

Milieugevoeligheden – I. Allen krijgen dezelfde stressklachten door een zieke leefomgeving

Hugo Schooneveld

Samenvatting

Door de mens-gemaakte onnatuurlijke milieufactoren –‘stressoren’- als bijvoorbeeld elektromagnetische velden (EMV), synthetische geuren, UV licht en laagfrequente geluid roepen bij ‘gevoelige’ personen stressreacties op. De symptomen zijn in alle milieugroepen die zich EHS, MCS, CPLD of LfG noemen dezelfde. Niet de stressor veroorzaakt dus rechtstreeks de klachten, maar het stresssysteem dat na detectie van de milieutrigger in actie komt. Ter vergelijking nemen we de klachten mee van mensen met PTSS en van door Covid-19 veroorzaakte Coronazielen. Die stresssymptomen van de laatste groepen zijn identiek aan die van de mensen met milieuklachten. De klachten die men ervaart zijn dus niet op zichzelf onderscheidend en moeten bij een hulpvraag dus liefst gekoppeld worden aan de milieufactor die ze veroorzaakt heeft. Ieder voor zich moet zich ervan overtuigen dat eliminatie van die factor inderdaad leidt tot opheffing of vermindering van de gezondheidsklachten. Want de sympathie voor klachten of ziektebeeld is gering.

Milieu’gevoeligheid’ leidt tot gezondheidsklachten

De mens in bezig zijn leefomgeving te vergiftigen met welvaartresten als foute elektromagnetische velden, geuren van chemische verbindingen, laagfrequente geluiden en overmaat UV licht.

De klachten die 1-3% van de mensen ontwikkelen bij blootstelling aan elektromagnetische velden (EMV) zijn uitgebreid gedocumenteerd ¹. EMV zijn voor hen feitelijk een milieu’trigger’. Zo zijn er vele soorten milieutriggers die een persoon problemen van fysiologische stress kunnen geven ² In gesprekken met ‘milieugevoeligen’ voor elektromagnetische velden (EHS), geuren/chemische verbindingen (MCS), ultraviolet licht (CPLD), laagfrequente geluiden (LFG) en bijbehorende patiëntenorganisaties horen we steeds dezelfde soorten gezondheidsklachten. Een overzicht van de meest voorkomende en gezamenlijke klachten is gegeven in tabel 1. Daar heb ik ter vergelijking aan toegevoegd de klachten genoemd door mensen die op een IC na een langdurige Covid-19 behandeling herstellende zijn.

Vergelijking gezondheidsklachten door meerdere klimaat triggers

Er is dus geen verband tussen de aard van de milieutrigger en de aard van de klachten die men noemt als gezondheidseffect. Er moet een onderliggende egaliserende factor zijn die de overeenkomsten in klachten verklaart. De oplossing ligt misschien in de manier waarop de storende milieutrigger na ontvangst in het lichaam wordt ‘verwerkt’ en naar de hersenen doorreist waar alarm wordt geslagen. Fysiologische stressreacties worden in gang gezet om het ‘gevaar’ te keren. Die acties zijn per definitie tot mislukken gedoemd omdat niet het lichaam in nood is, maar het besturingssysteem – de hersenen inclusief het stresssysteem. Reacties verlopen verder stereotiep.

Slaapproblemen worden door bijna iedereen als eerste reactie op stress genoemd. De gevolgen daarvan kunnen voor iedereen min of meer gelijk zijn. Het maakt niet uit wat de stressor is geweest, lichamelijke stress heeft voor ieder ongeveer gelijke kenmerken. Het ontstane slaapgebrek leidt tot een cascade van lichamelijke en psychische acties, met klachten zoals die uit het lijstje. Tussen personen zijn er wat verschillen, maar binnen een persoon is er consistentie. In een volgende blog gaan we nader in op de lichamelijke reacties op milieutriggers.

Een eerste inspectie leert al dat er tussen de klachtengroepen een grote overeenkomst bestaat en dat klachten van Coronapersonen daar perfect bij passen.

Tabel 1. Antwoorden van uiteenlopende groepen milieuschltoffers op vragen naar de meest voorkomende milieutriggers die gezondheidsklachten veroorzaken.

Gezondheidsklachten					
Gezondheidsklacht	EMV / EHS [Ref 3]	Geur / MCS [Ref 4]	UVlicht / CPLD [Ref 5]	Geluid / LFG [Ref 6]	Virus-infectie / Covid-19 [Ref 7]
Slaap/waakproblemen	✓	✓	✓	✓	✓
Chronische vermoeidheid	✓	✓	✓	✓	✓
Nervositeit	✓	✓		✓	✓
Hoofdpijn / migraine	✓	✓	✓	✓	✓
Duf hoofd	✓	✓			
Slijmvliesirritatie / verkouden	✓	✓			✓
Concentratiegebrek	✓	✓	✓		✓
Geheugenproblemen	✓	✓			✓
Tinnitus / oorsuizingen	✓	✓	✓	✓	✓
Duizeligheid	✓	✓	✓	✓	✓
Malaise /griepgevoel	✓	✓	✓		
Depressie	✓	✓		✓	
Agressie	✓	✓		✓	
Angst	✓	✓		✓	
Hart/vaatproblemen	✓	✓	✓	✓	✓
Fibromyalgie	✓	✓			
Gewrichtspijn	✓	✓	✓		✓
Lichaamstrillingen	✓			✓	✓
Huidproblemen / erytheem	✓	✓	✓		✓

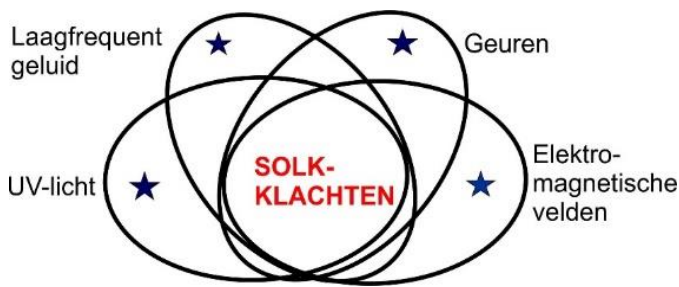
Let wel, de klachten zijn gehaald uit antwoorden op vragenlijsten voorgelegd aan vertegenwoordigers uit de onderscheiden groepen. Niet alle vragenlijsten waren hetzelfde, sommige vragen werden niet binnen alle groepen gesteld. Er vallen daardoor lege plekken in de tabel. Maar de boodschap is duidelijk: de klachtenlijstjes zijn bijna identiek voor alle groepen.

Kruisverbanden en verwarring

Er zijn mensen met meerdere gevoeligheden tegelijk: elektrogevoeligen met comorbide intoleranties voor geuren of UV licht. lichtgevoeligen met gevoeligheid voor ook EMV, enzovoort. Blijkbaar hebben deze mensen een uiterst gevoelig afgesteld systeem voor detectie van ongebruikelijke omgevingsprikkels. Maar gezien het ontbreken van de relatie tussen triggersoort en klachtenpatroon is het omgekeerde niet waar: iemand met een lichtallergie mag niet zonder meer vanuit zijn klachtenpatroon afleiden dat UV licht 'zijn' milieutrigger is. Vanuit zijn algemene overgevoelige zintuigstysteem kan hij net zo goed voor een nog onontdekte trigger worden geplaagd. Kortom, dit is een vaag gebied waarin iedereen naar beste inzichten zijn weg zoekt, sommige opties onbedoeld terzijde schuivend.

Grafische voorstelling van het probleem

Naar een idee van [8] is het verschijnsel van co-morbiditeit als volgt grafisch in beeld te brengen. Let op de gemeenschappelijkheid van de groep somatisch onverklaarde lichamelijke klachten (SOLK) ⁹ (figuur 2):



Figuur 2. Verklarend model voor de overlap in gezondheidseffecten door milieustressors als ultraviolet licht, laagfrequent geluid, geuren van onnatuurlijke oorsprong en elektromagnetische velden. Iedere milieugevoelige heeft zijn eigen identiteit, maar deelt zijn probleemgroepen met anderen. Milieu-sensitieve personen worden steeds op dezelfde manier ziek en vertonen dezelfde klachten. Milieutriggers zijn vaak onnatuurlijk en door mensen ontwikkeld of gewijzigd.

Hulp gevraagd

Wie meent overgevoelig te zijn voor de een of andere milieufactoor, zal zijn arts vragen stellen over wat hij eigenlijk aan moet met zijn toestand. De arts heeft geen antwoord op dat verzoek omdat het probleem niet is beschreven. Er zijn tenslotte geen meetbare of detecteerbare lichamelijke afwijkingen en hij kan geen diagnose stellen. Veel meer dan kalmerende pillen voorschrijven zit er niet in, tenzij er duidelijke psychische afwijkingen te constateren zijn. De problemen vallen onder het begrip 'somatisch onvoldoende verklaarde lichamelijke klachten (SOLK) ⁹ en intussen zijn er gespecialiseerde instituten opgericht om dergelijke patiënten te helpen. Daar ziet men het probleem als een psychologisch geval waar de patiënt mee moet zien te leven. Cognitieve gedragstherapie is de favoriete behandeloptie. Diverse mensen uit groepen van milieutriggers hebben met de behandeling ingestemd, maar heel zelden zegt men daarvan te zijn opgeknapt; in tegendeel.

Presenteer uzelf niet als zieke, maar als milieugevoelige, zoekend naar een oplossing

Kortom, u zoekt het zelf maar uit. Informatie van de stichting elektrohypersensitiviteit [3] kan u op weg helpen. In digitale vorm is er informatie over hoé uit te vinden waar het bij u aan schort, hoe met de klacht om te gaan en wat er eventueel aan de vijandige elektromagnetische velden is te veranderen opdat het leven dragelijk wordt ¹⁰. Deze informatie is voor de gemiddelde burger niet eenvoudig te vinden. Daarom zou het wenselijk zijn dat er in dit land belangstelling voor deze problematiek komt en er een medisch centrum wordt ingericht waar mensen de juiste weg naar herstel wordt gewezen, naar analogie van de Duitse 'Klinische Umweltmedizin' kliniek van Professor Peter Ohnsorge te Würzburg (D) ¹¹.

Referenties

1. Schooneveld H. et al 2016. *Electromagnetic field reduction restores health of electro-sensitive people.* [https://www.hugoschooneveld.nl/pdf_bestanden/pdf_overige_publicaties/electromagnetic field reduction restores health of_electrosensitive_people.pdf](https://www.hugoschooneveld.nl/pdf_bestanden/pdf_overige_publicaties/electromagnetic_field_reduction_restores_health_of_electrosensitive_people.pdf)
<https://tinyurl.com/y64amn43>
2. Genuis S.J. 2010. *Sensitivity-related illness: The escalating pandemic of allergy, food intolerance and chemical sensitivity.* Sci. Total Environ. 408: 6047-6061. https://www.researchgate.net/publication/47336025_Sensitivity-related_illness_The_escalating_pandemic_of_allergy_food_intolerance_and_chemical_sensitivity
<https://tinyurl.com/y5czn293>
3. Stichting Elektrohypersensitiviteit (EHS) www.stichtingehs.nl
4. Stichting Multichemical sensitivity (MCS) <http://stichtingmcs.nl>
5. Stichting Laagfrequentgeluid (LfG)– <http://laagfrequentgeluid.nl/>

6. Vereniging Chronisch polymorfe lichtdermatose (CPLD) <http://cpld.nl>
7. **O'Donnell J. & K. Pineda 2020.** *Long-lasting COVID symptoms from lungs to limbs linger in coronavirus 'long haulers'*
<https://eu.usatoday.com/in-depth/news/health/2020/07/25/covid-19-long-haulers-fight-months-lingering-symptoms/5420534002/>
<https://tinyurl.com/yxaa5ane>
8. **Palmquist A. et al 2014.** *Overlap and prevalence between various types of environmental intolerance.*
Int. J. Hygiene and Environmental Health. 217: 427-434.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24029726/>
<https://tinyurl.com/y4f7bqx9>
9. **NHG-standard.** *Somatisch onvoldoende verklaarde lichamelijke klachten (SOLK)*
<https://richtlijnen.nhg.org/standaarden/somatisch-onvoldoende-verklaarde-lichamelijke-klachten-solk>
<https://tinyurl.com/y5e2lkwa>
10. Website www.hugoschooneveld.nl
11. **Klinische Umweltmedizin.** *Kliniek van Peter Ohnsorge te Würzburg.*
<https://www.linkedin.com/company/scopro-klinische-umweltmedizin/>
<https://tinyurl.com/y2msyg6t>

Dr. Hugo Schooneveld, Wageningen 20-10-2020

EHSblog nr. 58

Voor eerdere blog, zie <https://www.hugoschooneveld.nl/inhoud/blogs.php>

Via de Contactpagina van de website kan men zich aanmelden voor automatische toezending van EHSblogs