

## Mijn verhaal

---

Míriëlle was 7 weken jong toen ik ontdekte dat ze overgevoelig reageerde op sommige dingen die ik at. Ze eindigde bijna ieder voeding (aan de borst) met huilen en spugen, hilde veel, lachte zelden en haalde heel hoorbaar adem. Nadat ik een paar dagen alle sporen koemelkeiwit, kippenei en vis uit mijn voeding had weggelaten, had ik een ander kind: Míriëlle was tevreden, spuugde niet, hilde niet na een voeding en lachte veel meer. Zodra ik weer koemelkeiwit, kippenie of zalm at, kwamen de klachten terug. In de maanden en jaren die volgden bleven we koemelk, kippenei, soja, vis en chocolade vermijden. Míriëlle was ruim 2 jaar oud toen ik weer zwanger werd en al snel geen borstvoeding meer voor haar had. Míriëlle kreeg toen last van een heel droge, jeukende huid, vaak met lichte uitslag. Ik smeerde haar dagelijks in met cetomacrogol crème. Van sommige producten (sojavla en koemelk) ging ze overgeven, van anderen (kippenei) kreeg ze eczeem in de elleboogplooï. Ondanks het strenge dieet, (geen koemelk, kippenei, soja, vis, chocolade) had ze een erg droge huid en was heel vaak en langdurig verkouden met zware hoestbuïen. Ze werd ook heel vervelend als ze snoep had gehad. Op aanraden van mijn zus zijn we bij Dr. Vink terecht gekomen voor een IgG Immunoscreening. Daaruit bleek dat Míriëlle's lichaam veel antistoffen aanmaakt tegen o.a tarwe, verschillende vissoorten, knoflook, sinaasappel en vanille, maar niet tegen de levensmiddelen waar ze eerder zo heftig op reageerde. Op aanraden van Dr. Vink is Míriëlle 2 maanden gaan eten volgens de testuitslag, waarbij we koemelk, kippenei, soja, vis, chocolade voorlopig ook nog niet gaven. Na die twee maanden was Mirielle zonder klachten en gaven koemelk, kippenei cocoa en soja ook geen problemen meer. We zijn nu bijna 2 jaar verder en Mirielle heeft geen klachten zolang ze niet teveel afwijkt van haar dieet. Zolang ze goed oplet (en ik goed alle etiketen lees), is haar huid helemaal gaaf, zondigt ze een beetje, dan wordt haar huid vlekkelig en droog. Het vermijden van vanille/vanilline en sinaasappel die worden gebruikt in snoeparoma's (water)ijsjes en limonades blijven het lastigste voor haar. Rondom de afgelopen feestdagen had ze echt teveel verkeerde dingen gegeten met een zware verkoudheid en hoestbuïen tot gevolg.

We hebben hier door de aangepaste voeding van de twee jongste meisjes iets ontdekt. Ik was glutenvrij gaan koken voor het hele gezin omdat dat makkelijker was dan bijvoorbeeld twee soorten pasta klaarmaken. Bij de broodmaaltijden aten Gwendoline (8 jaar) en mijn man brood en de rest at glutenvrijecrackers. Een paar weken gelden waren we de crackers een beetje beu en ben ik pannenkoeken gaan bakken van mais en boekweit. Die vond Gwendoline zo lekker dat ze geen brood meer nam. Binnen een paar dagen hadden we een veel rustiger kind dat vrolijk naar school ging. Zodra ze weer ergens een boterham had gegeten werd ze merkbaar drukker, opvliegender.

De afgelopen maanden is Gwendoline op school onderzocht omdat ze niet goed leerde lezen en veel moeite had met de lesstof. Uit dat onderzoek is nu naar voren gekomen dat ze veel problemen heeft met haar concentratie en een redelijk ernstige vorm van dyslexie heeft. Vlak na die onderzoeken op school is ze dus eerst per ongeluk en later bewust gestopt met het eten van gluten bevattende producten. Intussen heb ik de indruk

dat ze ook niet goed reageert op kiwi.

Het gaat nu (december 2008) goed met Gwendoline, al denk ik dat er meer is dan alleen de glutenhoudende granen. Ik noteer wat ze eet en hoe ze zich voelt. Dan heb ik voorlopig al een handvat om haar zo goed mogelijk te eten te geven. Ik heb je naam en nummer ook aan een kennis gegeven. Misschien zoekt ze nog contact.