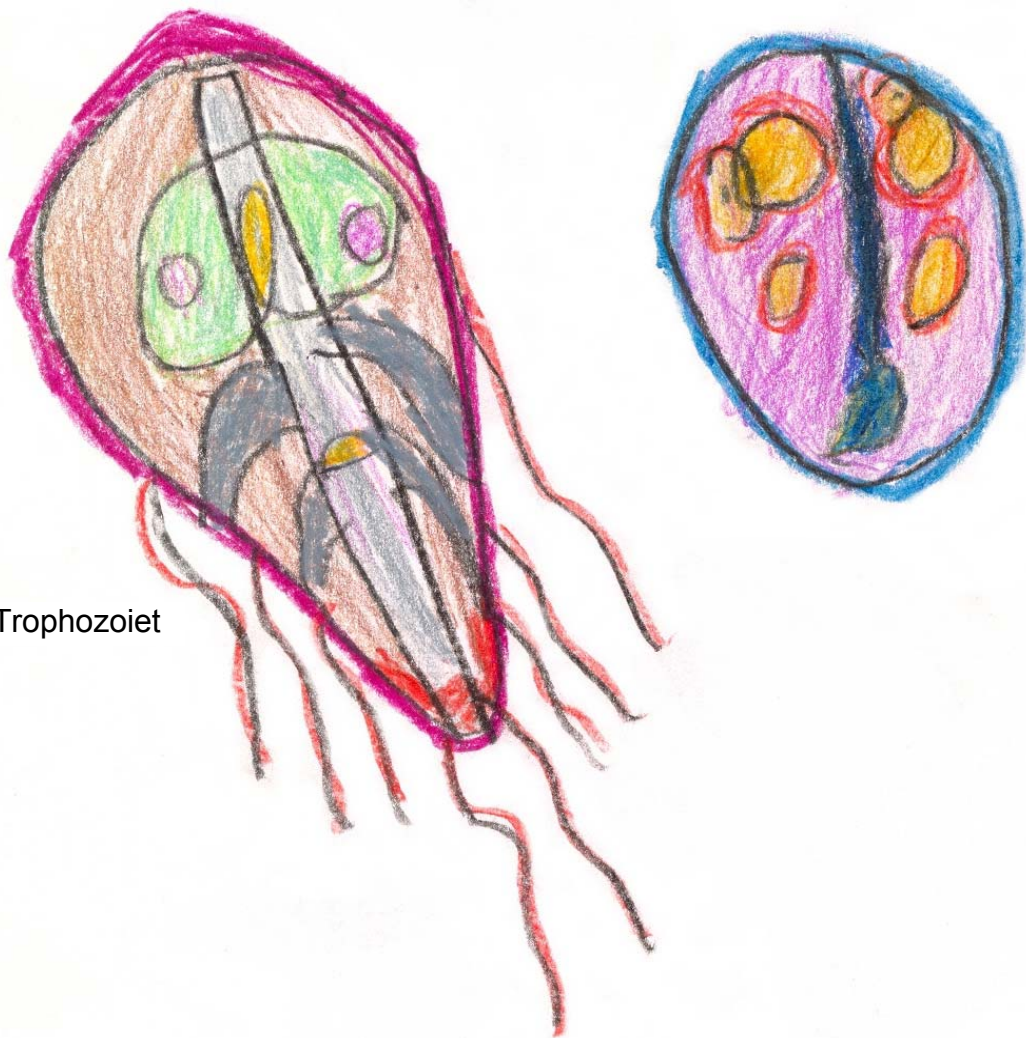


Giardia lamblia

kwelgeest pur sang



Trophozoiet

De eencellige darmparasiet Giardia lamblia, getekend door Thijs Verbeek (6 jaar) "Beestjes in papa's buik"

Jeroen Verbeek

Giardia lamblia

kwelgeest pur sang

Jeroen Verbeek

Titel

Giardia lamblia, kwelgeest pur sang

Auteur

Jeroen Verbeek

© Copyright 2008 J. Verbeek

e-mail: giardia@nachtmerries.com

Eerste versie

Niets uit deze uitgave mag worden openbaar gemaakt en/of verveelvoudigd door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke wijze dan ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

ISBN 90-9019138-0

Inhoudsopgave

Voorwoord	7
1. Giardiasis	9
2. Diarree	16
3. Stress	21
4. Ontspanningstherapie	27
5. Lactose-intolerantie	34
6. Prikkelbaar Darm Syndroom	42
7. Darmflora	46
8. Crisis	53
9. Grote schoonmaak	59
10. Colitis	68
11. De kwelgeest verdreven	74
Nawoord	80
Bibliografie	87

Voorwoord

Drie jaar van mijn leven zijn beheerst door uiterst vervelende darmklachten. Al die tijd heb ik gefungeerd als gastheer voor een microscopisch kleine levensvorm. Deze eencellige oerdiertjes hebben mijn lichaam bestolen van waardevolle voedingsstoffen en tot overmaat van ramp mijn volledige darmstelsel beschadigd. Door de jaren heen hebben verschillende specialisten gepoogd een diagnose te stellen: chronische diarree, stress, lactose-intolerantie, een prikkelbare darm en een uit balans geraakte darmflora. Ook andere symptomen zoals gewichtsverlies, algemene zwakte en resorptiestoornissen (slechte opname van voedingsstoffen door de dunne darm) hebben nooit op de aanwezigheid van een parasiet gedeut. Uiteindelijk heeft een endoscopie een dikke darmontsteking én de boosdoener aan het licht gebracht. Zijn naam is *Giardia lamblia*, kwelgeest pur sang.

Parasitaire infecties worden veelal niet met Nederland geassocieerd. Toch is *Giardia lamblia* een frequent voorkomende ziekteverwekker. Zowel mensen met een gezonde als een verminderde afweer zijn vatbaar voor deze darmparasiet; de ernst waarmee de infectie verloopt hangt vooral af van de conditie van het afweersysteem. En juist deze natuurlijke weerstand liet bij mij destijds flink te wensen over.

Twee kleine kinderen, hard studeren in de avonduren, een ernstig ziektegeval in de familie en een drukke baan vergden veel energie. Te veel, blijkt achteraf. Ik gunde me nauwelijks rust, deed niet aan sport en mijn voedingspatroon was verre van optimaal. Geen wonder dat mijn weerstand op dat moment beneden zijn drempelwaarde was gedaald. (Ik zoek geen excuus, maar al had ik toen de kennis gehad die ik vandaag de dag als bagage bij me draag, had *Giardia* geen schijn van kans gemaakt.) Ik was dus kwetsbaar, een eenvoudige prooi, en in de zomer van 2001 nestelde zich een ongewenste gast

in de plooien van mijn dunne darm. Omdat hij daar zelden uit zichzelf vandaan gaat, was dit het begin van een lange periode vol kommer en kwel.

Dit relaas vertelt mijn strijd tegen een onzichtbare vijand. Oude gewoontes heb ik moeten loslaten om de oorzaak van mijn buiklast te achterhalen. Het blijft een ongrijpbare zaak. Er is zo weinig bekend over de gevolgen van de chronische fase van een *Giardia lamblia* infectie. Enkel indirect bewijs en een gedetailleerd dagboek hebben in *mijn* geval de huisarts doen besluiten een antibiotica kuur voor te schrijven. Helaas pas na jaren aanmodderen. Hierdoor heb ik één ding geleerd: *I'm not the only one*. Zeker weten.

Jeroen Verbeek
1 februari 2008