

Rinno Heidstra

Weer duurzaam gezond

Over het logische van natuurlijk beter worden...

Het CelHerstelConcept in de praktijk



Inleiding

In een interview gaf voetbaltrainer Louis van Gaal aan dat de sociale omgeving van zijn spelers, hun vrouwen en kinderen, belangrijk zijn voor de sfeer in de groep en de prestaties op het veld. Hij gaat uit van het 'totale mensprincipe'. Hoe mensen zich voelen en functioneren is afhankelijk van veel factoren en Van Gaal heeft dat goed begrepen.

Dit 'totale mensprincipe' geldt ook voor ons en onze gezondheid; er zijn veel factoren die bepalen of wij gezond blijven of ziek worden. Velen denken dat ziekte pech is of dat een ziekteverwekker verantwoordelijk is. Er wordt vooral geïnvesteerd in de zoektocht naar die ene ziekmaker en in medicijnen om die te bestrijden. Ook complementair- werkende artsen en therapeuten doen vaak moeite om dé ziekteverwekker te vinden maar niets wordt bepaald door één factor. Als wij een auto of een huis kopen, is deze aanschaf van veel zaken afhankelijk. Wij maken daarbij onze eigen afwegingen en zo is het ook met onze gezondheid. Vele factoren bepalen onze gezondheid en ziekteverwekkers spelen daarin waarschijnlijk de minst belangrijke rol.

In '**Het CelHerstelConcept**', dat ook uitgaat van het 'totale mensprincipe', beschrijven wij de werking van het immuunsysteem.

In deze brochure gaan wij in op de praktische consequenties.

Rinno Heidstra,
november 2015.

Klachten en wat eraan te doen

Klachten ontstaan niet als een onvermijdelijk noodlot; het is het resultaat van vele jaren rooibouw op het lichaam. Net zoals een auto doorroest en gebreken gaat vertonen bij gebrek aan onderhoud, ontstaan gezondheidsklachten en ziektes door veronachtzaming.

Ziektes kondigen zich, lang voordat ze uitbreken, aan door klachten, voorafgegaan door functiestoornissen die zich uiten als ongemakken. Slapeloosheid, brandend maagzuur, opgeblazen gevoel en menstruatiepijnen waarschuwen voor overbelasting van het immuunsysteem. Klachten die wij niet altijd serieus nemen. Na enkele jaren waarin de ongemakken zijn verergerd tot structurele klachten, nemen wij medicijnen in en gaan klachten over in ziektes.

Signalen zoals chronische vermoeidheid, slapeloosheid, ontstekingen, koortsblaasjes, rugpijn, maagproblemen en reumatische klachten duiden op overbelasting van het immuunsysteem die leidt tot ziektes die jaren voordat zij uitbreken kunnen worden vastgesteld. Er zijn aanwijzingen dat dit ook geldt voor het ontstaan van kanker, MS en ALS.

Wat maakt ons ziek?

‘Wat is de oorzaak?’ en ‘Hoe heet de ziekteverwekker?’ zijn veelgestelde vragen, maar zijn niet de juiste vragen. Essentieel is de vraag waardoor de zwakke plekken in het immuunsysteem zijn ontstaan, zodat het zo uit balans is geraakt, dat klachten konden uitgroeien tot ziektes.

Elementen die meespelen zijn onder meer onvolwaardig voedsel, bestrijdingsmiddelen in en op onze voeding, het drinkwater en de lucht, schadelijke stoffen in vaccinaties en huidverzorgingsproducten, infecties, antibiotica, stress, electromagnetische straling, voedingsallergie en tekorten aan water, mineralen, sporenelementen, vitamines, gezonde vetten en eiwitten.

Hierdoor ontstaan blokkades, beschadigingen door achterstallig onderhoud en overbelasting van het immuunsysteem waaronder lever, nieren, darmen en lymfestelsel.

Celwandloze bacteriën: gevaarlijker dan resistente bacteriën

Minder bekend is de chronische ontsteking door celwandloze bacteriën. Het zijn ziekteverwekkers die het immuunsysteem niet herkent en daarom niet aanvalt. Zij veroorzaken geen acute ziekte, maar vormen door het produceren van verzurende en toxische stoffen een langzaam groter wordende belasting die ‘vage’ klachten veroorzaakt zoals gewrichts- en spierpijnen, concentratiestoornissen, vermoeidheid en neurologische en hartklachten. Men neemt aan dat celwandloze vormen van ziekteverwekkers ontstaan door het gebruik van antibiotica, ontstekingsremmende middelen of, als de infectie niet goed is aangepakt, door een inadequaat immuunsysteem.

Als het immuunsysteem goed werkt, worden wij niet ziek. Er zijn geen ziekteverwekkers die resistent zijn tegen ons immuunsysteem.

Hoe werkt het immuunsysteem?

Ons immuunsysteem is een ingenieus systeem dat rommel opruimt, beschadigingen repareert en indringers weert, opsluit of elimineert.

Er zijn parallellen te trekken met de handhaving van de openbare orde van de overheid.

Plantsoenendiensten onderhouden parken en herstellen wat beschadigd is, gemeentes onderhouden straten en straatverlichting, repareren waar nodig en ruimen rommel op. Ordeverstoringen worden door politieagenten in goede banen geleid en als het nodig is, komt de ME. Bij ernstige bedreigingen van de openbare orde en veiligheid wordt het leger ingezet.

Net zo werkt ons immuunsysteem

Voortdurend surveilleren hiervoor opgeleide witte bloedcellen in ons lichaam. Zij herstellen beschadigingen en leiden ordeverstoringen, zonder dat we er weet van hebben, in goede banen. Bij grote beschadigingen zoals open wonden en breuken wordt de surveillance opgevoerd en zijn meer reparatieprocessen nodig. Dat merken we als pijn, roodheid, zwellingen en soms temperatuurverhoging.

Als ziekteverwekkers erin slagen om door onze huid- en slijmvliesverdedigingslijnies heen te breken en de openbare orde in ons lichaam verstoren door ons weefsel te vervuilen met zure afvalstoffen en weefselbeschadigende en ontregelende gifstoffen, komt eerst onze politie, dan de ME en vervolgens ons leger in actie. In ons lichaam zijn dit algemene en veelzijdige witte bloedcellen, vervolgens sterkere en tot slot meerdere soorten hooggespecialiseerde witte bloedcellen, de T- en B-lymfocyten, met technieken om de 'terroristen' te vinden en te elimineren.

Om die taken adequaat uit te kunnen voeren, moet aan enkele voorwaarden worden voldaan. Als er te weinig materialen voorhanden zijn, ontstaat achterstallig onderhoud. Als minderwaardig materiaal wordt ingekocht, worden de reparaties slechter uitgevoerd. Er ontstaan bijvoorbeeld gaten in de wegen of de straatverlichting blijft kapot en dat leidt tot meer ongelukken en misdaad.

In ons lichaam is het net zo. De politieagenten, gemeentewerkers, ME'ers en soldaten van ons lichaam worden aangemaakt als het nodig is, mits voldoende bouwstoffen beschikbaar zijn. Bij te weinig of kwalitatief onvolwaardige voedingsbouwstoffen wordt ons lichaam slecht onderhouden, er ontstaan slijtages en ontstekingen en er worden onvoldoende beschermende cellen gemaakt. Ook de transportfunctie vermindert.

Bij het dagelijks onderhoud van ons land zijn veel kruiwagens en vrachtwagens nodig die voortdurend heen en weer rijden om bouw- en afvalstoffen aan en af te voeren. Als de kwaliteit van de materialen verslechtert, de transportwegen verstoppert, er onvoldoende vrachtwagens zijn en te weinig of slecht geschoolde mensen met geringe motivatie, ontstaat achterstallig onderhoud en reageert onze verdediging onvoldoende.

Als wij ons lichaam onvolwaardige en met giftige stoffen belaste voeding geven en te weinig water drinken, leidt dat tot achterstallig onderhoud van bijvoorbeeld onze darmwand en worden er te weinig witte bloedcellen geproduceerd (80% van ons immuunsysteem bevindt zich in de darm); er ontstaan functiestoornissen en klachten en onze weerstand tegen ziekteverwekkers vermindert, waardoor ziekteverwekkers de gelegenheid krijgen zich te veranderen in celwandloze vormen.

Opleiding en reactivering van het specifieke afweersysteem, onze ME

Ons specifieke afweersysteem herkent indringers door de tekens die deze aan de buitenkant op hun celwand dragen. Zodra de witte bloedcellen deze herkennen, eten zij ze op. De herkenningstekens worden apart gehouden en als lesmateriaal voor jonge witte bloedcellen gebruikt. In de thymus, hun opleidingsinstituut, worden deze gedemonstreerd opdat zij indringers leren identificeren.

Door het gebruik van antibiotica, ontstekingsremmende medicijnen en een verzwakt immuunsysteem leggen de ziekteverwekkers hun herkenningstekens af. Zij worden niet meer herkend en niet aangevallen. Er ontstaan geen ziekteverschijnselen, maar de ziekteverwekkers maken verzurende afval- en gifstoffen aan...

In plaats van een afweerreactie met koorts en acute klachten verslechtert de gezondheid langzaam. Vermoeidheid, gewrichts- en spierpijnen treden op en er kunnen uiteenlopende klachten ontstaan zoals concentratie- en gedragsstoornissen, 'brainfog', huiduitslag en darmontstekingen.

Wanneer onze 'openbare orde' zodanig is verstoord dat chronische klachten optreden, helpen supplementen, druppels of behandelingen niet meer. Hierdoor wordt hoogstens een kortdurende vermindering van klachten bereikt. Om de 'openbare orde' in ons lichaam te herstellen zodat klachten duurzaam verdwijnen, is een planmatige aanpak nodig.

Net zoals een plan wordt opgesteld na een natuurramp, zo moet dat ook voor herstel of behoud van onze gezondheid worden opgezet. Het lukraak gaan behandelen of medicijnen en supplementen gebruiken zonder voorafgaand onderzoek naar de oorzaken is niet effectief.

Onderstaand een schema dat de samenhang illustreert.

In de linkerkolom staan zaken die essentieel zijn voor de openbare orde, in de middelste kolom op welke wijze die in ons lichaam worden geregeld en in de rechterkolom mogelijke versturende factoren en wat nodig is om herstellende taken uit te voeren.

Vergelijking tussen handhaving van de openbare orde en ons immuunsysteem

Openbare orde	Immuunsysteem	Ter versterking is mogelijk
Inkoop voldoende en kwalitatief goede materialen voor reparaties en nieuwbouw	Voldoende volwaardige voeding	Voedingsadvies gericht op gevarieerde en volwaardige voeding. Supplementen Maaltijdvervanging <ul style="list-style-type: none"> • Eveliza • Alen
Werkplaatsen voor de voorbereiding en bewerking van de materialen	Maag-darmsysteem-lever-milt-alvleesklier	Verstoring door: <ul style="list-style-type: none"> • Voedingsallergie Ondersteuning door: <ul style="list-style-type: none"> • Probiotica • Enzymen
Voldoende goed opgeleide en gemotiveerde handwerkslieden voor het vakkundig uitvoeren van onderhoud en nieuwbouw	Voldoende afweer- en reparatiecellen	Volwaardige, natuurlijke en gevarieerde voeding
Schone, opgeruimde werkomgeving	Schone, basische celomgeving	Ontzuren Ontgiften
Logistiek, voldoende (water) wegen waarlangs transport kan plaatsvinden zonder files en opstoppingen	Voldoende water drinken en schone bloed- en lymfevaten	Basisch actief water drinken Ontzuren
Voldoende vrachtwagens	Voldoende afvalbindende voedingsbouwstenen	Volwaardige, natuurlijke en gevarieerde voeding Supplementen Zeoliet Spirulina Chlorella Eveliza
Voldoende goedwerkende vuilverbranding centrales	Goedwerkende lever, nieren, longen, huid	Lever-nierreiniging Homeopathie Kruiden
Voldoende politie en ME	Algemene witte bloedcellen	Verstoring door: Celwandloze bacteriën Oplossing: Homeopathie Isopathie
Leger en hoogopgeleide antiterroristeneenheid	Specifieke hoogopgeleide afweercellen, T- en B lymfocyten	Verstoring door: Celwandloze bacteriën Oplossing: Homeopathie Isopathie

Het schema geeft een overzicht van de vele taken van het immuunsysteem en de samenhang daartussen.

Als er bijvoorbeeld een opeenstapeling is van vuil in de straten zijn vuilnismannen nodig die de vuilnis in vuilnisauto's verzamelen, die over wegen naar vuilverbrandings-installaties moeten kunnen rijden.

Onderweg moeten vuilnisauto's kunnen tanken en vuilverbrandingsovens hebben brandstof nodig. Wanneer er een overschot aan vuil in de straten ligt, is het noodzakelijk om te onderzoeken waar de kink in de kabel zit. Pas dan kan er een oplossing komen. Het lukraak bouwen van vuilverbrandingsovens of het filevrij maken van de wegen zal geen resultaat hebben als het probleem ligt bij de vuilnismannen.

Zo is het ook nodig om te inventariseren waar het mis gaat met onze 'openbare orde' voordat een herstelplan kan starten. Gezondheid is afhankelijk van gezonde, gevarieerde voedsel en drank, de voedingsverwerking, waarbij mond, maag, darm, lever en alvleesklier betrokken zijn, de afvalverwerkingscapaciteit van lever, nieren en longen en een mogelijke belasting met celwandloze bacteriën, zware metalen, tandontstekingen of chemische gifstoffen.

Stel dat de voeding uitstekend is maar de ontgiftende functie van de lever onvoldoende, dan helpt een ander dieet of supplementen niet. Als een onontdekte chronische ontsteking de oorzaak is, helpt ondersteuning van het immuunsysteem met specifieke supplementen, isopathie en homeopathie.

Alle onderdelen zijn belangrijk, het systeem is zo sterk als de zwakste schakel. Supplementen of behandelingen zijn zinloos als niet rekening wordt gehouden met alle factoren. Symptoomonderdrukkende medicijnen veranderen niets aan de ontsparing die is opgetreden en verslechteren de gezondheid. Supplementen, energetische behandelingen en natuurgeneeskundige medicijnen werken enkel symptoomverlichtend als niet aan alle punten aandacht wordt besteed.

Herstel van het immuunsysteem op basis van een plan

Voor een zo groot mogelijke kans op duurzaam resultaat is inzicht nodig in de oorzaak van de klachten, de huidige klachten, het voedingspatroon en de levensstijl. De oorsprong van veel klachten ligt vele jaren eerder, de ziekte van Pfeiffer bijvoorbeeld, een darmontsteking of een herpesinfectie. Het is belangrijk dit te weten alvorens een plan van aanpak te maken.

De CelHerstel-Intake EXTRA geeft informatie

In de drie uur durende CelHerstel-Intake EXTRA besteden wij aandacht aan alle genoemde punten, zodat wij een gefundeerd totaalplan van aanpak kunnen maken. De onderdelen kunnen ook afzonderlijk worden uitgevoerd.

De intake bestaat uit de volgende onderdelen:

1. Uitgebreide vragenlijst
2. RegulatieThermografiescan
3. Levendbloedanalyse
4. Urinetesten
 - a. pH
 - b. zware metalen
 - c. lever- en nierwaarden
 - d. ontstekingswaarden
5. Bloedsuikerspiegeltest indien nodig
6. Gezondheidsanalyse
7. Het CelHerstelPlan, de basis
 - a. Individueel voedingsadvies
 - b. Uitleg monitoren van de gezondheid door het zelf meten van de urine-zuurgraad
 - c. Advies voedingsaanvulling
 - d. Uitleg over het stapsgewijs herstel van het immuunsysteem door:
 - i. Ondersteuning orgaanfuncties door homeopathische en kruiden-producten
 - ii. Ondersteuning door celstofwisselingstimulerende, orthomoleculaire supplementen
 - iii. Stimulering van het immuunsysteem door isopathische geneesmiddelen
 - iv. Individuele immuunsysteemondersteuning door autosoden, homeopathische middelen gemaakt op basis van eigen materiaal: speeksel, wondvocht, ontlasting en urine.
8. Evaluatie van het plan van aanpak
9. Bespreking van aanvullende onderzoeken

Ad 1. Vragenlijst: overzicht van de klachten en het ontstaan ervan

De vragenlijst wordt samen met de afspraakbevestiging, routebeschrijving en aanvullende informatie over de intake gemaïld of per post toegestuurd. Aan de hand van de vragenlijst bespreken wij het ontstaan, het verloop en de huidige klachten, de behandelingen in het verleden, medicijnen en belastende factoren. Meerdere klachten hebben vaak dezelfde oorzaak.

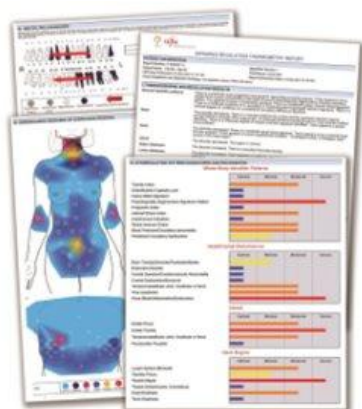
Ad 2. Regulatiethermografie: informatie over ons regelsysteem

‘Meten is weten’ maar ‘weten wat je meet’ is belangrijker. Er zijn nog nooit zoveel meetgegevens beschikbaar geweest als tegenwoordig, maar als onduidelijk is wat deze betekenen en welke gevolgen ze hebben voor het ziekteverloop of de behandeling, is het zinloos om ze te kennen. Mededelingen als ‘U heeft de ziekte van Lyme’ of ‘Uw bloeddruk is aan de hoge kant’, helpen niet om beter te worden.

Het is belangrijk te weten wat gedaan moet worden om verstoringen op te heffen; die informatie biedt de infrarood regulatiethermografie. De methode geeft inzicht in de kwaliteit van de temperatuurregulering in het lichaam en daarmee in het functioneren van klieren en organen in het lichaam. Dat is de meerwaarde ten opzichte van temperatuuroptnames met een infraroodcamera. Een regulatiethermografische scan is een dynamische scan, een infraroodcameraopname is statisch, net als een mammografie.

De temperatuurregulatie van het lichaam is de controle van de lichaamstemperatuur die maar heel weinig mag variëren, ondanks lichamelijke activiteiten of temperatuurschommelingen van de buitenlucht, omdat de biochemische, enzymatische processen alleen plaatsvinden bij de juiste temperatuur.

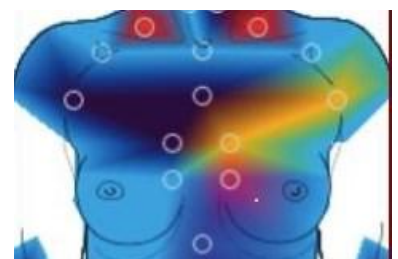
De doorbloeding bepaalt de huidtemperatuur en deze wordt door dezelfde zenuwen aangestuurd als die van organen en klieren. De huidtemperatuur geeft dus informatie over de doorbloeding van de bijbehorende organen. In de gezonde situatie wordt bij afkoeling de huidtemperatuur van het lichaam lager en die van het hoofd hoger. Als het immuunsysteem verstoringen of belastingen heeft, wijkt het patroon af. De temperatuur kan gelijk blijven, tegengesteld, te sterk of te zwak reageren. Dat betekent dat de bijbehorende organen niet optimaal functioneren.



Dankzij het onderzoek van de afgelopen vijftig jaar kunnen de verschillende reacties betrouwbaar worden geïnterpreteerd. Blokkades van lever, lymfe en nieren worden zo vastgesteld, evenals voedingsallergie, virusbelastingen, darmfloraverstoringen en doorbloedingsproblemen. De temperatuurregulering is al voordat klachten optreden en afwijkingen in bloedonderzoek, MRI en mammografie kunnen worden geconstateerd, verstoord, zoals een lekkende kraan al kan worden vastgesteld voordat de vloer nat wordt.

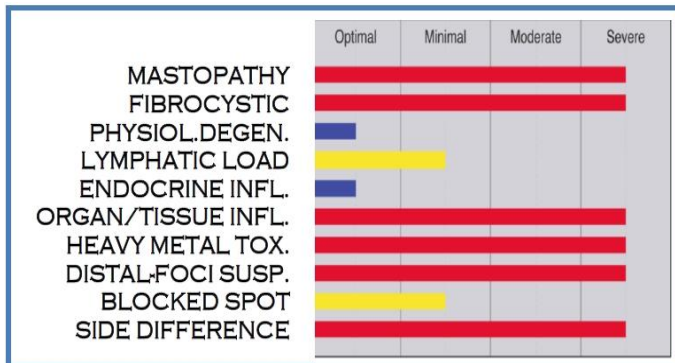
De Canadese onderzoeker dr. D.J. Keyserlingk van de Universiteit van Montreal heeft vastgesteld dat het begin van borstkanker vier jaar vóór het uitbreken van de ziekte meetbaar is door een veranderde temperatuur.

Het doel van de regulatiescan is om de onderliggende verstoringen te begrijpen, ook die verstoringen die niet direct met de klachten te maken hebben.



Als er verstoringen zijn maar nog geen klachten, geven het thermogram, de rapportage en analyse van de 120 meetwaardes aan welke acties moeten worden ondernomen om deze te herstellen en klachten te voorkomen.

Bij bestaande klachten wordt de ernst van de verstoringen duidelijk en geeft het thermogram aan wat de zwaartepunten van de herstelprogramma's zijn. De gegevens worden in een uniek zeven-pagina's tellend rapport weergegeven.



Factoren waarvan bekend zijn dat ze het ontstaan van prostaat- en borstkanker kunnen bevorderen, worden in een rapport en risicoprofiel weergegeven. Hiernaast worden de factoren genoemd die invloed hebben op de borstgezondheid. Het in balans brengen daarvan vermindert de kans op problemen.

Hoe de regulatiethermografie 'in de toekomst kijkt'

Gezondheid is voor een belangrijk deel gebaseerd op biologische processen en als een proces is verstoord, is het mogelijk om de gevolgen te beschrijven. Voor degenen die de biologie van gezondheid niet begrijpen, lijkt het wellicht 'vaag', maar in tal van andere gebieden doen we niets anders. Een automonteur bijvoorbeeld kan 'voorspellen' dat u een ongeluk krijgt als u de remmen van uw auto niet laat repareren en een dakdekker kan u vertellen dat als u uw dak niet laat herstellen, u lekkage krijgt bij een stortbui. Ze hebben geen glazen bol maar omdat zij hun vak verstaan en dus begrijpen hoe het werkt, weten zij wat er misgaat.



Zo is het ook bekend dat gezondheidsproblemen ontstaan als organen en klieren niet meer optimaal functioneren. De infrarood regulatiethermografie is de meest veelzijdige scan om de informatie over functie en belasting van organen, klieren, weefsel, gebit en hun samenhang vast te stellen.

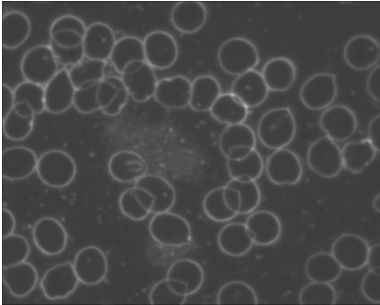
De regulatiethermografie is door de Amerikaanse FDA erkend als aanvullend diagnostisch instrument voor onder meer borstkanker

Na onderzoek heeft de FDA geconcludeerd dat de regulatiethermografie een betrouwbaar aanvullende diagnostische methode is voor het ontdekken van borstkanker net zoals de mammografie. Het betekent dat als uit de test geen aanwijzingen komen voor borstkanker de kans daarop erg klein is. Als de test uitwijst dat een verhoogd risico op het hebben van borstkanker bestaat, blijkt dat vaak te kloppen en is aanvullend onderzoek nodig, meestal een biopsie.

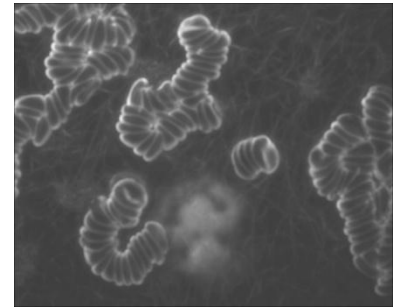
De mammografie en de regulatiethermografie stellen geen diagnose vast.

Ad 3. LevendbloedAnalyse: inzicht in de verzuring, de aanwezigheid van celwandloze bacteriën en de kwaliteit van de rode en witte bloedcellen.

De levendbloedanalyse wordt uitgevoerd met een donkerveldmicroscop. Deze microscoop belicht de stof niet van boven zoals de helderveldmicroscop, maar van de zijkant. Het is te vergelijken met stofjes die je in het tegenlicht van de zon kunt zien, maar niet als de zon weg is. De stofjes zijn zo klein dat ze alleen te zien zijn als het licht er van de zijkant op schijnt.

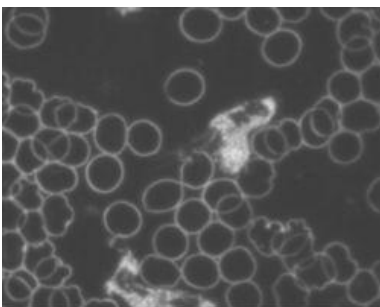


In het bloed zijn zo structuren te zien die op geen andere wijze zichtbaar zijn. De Duitse professor dr. G. Enderlein, heeft meer dan zestig jaar donkerveldmicroscopisch onderzoek gedaan naar de invloed van verzuring van het bloed op onder meer de kwaliteit van rode en witte bloedcellen, ziekteverwekkers en het ontstaan van ziektes. In de afgelopen vijftien jaar zijn veel van zijn stellingen door wetenschappers onderschreven.



Ook het bestaan van ziekteverwekkers die door het immuunsysteem niet worden herkend en die volgens de Duitse dr. Enderlein verantwoordelijk zijn voor het ontstaan van vele aandoeningen waaronder kanker, is door anderen bevestigd. De Amerikaanse wetenschapster dr. L. Mattman noemt deze bacteriën CWD, CellWandDeficiency, celwandloze bacteriën en 'stealth pathogens', onzichtbare ziekteverwekkers.

Bij een levendbloedanalyse zijn deze na enige tijd vaak te vinden, maar niet altijd direct na de afname van de bloeddruppel. In het bloed onder de microscoop zijn nog enkele dagen veranderingen te zien en wij bekijken het daarom nog een aantal malen in de uren en soms dagen hierna. De snelheid van verandering informeert ons over de vitaliteit van het bloed en de neiging tot schimmelvorming. De aanwezigheid van 'onzichtbare' ziekteverwekkers wordt na enige tijd zichtbaar.



Bloed bestaat voornamelijk uit water met daarin een aantal opgeloste stoffen en rode en witte bloedcellen. In een bloeddruppel is te zien of de cellen de goede vorm hebben, vrij rondrijven en gemakkelijk door de kleinste bloedvaatjes kunnen stromen of dat ze zijn verkleefd. Een vervuiling met eiwitten, celwandloze bacteriën en de neiging tot schimmelontwikkeling is zo vast te stellen.

Het doel van een levendbloedanalyse is inzicht te krijgen in het milieu van het bloed en de aanwezigheid van celwandloze ziekteverwekkers. Op basis van deze analyse kunnen wij adviseren over water drinken, ontzuring en ondersteuning van het immuunsysteem tegen celwandloze bacteriën.

Ad 4. Urinetesten: informatie over zuurgraad, (blaas)ontstekingen en lever-, nier- en alvleesklierfuncties

De volgens een protocol gemeten urinezuurwaardes geven waardevolle informatie over de hoeveelheid afvalstoffen in het lichaam en de ontgiftingscapaciteit. Verzuring kan worden veroorzaakt door onvolwaardige voeding, onvoldoende wateropname, chronische onontdekte ontstekingen, voedingsallergie en stress. Een verzuring belast het functioneren van het immuunsysteem en de organen.

Aanpassing van het voedingspatroon, het drinken van actief basisch water en het gebruik van extra mineralen, detoxvoetbaden, voetpleisters en infraroodsauna zijn mogelijkheden die helpen ontzuren.

Tien basisfuncties van de stofwisselingorganen worden getest in de urine. Zo nodig wordt voor verder onderzoek doorgestuurd naar de huisarts.

Ad 5. Bloedsuikerspiegel

De bloedsuikerspiegel kan soms ongemerkt te hoog zijn en veroorzaakt sluipenderwijs beschadigingen van zenuwen of ogen. Wij testen de bloedglucose indien nodig, door analyse van een bloeddruppeltje uit de vinger.

Ad 6. Gezondheidsanalyse: huidige klachten, uitleg van onderzoeksgegevens en een individueel plan van aanpak.

In dit één uur durende gesprek zetten wij aan de hand van de vragenlijst, de informatie uit de gedane onderzoeken en meegebrachte informatie uiteen wat heeft geleid tot de actuele situatie. Als wij weten waardoor de klachten zijn ontstaan, is duidelijk wat te doen om de gezonde balans te herstellen. De gezondheidsanalyse sluit af met een plan van aanpak.

Ad 7. Het CelHerstelPlan

1) De basis

a) Voedingsadvies

Er wordt veel geschreven over voedsel en drank. In dit voedingsadvies gaat het om stapsgewijs de beste individuele voeding te vinden, voeding die rekening houdt met de opgebouwde tekorten, de verstoringen van het voedingsverwerkingsstelsel en het maagdarmsysteem. Het gaat niet om een bepaald dieet (vegetarisch, veganistisch, bloed-, of paleodieet).

b) Gezondheid monitoren door metingen van de urinepH

Een basisvoorwaarde voor het gezond functioneren is een goede zuurgraad, pH, in het lichaam. Het dagverloop van de urinepH, mits volgens een testprotocol uitgevoerd, geeft goede informatie over de verzuring en de ontgiftingsfunctie van het lichaam. Wij bespreken het belang van de pH en het meten en het interpreteren daarvan.

c) Voedingsaanvulling

Een belangrijke oorzaak van klachten zijn tekorten aan essentiële voedingsbouwstenen. Uit onderzoek blijkt dat meer dan 75% van de mensen met gezondheidsproblemen een tekort heeft aan één of meerdere voedingsbouwstenen zoals vitamine D, mineralen en sporenelementen. Wij adviseren over aanvulling.

2) Belastingvermindering en reactivering van het immuunsysteem

a) In de eerste afspraak wordt de basis gelegd, in de tweede afspraak worden de ervaringen met de aangepaste voeding, veranderingen in klachtenpatroon en zuurgraad van de urine besproken. Mede op basis van een Oberonscan, een lichaamsscan waarbij de metingen via een koptelefoon worden uitgevoerd, worden de adviezen bijgesteld en uitgebreid.

b) Belastingvermindering

(1) Om de gezondheidsbalans te herstellen is het noodzakelijk dat afvalstoffen, toxines en zware metalen worden verwijderd uit het lichaam. Er zijn meerdere, elkaar versterkende methoden. In de **Gezondheidsanalyse** wordt besproken of en zo ja, welke methodes worden gebruikt.

Wij werken onder meer met:

(a) Orgaanondersteunende homeopathische tincturen

(b) Eveliza

(c) Spirulina

(d) Zeoliet

c) Reactivering van het immuunsysteem

(1) Bij chronische aandoeningen zoals fibromyalgie, chronische vermoeidheid, maag- en darmontstekingen, migraine, hoofdpijnen, versnelde gewrichts-slijtage, weerkerende ontstekingen zoals koortsblaasjes, steenpuisten en afters, klachten na de ziekte van Pfeiffer of Lyme en vele soorten kanker, spelen celwandloze ziekteverwekkers een belangrijke rol.

Het immuunsysteem kan op meerdere manieren worden gestimuleerd en geleerd om deze opnieuw te herkennen en aan te vallen, onder meer met:

ii) Isopathische geneesmiddelen

Deze middelen zijn door dr. G.Enderlein ontwikkeld en door anderen verder ontwikkeld. De essentie is dat de bloedPh wordt hersteld en schimmels en celwandloze ziekteverwekkers voor het immuunsysteem weer herkenbaar worden gemaakt, zodat ze aangevallen kunnen worden.

iii) Autosoden

De homeopathie gebruikt verdunningen van stoffen waarbij de informatie van de stof wordt overgebracht op vloeistof. In '**Het Actief Water boek**' wordt deze watereigenschap uitgelegd. De lichaamscellen herkennen de informatie en reageren hierop. Bij chronische aandoeningen kan een dergelijk preparaat worden gemaakt van lichaamseigen stoffen, autosoden.

iv) Autoimmuunstimulatie

Zonder het immuunsysteem is overleven onmogelijk. Dit systeem onderscheidt lichaamseigen en -vreemde stoffen en deelt de lichaamsvreemde stoffen in 'goede' en 'vijandige' in. Deze kwaliteit is essentieel voor ons bestaan. Als het systeem deze verschillen niet meer goed onderscheidt, zijn **autoimmuunziekten en allergieën** het gevolg. In de natuurgeneeskundige praktijk, vooral in het Duitstalige gebied, heeft men ruime ervaring met het herstellen van het immuunsysteem door gebruik van bloed, speeksel en urine. Hiervan zijn bijzondere resultaten beschreven. De toepassing van deze principes is sinds kort op een eenvoudige wijze voor iedereen bereikbaar. Urine, speeksel of bloed worden vermengd met een hiervoor ontwikkelde vloeistof die enkele malen wordt verdund en in verschillende verdunningen beschikbaar komt.

Ad 9. Evaluatie van het plan van aanpak

De gevolgen van jarenlange roofbouw op het lichaam, de aanwezigheid van celwandloze bacteriën, tekorten aan voedingsbouwstenen, celuitdroging door te weinig drinken en overbelasting van organen kunnen niet binnen enkele dagen of weken teniet worden gedaan. Voor een duurzaam herstel is een regelmatige bijstelling van de aanpak zinvol. De eerste vervolgspraak vindt na twee of drie weken plaats. In deze afspraak bespreken wij de resultaten van het eerste deel van **Het CelHerstelPlan**, beantwoorden vragen en verzamelen aanvullende informatie met behulp van de Oberonscan. Wij bespreken de immuunsysteemreactiverende stappen en maken een keuze. Vervolgspraken vinden plaats met tussenpozen van zes weken of meer. Het is ook mogelijk om Skype, email, of telefonische consulten af te spreken.

Ad 10. Aanvullende onderzoeken

Er kan behoefte zijn aan meer informatie. Wij bieden onder meer de volgende aanvullende onderzoeken aan:

- Vitamine D
- Vetzuuranalyse
- Ontlastingsonderzoek
- Bloedonderzoek gericht op verborgen ontstekingen en celstofwisseling
- Bloedonderzoek in verband met de Ziekte van Lyme of de ziekte van Pfeiffer
- Stikstof- en zuurstof vrije radicalenbelasting
- Lactose-, fructoseintolerantie
- Urineonderzoek op zware metalen
- IgG voedingsallergie met vingerpriktest; meer dan 66% van de mensen heeft een voedingsallergie

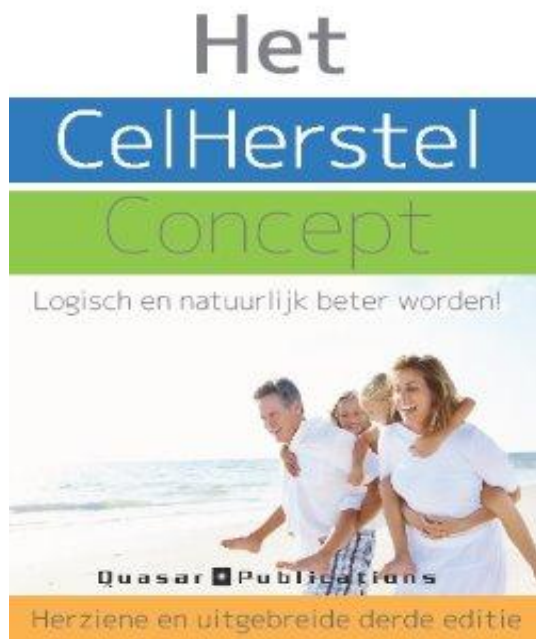
Ter afsluiting

Deze onderdelen kunnen ook apart worden onderzocht.

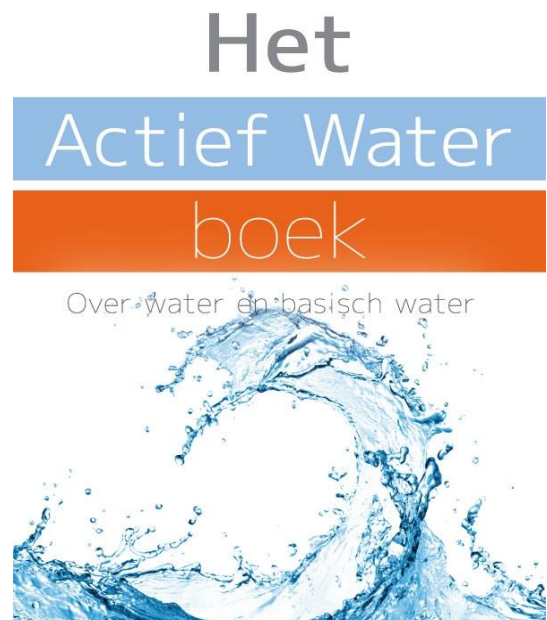
Als u meer wilt weten over de werking van het immuunsysteem en wat te doen om gezond te worden en te blijven, is 'Het CelHerstelConcept' een gids. In dit 464 pagina's tellende boek besteden wij aandacht aan het maag-darmstelsel, voeding en de invloed van voedsel, drank en medicijnen op gezondheid. Er wordt ook ingegaan op versturende factoren zoals GMO, toxines in huidverzorging en magnetronvoedsel.

In 'Het Actief Water boek' bespreken wij bekende en minder bekende aspecten van drinkwater en zetten uiteen hoe water informatie opslaat, waarom basisch actief water het gezondste drinkwater is en verzuring schadelijk. Er staan recepten van gezonde en smakelijke soepen en salades in die de zuurbalans ondersteunen.

Rinno Heidstra



Rinno Heidstra



www.gezondeshop.nl
www.basischwater.nl
www.celherstelconcept.nl
www.duurzaam-gezond.nl

Het CelHerstelCentrum
Kuipersdijk 192
7512 CM Enschede
053 475 02 30
r.heidstra@celherstelconcept.nl