegd

Een gezonde spijsvertering is essentieel voor het hele lichaam. Het zorgt ervoor dat voedingsstoffen goed worden opgenomen en ondersteunt onder andere het immuunsysteem en energieniveau. Toch krijgt niet iedereen voldoende vezels binnen via de dagelijkse voeding.

Een sleutelbegrip in dit supplement MGX-FV is een plantaardig voedings-supplement op basis van vlaszaad-deeltjes, rijk aan vezels en belangrijke voedingsstoffen. Deze vezels helpen de darmwerking te verbeteren en dragen bij aan een gezonde darmflora (microbiota). Daarnaast bevat het product antioxidanten, vitaminen, mineralen en onverzadigde vetzuren, die het lichaam ondersteunen bij onder andere de

energiehuishouding en het verminderen van vermoeidheid. Wat MGX-FV bijzonder maakt, is de combinatie van oplosbare en onoplosbare vezels. Samen met natuurlijke plantaardige stoffen, zoals fytonutriënten, helpt dit het lichaam beschermen tegen schadelijke invloeden zoals vrije radicalen. Ook kan het bijdragen aan een goede hormoonbalans en het behoud van sterke spieren en botten. Daarnaast ondersteunt het supplement verschillende lichaamsfuncties, zoals het zenuwstelsel, hart en bloedvaten en het immuunsysteem.

Kort gezegd: MGX-FV kan een waardevolle aanvulling zijn voor wie zijn darmgezondheid en algehele vitaliteit wil ondersteunen.



Visolie als dagelijkse boost

Wat maakt MGX-CT22D bijzonder?

Een gezonde leefstijl begint bij goede voeding. Toch lukt het niet altijd om alle belangrijke voedingsstoffen binnen te krijgen. Vooral essentiële vetzuren en vitaminen zoals A en D spelen een grote rol in het lichaam. Deze stoffen ondersteunen onder andere het immuunsysteem en diverse biologische processen, maar worden niet altijd voldoende via voeding opgenomen.

MGX-CT22D is een visoliesupplement dat speciaal ontwikkeld is om deze tekorten aan te vullen. Het bevat een hoge concentratie aan hoogwaardige onverzadigde vetzuren (EPA en DHA) en omega-11, afkomstig uit Noord-Atlantische haring. Omdat het lichaam deze vetzuren niet zelf kan aanmaken,

is aanvulling via voeding of supplementen belangrijk. Wat dit product bijzonder maakt, is de manier waarop het wordt geproduceerd. De olie wordt zonder verhitting verwerkt, zodat de voedingsstoffen optimaal behouden blijven. Daarnaast is de gebruikte haring relatief schoon, omdat deze niet dicht bij de zeebodem, zeeoppervlak en kust leeft.

Onderzoek suggereert dat deze visolie kan bijdragen aan een betere cholesterolbalans en ondersteuning van de bloedsuikerspiegel. Ook kan het de huidstofwisseling bevorderen. Kortom: wetenschappelijk onderzoek toont aan dat MGX-CT22D een waardevolle aanvulling kan zijn voor wie zijn gezondheid dagelijks wil ondersteunen.



MACRO GENIX  **POWER OF NATURE**

Deze producten zijn verkrijgbaar op [Macrogenix.nl](https://www.macrogenix.nl)



**Functioneel
Neurologisch
Instituut**

John kreeg een herseninfarct “Mijn halsslagader zat dicht”

In augustus 2024 werd John Voskuijlen (57) midden in de nacht wakker zonder gevoel in zijn been en arm. Hij had een herseninfarct. Wat volgde was een halsslagaderoperatie en de diagnose diabetes type 2. Fysiek herstelde John verbluffend goed, maar de vermoeidheid, evenwichtsproblemen en een verstoorde beeldverwerking bleven. Totdat hij bij het Functioneel Neurologisch Instituut terechtkwam.

Het begon met kleine signalen. In de weken voor augustus 2024 had John Voskuijlen af en toe tijdelijk geen gevoel in zijn rechterarm. Niets groots, maar het voelde niet goed. Tot die ene nacht. „Ik stond op om naar de wc te gaan en mijn rechterbeen had helemaal geen gevoel. Mijn arm ook niet.” Hij waarschuwde zijn vrouw en een ambulance werd gebeld. Tegen de tijd dat die aankwam, was het gevoel alweer teruggekeerd. “Daardoor mocht de ambulance me niet meenemen naar het ziekenhuis. Dat is het protocol in Nederland.”



“Ik ben er heel goed doorheen gekomen”



**Functioneel
Neurologisch
Instituut**

Opgenomen in het ziekenhuis

De volgende ochtend ging John alsnog naar de huisarts, die hem direct doorverwees naar het ziekenhuis. Een scan maakte het onomstotelijk duidelijk: John had een herseninfarct gehad. De neuroloog nam hem meteen op. Maar het bleef daar niet bij. Onderzoek wees uit dat één van zijn halsslagaders vrijwel geheel dichtgeslibd was. En alsof dat nog niet genoeg was: zijn bloedsuiker was gevaarlijk hoog. De diagnose luidde diabetes type 2, iets wat John volledig verraste. “Ik had geen overgewicht, niets.”

Twee weken later volgde een halsslagaderoperatie. Onontkoombaar. “De artsen zeiden: je hebt geen keus. Als je niet opereert volgt een veel zwaarder infarct, of houdt het helemaal op. Dat is geen keuze.” De ingreep was complex: de dichtgeslibde slagader werd geopend en schoongemaakt, terwijl de bloedtoevoer naar Johns hersenen aan een kant tijdelijk werd afgeklemd. De chirurg was achteraf opvallend optimistisch. “Volgens hem is de ader nu beter dan nieuw en hoef ik voor deze klacht nu nooit meer terug te komen. Nou, dat hoop ik maar.”

Last van restklachten

Lichamelijk herstelde John opvallend goed. Geen verlammingen, geen spraakproblemen, aan de buitenkant was er niets te zien. Er bleven drie klachten over. Allereerst: vermoeidheid. Constant, de hele dag. “De neurologen en internisten zeggen dat dat het eerste is wat je merkt na een beroerte.” Daarnaast: een wankel balans. Niet zo erg dat hij viel, maar John voelde het zelf voortdurend. “Vroeger klom ik zo de dakgoot in en

liep ik van de ene kant naar de andere. Nu moet ik me al vasthouden als ik op een huishoudtrapje sta.” En tot slot: zijn ogen. Met een leesbril opkijken en dan weer neerkijken verloor iets van zijn vanzelfsprekendheid. “

Stap voor stap herstellen

John nam de tijd om eerst de diabetes onder controle te krijgen voordat hij verder keek naar de restverschijnselen. “Er spelen zo veel dingen tegelijk. Vermoeidheid kan van de medicatie komen, kan van het infarct komen, kan van de suiker komen. Ik wilde weten wat wat deed.” Tot februari 2025 werkte hij samen met de diabetesverpleegkundige aan de juiste instelling. Met succes: bij de laatste meting zat zijn waarde op het niveau van gezonde mensen, bijna eronder. Pas daarna richtte hij zijn blik op de restverschijnselen. Zijn vrouw had via via gehoord over het Functioneel Neurologisch Instituut in Lisse. Ze zei: “John, met die klachten die je nu hebt... misschien kunnen zij er wat aan doen.” In maart 2025 ging hij voor een intake bij meneer Van der Kuil van het FNI. “Met een aantal ogenschijnlijk eenvoudige testen werd duidelijk dat de communicatie tussen mijn zintuigen en hersenen haperde: visuele informatie binnenkrijgen, verwerken in de kleine en grote hersenen en vervolgens omzetten in handelen; daar zaten verstoringen in.”

Alle resultaten zijn meetbaar

Het behandelplan bestond uit zes sessies in drie weken: persoonlijke begeleiding, de Gyrostim, verschillende tests en sessies in de HBOT (hyperbare zuurstoftent). De extra zuurstof helpt het zuurstoftransport naar de cellen en het weefsel te verbeteren,

wat de vermoeidheid aanpakt. Wat John aansprak aan het FNI was de manier waarop alles meetbaar werd gemaakt. “Ik zit zelf in de meettechniek. Ik wil kunnen kwantificeren wat een verbetering is. Hier word ik iedere keer voor de sessie getest en na afloop opnieuw. Meneer Van der Kuil legt de resultaten netjes uit en past het plan aan als dat nodig is.”

De eerste vier sessies voelde John weinig verbetering. Maar na de vierde begon er iets te verschuiven. „Kleine dingetjes. Op het trapje staan ging iets beter.” Inmiddels heeft hij zo'n twaalf sessies gehad, met steeds langere intervallen ertussen. Het bewijs zit in de kleine dingen. Houtzagen in het bos met zijn gezin. Houtblokken kloven met de hand. “Kloven is eigenlijk een mooie oefening: je ziet het houtblok, je tilt de bijl boven je hoofd, waardoor je hem niet meer ziet, en je slaat. Recht naar beneden, midden in het blok. Dat ging in het begin nog wel eens mis. Nu gaat dat gewoon goed.”

Bijna terug op 100%

Over een paar weken staat de vermoedelijk laatste sessie gepland. John verwacht dat hij dan wordt 'losgelaten', zoals hij het zelf noemt. “Ik heb altijd gezegd: die 100% ga ik nooit meer halen. Maar ik was al blij met 90. En nu zit ik denk ik ergens tussen de 95 en 97%. Daar mag ik niet over zeuren. Echt niet.” Hij zwijgt even. “Ik ben er heel goed doorheen gekomen. Dat weet ik. Maar dat de laatste paar procent ook nog zijn terugkomen, dat is meer dan ik had durven hopen.”