

Het Verhaal van

LEONIE DE JONG | 44

‘Ik werd mijn candida de baas met humuszuur’

“

Met vermoeidheidsklachten, ernstige vaginale afscheiding en jeuk meldde ik me in 2013 bij een natuurarts. ‘Candida’, luidde zijn diagnose. Hij vertelde dat candida een gistachtige schimmel is die niet alleen in de darmen voorkomt, maar ook in de mond, vagina en op de huid. Ben je gezond, dan is er niets aan de hand. Maar raakt je

immuunsysteem uit balans, dan kun je minder goed weerstand bieden tegen dit soort micro-organismen.

Waarom ik niet naar mijn huisarts ging? Mijn vader had vroeger reuma. Zijn arts zei dat hij in een rolstoel zou eindigen. Maar een natuurarts vertelde hem anders te gaan eten; daarvan leefde hij op en nu is hij klachtenvrij. Ook met mijn zontje maakte ik iets dergelijks mee. Als 5-jarige huilde hij veel, had last van eczeem en zag altijd witjes. Pas nadat ik op advies van een orthomoleculair arts zowel gluten als zuivel uit zijn dieet schrapte, knapte hij op. Nu heeft hij nergens meer last van.

Toen ik de diagnose candida kreeg, had ik net een opleiding tot voedingsdeskundige afgerond. Het was een kleine stap om me te gaan verdiepen in de relatie tussen candida en voeding. Wekenlang at ik uitsluitend groenten, eieren en roomboter. Koolhydraten en suikers liet ik staan. Ik werd erg mager, maar voelde me wel veel fitter. De jeuk bleef weg, mijn spierkracht keerde terug en ook de andere klachten verdwenen.

Tot ik een zware voorhoofdsholteontsteking kreeg. Opnieuw werd ik heel moe, had ik weer veel spierpijn. Nog een paar maanden later kwam ik terecht op de Spoedeisende Hulp na een verschrikkelijke buikpijnaanval. Daar lachte de gynaecoloog mijn candidaverhaal weg.

Verder zoekend sleepte ik mezelf door het leven, tot ik in 2014 werd gewezen op een online candidaplatform in de VS. Ik kwam in contact met de mensen hierachter en van hen leerde ik dat bepaalde vruchten en koolhydraten juist wél belangrijk zijn om te eten. Ik las ook dat factoren als stress, pilgebruik en eerdere antibioticakuren je weerstand kunnen verzwakken, waardoor de candida meer kans krijgt. Maar de spijker op zijn kop sloeg een homeopaat: hij wees me op de gunstige effecten van humuszuur. Candida scheidt namelijk afvalstoffen uit. Humuszuur bindt zich aan die afvalstoffen, en daardoor konden die eindelijk door mijn lichaam worden uitgescheiden. De candida verstoorte mijn lichaam niet langer. Na een korte ontgiftingsreactie was ‘het vuil’ uit mijn lichaam verdwenen. Sindsdien heb ik nergens meer last van.”

< TEKST ARNOUD KLUITERS >

DISCLAIMER

Dit is het persoonlijke verhaal van Leonie de Jong. De informatie die zij geeft, is niet door ons getoetst en het is ons dus niet bekend of deze een medische/wetenschappelijke basis heeft. Ga bij klachten altijd naar je huisarts of medisch specialist.



HEB JE OOK IETS BIJZONDERS MEEGEMAAKT OP HET GEBIED VAN GEZONDHEID?

Stuur een e-mail naar s.aue@spn.nl en vertel in het kort je verhaal. Onze redacteur Arnoud Kluiters neemt dan wellicht contact met je op.