

NEURO FLITS

Editie 7
2024

Mini magazine

Fit de wintermaanden doorkomen?

Ondersteun je lichaam met de MGX-CT22D visolie

Een lichaam dat minder gezond wordt, dat wil niemand. Maar helaas is het menselijk lichaam niet in staat om zelf alle dagelijks gerichte essentiële meervoudige, onverzadigde vetzuren, en Vitamine A en D aan te maken. Terwijl dit de bouwstenen zijn voor alle biologische processen die in ons lichaam plaatsvinden!

Deze 'bouwstenen' moeten we tot ons nemen door middel van voeding of door supplementen. Deze essentiële meervoudige, onverzadigde vetzuren zijn rijkelijk aanwezig in vette vissoorten, met name haring (olie).

3 voor de prijs van 2

De MGX-CT22D is het voedingssupplement van Macrogenix dat al deze essentiële bouwstoffen bevat. Ideaal om uw lichaam te ondersteunen tijdens de wintermaanden. Daarom hebben we nu een mooie aanbieding voor u. Bestelt u twee flesjes van deze visolie, dan krijgt u de derde gratis! Let op: deze aanbieding geldt tot en met 17 januari 2025.

Dit maakt de visolie MGX-CT22D van Macrogenix uniek:

- Rijk aan essentiële vetzuren en hoogwaardige Vitamine A en D, ter ondersteuning van het immuunsysteem.
- De visolie wordt gewonnen uit de Noord-Atlantische haring en soortgenoten welke nauwelijks toxische milieuverontreinigende stoffen bevatten, doordat deze niet vlak bij de zeebodem, het wateroppervlak of de kust zwemmen. Bovendien is deze vis absoluut vrij van antibiotica en dioxines, dit in tegenstelling tot olie van gekweekte zalm.
- Dit is een uiterst kwalitatief, puur, koud geperst (18-21 graden) en onbewerkt concentraat dat de optimale verhouding Omega-3 EPA/DHA in combinatie met Omega-11 Cetoleïnezuur heeft, aangevuld met een citroenextract.
- Draagt bij tot een gezonde cholesterol stofwisseling.
- Ondersteunt de insuline en glucosespiegel.
- Ondersteunt de huid-stofwisseling.



Nieuws van de NeuroToxicity Research Foundation

Er gebeurt van alles op het gebied van het onderzoek naar het Aerotoxic Syndroom. Zo zijn de eerste piloten gestart met een bloedonderzoek. In dit onderzoek gaan we op zoek naar de verschillen die we kunnen ontdekken op celniveau voor en na een vlucht. Mooi nieuws!

Daarnaast is meneer Van der Kuil onlangs op een internationaal congres over het Aerotoxic Syndroom aanwezig geweest. Hij sprak daar met verschillende onderzoekers, oud-vliegers en deskundigen over dit onderwerp.



Nieuwsgierig geworden? We vertellen er veel meer over in het Neuro Toxic News. Via de QR-code kun je de laatste editie lezen.



Tip: door je te abonneren op de nieuwsbrief van de NeuroToxicity Research Foundation ben je altijd als eerste op de hoogte van de meest recente ontwikkelingen.



**Functioneel
Neurologisch
Instituut**

Henk kan weer pijnvrij bewegen

Een last van zijn schouders

Henk Grimbergen, een energieke fietsenmaker, had nooit gedacht dat een iets te enthousiaste actie bij een verhuizing hem jarenlang pijn en beperkingen zou bezorgen. Na jaren van fysiotherapeut naar fysiotherapeut te zijn gestuurd, besluit hij contact op te nemen met het FNI. Hier wordt hij behandeld door chiropractor Ronald van der Kuil.

Een rolcontainer en een verkeerde beweging

“Het begon onschuldig,” vertelt Henk. “Ik stond op het werk en wilde een zware rolcontainer vol bakken met boutjes en schroefjes vooruitduwen de vrachtwagen in. We zaten midden in de verhuizing naar een ander pand. De rolcontainer dreigde terug te rollen, dus ik probeerde hem tegen te houden maar het ding gleed toch weg, en ik voelde een steek in mijn schouder. Ik voelde direct dat het niet goed was en had de rest van de dag en de avond een stekende pijn.”

Fysiotherapeut na fysiotherapeut

In de weken na het incident overlijdt Henks vader. “Dat was het moment dat mijn wereld letterlijk even stil kwam te staan. Ik had tijd nodig om het verlies te verwerken en mijn lijf gaf daarnaast duidelijk aan dat het rust nodig had. Wat volgde, was een jarenlange zoektocht. Henk probeerde alles: fysiotherapie, psychologen, en zelfs consulten in het ziekenhuis. “Ik ging van het kastje naar de muur,” zegt hij. “Bij de fysiotherapeut probeerden ze van alles, maar er kwam geen verbetering. Het enige wat ik hoorde was: ‘We kunnen niks meer voor je doen’. En hop, dan werd Henk weer doorgestuurd naar de volgende gespecialiseerde fysiotherapeut. In het ziekenhuis overwoog men een operatie. Maar toen de scans werden bekeken, werd hem verteld dat er niets op te zien was. “Er was geen duidelijke schade zichtbaar. Dat sloeg me echt uit het veld,” vertelt Henk. Ondertussen ging zijn leven bergafwaarts. “Ik kon niet meer werken, slapen ging nauwelijks door de pijn, en ik raakte steeds meer gefrustreerd. Ik begon te denken dat het nooit meer goed zou komen.”

Zwaar beschadigd en ontstoken

Na twee jaar pijn en teleurstelling kwam de ommekeer. Henk besluit contact op te nemen met een oude bekende: Ronald Van Der Kuil van het Functioneel Neurologisch Instituut. “Hij zei: ‘Kom langs, ik weet zeker dat we je kunnen helpen’.”

Bij het FNI kreeg Henk eindelijk duidelijkheid. “Meneer Van Der Kuil keek naar mijn schouders en zei: ‘Dit is duidelijk een mechanisch probleem.’ Hij legde uit dat mijn pezen door de overbelasting zwaar beschadigd en ontstoken waren. Dat had al die tijd voor de pijn gezorgd.” De behandeling was gericht en effectief. “

Hij begon met mijn schouders uit te lijnen en de pezen los te maken met een soort intensieve massage. Ik had geen idee wat ik moest verwachten, maar na de eerste sessie voelde ik al verschil.” Na drie sessies was de scherpe pijn grotendeels verdwenen. “Ik dacht eerst: dit kan niet waar zijn. Maar het werkte echt. Voor het eerst in jaren kon ik weer normaal bewegen.”

Voor 80% beter

“Ik kan weer dingen doen die ik jaren niet kon. Een strandwandeling maken, klusjes in huis, zelfs gewoon lekker zitten zonder pijn – dat klinkt misschien simpel, maar voor mij is dat geweldig.” Ook slapen gaat beter. “Voorheen sliep ik maar drie uur per nacht door de pijn. Nu slaap ik weer redelijk normaal. Dat doet zoveel voor je energie en humeur.” Hoewel hij nog niet helemaal klachtenvrij is, voelt Henk zich 80% beter.



Als Henk terugkijkt op zijn lange zoektocht, overheerst een gevoel van gemiste tijd. “Ik ben zo blij dat ik nu geholpen ben, maar het frustreert me dat het zo lang heeft geduurd. Al die jaren van pijn en beperkingen hadden voorkomen kunnen worden als iemand eerder had gezien wat het probleem was. Bij al die specialisten werd ik niet verder geholpen, terwijl ze wel telkens zeiden: ‘Blijf maar proberen.’ Maar het werkte gewoon niet. Dat is zonde van de tijd, niet alleen voor mij, maar ook voor hen.”

Toekomstperspectief

Henk kijkt nu voorzichtig vooruit. “Ik ben niet meer dezelfde als voor het incident, maar ik kan weer dingen doen die belangrijk voor me zijn. Ik denk er zelfs over om weer te gaan werken, al weet ik nog niet precies wat.”



Extra ondersteuning bij het herstel

Naast de chiropractische behandelingen die Henk kreeg, wordt de gezondheid van zijn lichaam ondersteunt met twee supplementen: Mito Oxy en MGX DB10

De Mito Oxy ondersteunt verschillende onderdelen:

- de cellen en het DNA van de cel
- het immuunsysteem / -functie
- de ontgiftiging van de lever
- de energieproductie van de cellen
- een krachtige antioxidant functie

Bovendien bevat het supplement Superoxidedismutase. Dit is een essentieel enzym, dat aanwezig is in alle levende cellen en dat de beschermende functie binnen de celfunctie ondersteunt.

De MGX-DB10 ondersteunt de huid- en maag/darm functies- en zorgt mede voor de optimale werking van het immuunsysteem.

Door onder andere het immuunsysteem en de energieproductie van de cellen te ondersteunen, helpt Henk zijn lichaam in het herstelproces.



Is het de volle maan? Begint je hoofd te malen, zodra je tot rust komt? Heb je je laten verleiden om toch tot laat in de avond op je telefoon te scrollen? Of heb je door omstandigheden een verhoogde bloeddruk waardoor je lichaam moeilijk ontspant? Er zijn redenen genoeg waarom het niet lukt om lekker (en snel) in slaap te vallen. En je bent niet de enige die urenlang ligt te woelen of naar het plafond staart. Gelukkig valt er iets aan te doen.

Bij het Functioneel Neurologisch Instituut is het een vaak gehoorde klacht: slecht slapen. Niet alleen heb je na zo'n doorwaakte nacht weinig energie, te weinig nachtrust is ook op neurologisch gebied geen aanrader. En dus werkten we aan een oplossing. Samen met DJ Maus hebben we acht muziekstukken samengesteld die ervoor zorgen dat je lichaam en geest ontspant.

Oergeluiden voor meer rust

DJ Maus: "Ik ben met dit project gestart door te onderzoeken welke geluiden en tonen voor ontspanning kunnen zorgen. Ik heb er veel research naar gedaan en meneer Van der Kuil attendeerde mij op de solfeggio tonen, oergeluiden die bepaalde frequenties hebben. Denk maar aan een Aum-geluid dat veel bij meditatie wordt gebruikt. De ene frequentie zorgt ervoor dat je bijvoorbeeld goed kunt aarden, de ander zorgt voor diepe ontspanning en zo heeft elke frequentie zijn eigen werking. Om die toon heen heb ik muziek gemaakt. Ik zocht er andere geluiden en tonen bij. Daarnaast heb ik gebruik gemaakt van zeegeluiden of andere natuurgeluiden. Zo zorgde ik ervoor dat elk muziekstuk aangenaam is om naar te luisteren."

Kies de muziek die u het mooist vindt

Dankzij de muziek vallen mensen met chronische slaapproblemen, makkelijker toch in slaap na het beluisteren van de muziek. Bovendien neemt de bloeddruk af bij die mensen die een hoge bloeddruk hebben.

In totaal ontwikkelde de DJ acht muziekstukken voor het Functioneel Neurologisch Instituut.

De muziek bestaat uit allerlei geluiden zoals van piano, viool, strings etc. Er is voor ieder wat wils. Dus wat denkt u? Is het tijd voor een goede nachtrust?

Muziek kopen?

De muziek is vanaf nu op een usb-stick te koop via het Functioneel Neurologisch Instituut. Voor meer informatie: info@fninstitute.com.

A man with dark hair and a beard is lying in bed, wearing white headphones and holding a smartphone in his right hand. He appears to be asleep or resting. The bed has white pillows and a white sheet. The background shows a wooden headboard with light-colored panels. A teal vertical bar is on the left side of the image.

Dat klinkt als muziek in de oren!

Slaapliedjes voor volwassenen

Melissa (26) klapte met haar hoofd
tegen de punt van de kast

“Niet zeuren, maar doorgaan”

Melissa's verhaal begint drie jaar geleden met een ogenschijnlijk klein ongeluk, dat haar leven drastisch verandert. Drie jaar lang moddert ze aan met revalidatietherapie en ergotherapie. Bij het Functioneel Neurologisch Instituut vond ze uiteindelijk de hulp die ze nodig had.

“Ik had geen idee dat het zo ernstig zou zijn,” begint Melissa. “Het gebeurde gewoon tijdens het werk. Ik stond op om iets te pakken, en bam, met mijn slaap tegen de hoek van een kastje.” De pijn leek aanvankelijk mee te vallen. “Ik dacht: het zal wel. Even flink gestoten, dat trekt wel weg.” Maar diezelfde avond begon ze zich vreemd te voelen. “Ik werd zó moe. Mijn moeder vroeg nog of ze me 's nachts voor de zekerheid moest wakker maken, maar dat leek me niet nodig.”

Rust als redmiddel

De volgende dag voelde ze zich nog slechter: hoofdpijn, misselijkheid en een extreme vermoeidheid. “Ik wist toen: dit is niet normaal. De huisarts dacht dat het een hersenschudding was en adviseerde me om het een paar dagen rustig aan te doen.” Melissa meldde zich ziek, maar probeerde na twee dagen toch weer te werken. “Ik ben zo opgevoed: niet zeuren, gewoon doorgaan,” legt ze uit. Toch moest ze daar al snel mee stoppen. “Het ging gewoon niet meer. Ik heb twee drukke banen, een op de kinderopvang en een achter de receptie van een vakantiepark. Ook nu zei de huisarts dat ik gewoon rust moest nemen. Langskomen was niet nodig. Toen het na twee maanden nog niet beter ging, wilde de huisarts me voor het eerst zien.

Volop therapie, weinig resultaat

Melissa werd doorverwezen naar een ergotherapeut en revalidatiearts. “Ze zeiden steeds hetzelfde: je moet je balans vinden tussen dingen doen en rust nemen. Maar wat betekent dat eigenlijk? Ik ben jong, ik wil werken,

sporten, uitgaan. Niet balanceren op een half leven.” Toch probeerde ze alle adviezen op te volgen. Ze volgde therapieën, maar zonder noemenswaardige verbetering. “Het was zo frustrerend. Niemand leek echt te begrijpen wat er aan de hand was.” Pas zes maanden later, in september 2022, kreeg ze een hersenscan, maar daarop was niets meer te zien. “Het voelde alsof ik steeds tegen een muur opliep.”

Eindelijk iemand die haar begreep

Begin 2024 kwam Melissa via een dorpsgenoot in aanraking met het Functioneel Neurologisch Instituut (FNI). “Haar vader kende die mensen, dus ik dacht: waarom niet? Ik had niets meer te verliezen.” Het eerste contact met FNI gaf haar meteen vertrouwen. “Ze luisterden echt en begrepen mijn klachten. Dat was voor het eerst in jaren.”

De Behandeling: Kleine Stappen naar Groot Herstel

Bij FNI begon Melissa met uitgebreide testen. “Ze hebben echt alles nagekeken. Mijn balans, mijn reactievermogen, zelfs hoe mijn ogen zich bewegen. Ik deed er oefeningen, zat in de Gyrostim (de balansstoel) en deed sessies in de zuurstoftent. De eerste paar dagen vond ik meneer Van Der Kuil echt niet leuk, het leek alsof alle klachten erger werden. Maar daarna knapte het op.” De behandelingen waren intensief en gericht op herstel van de neurologische verbindingen in haar hersenen. “Ze legden uit dat mijn hersenen door die klap uit balans waren geraakt. Dat verklaarde ineens zoveel – van mijn hoofdpijn tot de overprikkeling.”

Het Resultaat: Een Nieuw Begin

Melissa heeft nu drie maanden behandelingen achter de rug en merkt duidelijke verbetering. “Ik kan weer dingen doen die ik jaren niet kon,” zegt ze. “Ik werk weer, niet fulltime, maar het gaat de goede kant op. En als ik moe ben, weet ik hoe ik moet herstellen.” Overprikkeling blijft een uitdaging, maar ze heeft geleerd hoe ze daarmee om kan gaan. “Als het me te veel wordt, neem ik even twintig minuten voor mezelf. Daarna voel ik me weer herboren.” Toch is ze nog niet volledig hersteld. “Sommige dagen zijn moeilijk. Ik wil zó graag alles doen: werken, sporten, uitgaan. Maar ik



weet nu dat ik mijn lichaam de tijd moet geven.” Melissa kijkt met gemengde gevoelens terug op de afgelopen drie jaar. “Het was zo moeilijk om serieus genomen te worden. Niemand ziet dat je iets mankeert. Als je been gebroken is, snappen mensen het. Maar met hersenletsel is dat anders.” Vooral in het begin voelde ze zich vaak onbegrepen, zelfs door haar omgeving. “Mijn ouders vonden het in het begin lastig. Maar nu steunen ze me volledig, net als mijn vriendinnen.”

Blik vooruit

Melissa kijkt voorzichtig optimistisch naar de toekomst. “De behandelingen hebben me zoveel gebracht. Ik heb het gevoel dat ik mijn leven weer terugkrijg.” Toch blijft ze realistisch. “Ze hebben me gezegd dat het drie jaar kan duren voordat ik helemaal herstel. Dat klinkt lang, maar ik weet dat ik op de goede weg ben.” Haar grootste wens? “Gewoon weer alles kunnen doen wat ik wil. Werken, sporten, uitgaan. Het leven leiden dat bij mijn leeftijd past.”

Zuurstof therapie in het nieuws

Zo ga je Post Covid te lijf!

Henk Grimbergen, een energieke fietsenmaker, had nooit gedacht dat een iets te enthousiaste actie bij een verhuizing hem jarenlang pijn en beperkingen zou bezorgen. Na jaren van fysiotherapeut naar fysiotherapeut te zijn gestuurd, besluit hij contact op te nemen met het FNI. Hier wordt hij behandeld door chiropractor Ronald van der Kuil.



Vermoeidheid, concentratieproblemen, overgevoeligheid voor licht en geluid; het zijn enkele klachten waar 90.000 post-covidpatiënten in Nederland dagelijks mee te maken hebben. Tot nu toe leverden behandelingen zoals fysiotherapie weinig op.

Hyperbare zuurstoftherapie

Hyperbare zuurstoftherapie is gebaseerd op de kennis die onder andere is opgedaan in de duikwereld. Wanneer we onder druk zuurstof toedienen aan ons lichaam, kan die zuurstof zich beter verplaatsen en is de kans op herstel van trauma aanzienlijk groter. In een aantal ziekenhuizen wordt een dergelijke therapie toegepast. Dan worden verschillende patiënten tegelijk behandeld. Bij het Functioneel Neurologisch Instituut kunt u nu terecht voor een behandeling in onze zuurstoftent, de HBOT. In onze zuurstoftent behandelen we slechts een persoon per keer. De tent is gemaakt van speciale stof, waarin kleine ramen zijn verwerkt, zodat het voor mensen met claustrofobie ook aangenaam is wanneer zij in de tent liggen.

Multifunctioneel inzetbaar

De therapie in onze zuurstoftent kan worden ingezet voor een breed spectrum aan fysieke klachten en trauma's, waaronder Post Covid. De zuurstof die u normaalgesproken inademt is voldoende om een gezond lichaam normaal te laten functioneren. Een lichaam dat kampt met een trauma en hard moet werken om te herstellen, heeft daar meer zuurstof voor nodig. Die extra dosis 100% zuurstof kunt u krijgen in onze hyperbare zuurstoftent. De sessies in onze zuurstoftent bieden het aangetaste weefsel een kans om sneller te herstellen.