

## Feestelijke Aandoeningen

Voordat ik over de feestelijke aandoeningen begin eerst nog even het volgende;

De oplettende lezer (waren die er wel) moet hebben opgemerkt dat ik in het vorige stukje een tweetal namen door elkaar heb gehaald, Marie Curie was namelijk de ontdekker van de radioactiviteit (en behaalde daarmee twee nobel-prijzen, als enige vrouw ooit) en Wilhelm Röntgen bedacht de medische toepassing daarvoor (de foto). Overigens nog even een interessant detail; het eerste element door Marie Curie gevonden, noemde ze naar haar voormalige vaderland, Polonium. En Polonium is nu weer in het nieuws vanwege het feit dat de voormalige kgb-spion Litvinenko daarmee is vergiftigd!

Vorig jaar had ik mij voorgenomen om eens een stukje te schrijven over de opmerkelijke haargroei van Sinterklaas, dat kwam er niet van omdat er toen weer andere zaken actueel waren maar bij deze dus;

Het is vreemd dat de haargroei van de Sint zich niet houdt aan de normale ontwikkeling bij zo'n oude man. Normaal zou je toch verwachten dat bij mannen op een bepaalde leeftijd (die we dus niet exact weten) er haaruitval zou plaats vinden volgens het "androgeen" patroon.

Het androgeen type haaruitval kenmerkt zich door geleidelijk dunner worden van de haargrens rond de slapen (de geheimrats-ecke zeggen de Duitsers), dit is een normaal verschijnsel en staat waarschijnlijk onder hormonale invloed (maar is ook genetisch bepaald). Het komt bij jonge mannen ook wel eens voor en dan met name bij donkerharigen, die hebben namelijk van nature al minder haarwortels dan blonde mensen.

Er zijn twee medicijnen beschreven die kunnen helpen;

-Minoxidil is van oorsprong een bloeddruk medicijn, niet zo'n geweldige maar de bijwerkingen bleken wel leuk; haargroei.

-Finasteride is van oorsprong een medicijn tegen prostaatvergroting en dat bleek ook haargroei te bevorderen, dit is overigens een anti-androgeen hormoon !

-Nieuw is Dutasteride, dat is nog niet voor haargroei geregistreerd maar het zit in de pen.

Bij vrouwen kan androgeen type haaruitval ook wel eens optreden (ook vrouwen maken een kleine hoeveelheid mannelijk hormoon) en soms heeft het dan zin om een antihormoon te geven

En ander type haaruitval is dat waarbij er sprake is van kale, meestal ronde plekken. Dit heet alopecia areata (alopecia is Latijn voor open plek in het bos). Dit is nog lastiger te behandelen, van de Sint weten we het niet want het zit onder de mijter, maar het is meestal ook goed zichtbaar.

Soms helpt het om een anti-schimmel middel te smeren (wel toepasselijk eigenlijk), of een hormoon lotion helpt ook wel eens.

Het laatste type en ook de meest voorkomende is diffuus type haaruitval; Hier zie je geen kale plekken maar is sprake van een dunnere haarimplant.

Oorzaken zijn ;

-Stress

- Verstikking . Dat zie je vaak bij mensen met hoofdoekjes of hoeden.
- Seizoenswisseling. Net als bij dieren wisselen mensen van vacht en dus van haar.
- Zwangerschap. In en na de zwangerschap is er vaak sprake van haaruitval.
- Een aantal ziekte beelden zoals bijvoorbeeld schildklier stoornissen.
- Medicijn of alcohol gebruik, maagtabletten of bloeddruktabletten zijn berucht.

Het gaat iets te ver daar nog verder over uit te wijden want ik moet het nog hebben over de feestelijke aandoeningen.

Nu de feestdagen weer zijn gearriveerd moeten we het even over een aantal aandoeningen ,die rond deze periode vaker voorkomen, hebben.

-We beginnen met het kerstdiner;

Vooraf een salade met garnalen op een bedje van sla;

De garnalen zijn in een derde wereld land gepeld en hier vanwege de drukte niet zo goed gewassen (Opa en Oma zijn er al, en het voorgerecht moet snel op tafel), fout dus want op die garnalen zit een bacterie; e-coli en dat is een darmbacterie die wel in de darm thuishoort maar niet in de mond. Deze E-coli is ook de verwekker van de zogenaamde reizigersdiarree, waarbij mensen in het buitenland plots hevige buikpijn en diarree krijgen. In dit geval is de garnaal dus de reiziger, maar die heeft er geen last meer van. Het duurt meestal 3 a 4 dagen voordat je ziek wordt (de incubatietijd) en na een week is het meestal weer over.

Of; de sla wordt niet goed gewassen, dat is ook fout want daar kan je Salmonella van krijgen, ook zo'n vrolijke bacterie (zijn gemener broertje verwekt de tyfus). Ook hierbij tredt buikpijn en diarree op, soms braken en soms een beetje bloed bij de ontlasting, ziek wordt je na ongeveer 2 dagen en meestal is het na een paar dagen weer over.

We gaan door voor het hoofdgerecht;

Wat dacht uw van een lekker stukje varkensvlees?

Lekker aangebraden staat dat al een dag naast de koelkast, want die zit vol met andere dingen. Ondertussen groeien de Yersinia bacterien vrolijk door, die kwamen al van nature voor bij varkens maar onder de juiste condities (warm , vochtig) leven ze zich helemaal uit. Weer tredt er koorts , diarree en buikpijn, soms een beetje bloed op. Overigens duurt het ongeveer 7 dagen voordat u echt ziek wordt, en kan dit weken aanhouden.

Voor de mensen die niet van een schnitzel houden hebben we een gebraden kippetje gemaakt, Dat is lekker; knapperig aan de buitenkant en zacht en mals aan de binnenkant. En daar houden de Campylobacters namelijk ook van !

Campylobacter jejuni is een bacterie die je na ongeveer een week ziek maakt, meestal bovenbuikpijn en hoofdpijn, koorts en spierpijn. Daarna treedt soms diarree met bloed en slijm op, dat duurt wat langer want dit type bacterie verblijft in de dunne darm (dat is dus net na de maag en voor de dikke darm). De klachten zijn vaak na een week over maar duren soms een maand.

Het mooie is eigenlijk dat het lichaam best een goede manier heeft gevonden om met al deze bacterien om te gaan; het slijmvlies wordt samen met de bacterie afgestoten (de eerste fase van de diarree), dat gaat goed. Maar nu heb je een darm met een ruw en beschadigd slijmvlies en dat is dus niet in staat om melkproducten te verteren , drink dus voorlopig geen melk. En wat dacht u van suikers, lekker glaasje appelsap om weer aan te sterken, en hop dat gaat de darm weer onderuit want daar was dat slijmvlies ook voor nodig (tweede fase diarree).

Na al dit lekkers sluiten we af met een kopje koffie met een cognacje. Moeder krijgt al wat pijn in de buik, maar ja ze heeft ook wel veel gegeten. De dagen na de kerst eten we maar wat minder, de buikpijn bij moeder blijft een beetje zeuren, maar de dokter is ook op vakantie dus we kijken het nog even aan.

-Oud en Nieuw;

Moeder heeft zelf oliebolletjes gemaakt, dat is veel lekkerder (en vetter) en na de tweede oliebol wordt de pijn in de bovenbuik steeds erger, ze krijgt nu ook tussen de schouderbladen pijn.

Een galsteen dus! Galstenen komen klassiek voor bij de volgende 4 F's; Fat, Female, Forty en Fertile. Dus dikke vrouwen boven de 40 met kinderen. De galblaas moet aan het werk op het moment dat wij vet eten, roken, of koffie drinken. Als er een steen zit gaat het knijpen want het afvoerkanaal raakt verstopt.

Bij een acute galsteenaanval helpt pijnstilling in ieder geval, soms wordt het steentje daarna afgedreven en soms is een operatie nodig. Wordt je geel met een galsteen, dan is het fout want dat betekent dat de lever gestuwd raakt en dat is een operatie indicatie. Een galsteen kan je prima zien op de Echo (zie mijn stukje over de scan), dus die maak ik dan meestal (na de vakantie).

Omdat moeders nu even is uitgeschakeld moet vader de voorraad drank zelf manen, geen probleem natuurlijk. Nieuwjaarsdag wordt hij wakker met vreselijke maagpijn en ook stekende pijn tussen de schouderbladen, ook een galsteen?

Nee, dit is een ontsteking van de alvleesklier (pancreatitis).

Zo'n alvleesklierontsteking ontstaat door overmatig alcohol gebruik en komt dus ook bij studenten voor. De beste therapie is weinig of niets eten en geen alcohol meer, voor mensen met een terugkerende pancreatitis betekent dit levenslang geen alcohol meer. De alvleesklier zorgt ook voor de verwerking van suiker en na een ontsteking ontwikkelen mensen soms suiker-ziekte

Hebben we nu alle ellende gehad?

We zouden het natuurlijk nog over verbrandingen kunnen hebben, vuurwerk verwondingen. Goed dat weet iedereen wel, meer dan 10 minuten koelen. Is de brandwond gevoelloos dan is het fout, want dan is ook de huidzenuw verbrand.

Een feestelijke aandoening van een geheel ander kaliber is de depressie;

Daar had ik al eens een stukje over geschreven, maar dat was met name over de winterdip. Vaak voorkomend rond de feestdagen is het gemis door bijvoorbeeld het overlijden van een partner of kind.

Als laatste heb ik hiervoor een tip die ik eens hoorde van een oudere collega van me die ook zelf depressief was geweest;

Maak een positief dagboek, schrijf iedere dag iets op, wat wel leuk was of een positieve indruk maakte. Negatieve dingen zijn er genoeg maar als je iedere dag wat leuks opschrijft zal je zien dat je je daar beter door gaat voelen, het gemis gaat niet over natuurlijk..

Jaco Beeker

[www.drbeeker.nl](http://www.drbeeker.nl)