

## De week van de teek 2016.

### De ziekte van Lyme

Heb je gisteren het artikel gelezen? Daarin las je al over de mogelijkheden qua behandelen en dat behandelingen veelomvattend zijn en een persoonlijke benadering vraagt. Geheel afhankelijk van jouw klachtenpatroon en aanwezige co-infecties.



Naast de behandeling is het ook belangrijk dat je je prettig en op je gemak voelt bij je behandelaar.

En dan, het behandelen van Lyme.

Behandelen is vaak een lange weg en vraagt veel aanpassen in je leefstijl. Vaak wordt mij gevraagd “kan ik helemaal herstellen van Lyme?”. Tja, een vraag waarbij ik altijd eerlijk aangeef dat ik nooit vooruit geheel en volmondig “ja” op kan en wil antwoorden. Gewoon omdat ik geen beloftes wil en kan afgeven en het grillige verloop van de ziekte nooit helemaal is vast te stellen.

Daarnaast ben ik geen (natuur)arts en deze is altijd bepalend.

De ziekte van Lyme is bijna nooit te genezen met één therapievorm omdat de Borrelia bacterie zeer intelligent is, zich erg snel aanpast en diverse gedaantes kan aannemen.

Samen kijken we wat nodig is aan de hand van je totale klachtenpatroon en testen.

Hiervoor is het goed te testen:

- Welke co-infectie is eventueel aanwezig.
- Allergie test e-nummers en voeding.
- Belasting van de organen en lichaamsprocessen.
- Zuur-base balans.
- Tekorten mineralen en vitaminen.
- Welke pathogenen spelen een rol.

Een behandeling van Lyme vraagt altijd een persoonlijk totaal aanpak. Dat betekent dat per persoon de invulling ervan wordt bekeken:

- Immuunsysteem herstellen.
- De bacterie aanpakken.
- Co-infecties behandelen.
- Laaggradige ontstekingen bestrijden.
- Emotionele klachten aanpakken.
- Reinigen – afvoeren van afvalstoffen.
- Ontzuren.
- Voedingsadvies.
- Slaappatroon herstellen.
- Stress reductie.
- Darmflora herstellen.

**Door:**

- Ontgiften -reinigen: lever, darmen, huid, lymfesysteem, zuur-base balans. Zeer, zeer belangrijk ondersteunende therapie bij de behandeling van Lyme. De Borrelia bacterie gaat namelijk steeds afvalstoffen / toxines uitscheiden. Symptomen worden zelfs vaak veroorzaakt door het vrij komen van deze gifstoffen!! Ontgiften zal dan ook gedurende het gehele proces moeten worden voortgezet.

Want de Borrelia bacterie blijft gifstoffen produceren zolang hij in je lichaam aanwezig is.

- Natuurgeneeskundige behandelingen als Bioresonantie
- Supplementen en kruiden
- Voeding aanpassen
- Eventuele medicatie wordt door je (natuur)arts bepaald
- Stralingsbelasting aanpassen
- In je persoonlijke leefomgeving te kijken wat goed is aan te passen
- Vraag support aan je omgeving! En praat met je omgeving over de ziekte, het verloop en de invloed op jullie leven samen.
- Voldoende bewegen
- Naar buiten voor frisse zuurstof
- Ga naar de sauna als je dit aankunt en je er goed op reageert
- Aanvullende en ondersteunende behandelingen: (energetische) massages, voetreflex-plus.

### **Voeding:**

Een juist voedingsadvies is persoonlijk afgestemd afhankelijk wat er uit de allergie test is gekomen. Het genoemde is dan ook zeker niet volledig maar een goede start.

Wel betekent het in grote lijnen meestal:

- Drink minimaal 2 liter water per dag.
- Zorg voor een juist zuur-base balans.
- Vermeerderen van groenten.
- Vermijd het gebruik van pakjes e zakjes. Eet dus zo puur mogelijk.
- Verminder of vermijd gluten.
- Verminder zuivel.
- Gebruik geen of minimaal alcohol.
- Vermijd toegevoegde suikers.
- Geen witte pasta's, brood e.d.
- Eet de juiste koolhydraten.
- Voldoende eiwitten.

### **Maak veelvuldig gebruik van:**

- Kurkuma.
- Knoflook.
- Gember.
- Zeewier.
- Kiemen.
- Krillolie of lijnzaadolie.
- Paranoten, een paar per dag.
- Amandelen.
- Kokosvet.
- Blauwe bessen.
- Groene thee.
- Brandnetelthee.
- Artisjok.
- Koriander.

Celien van Dalen

RefleX-Zwolle

Natuurgeneeskundig therapeut.

[www.reflex-zwolle.nl](http://www.reflex-zwolle.nl)

[info@reflex-zwolle.nl](mailto:info@reflex-zwolle.nl)

