

Hypoglycaemie

Hypoglycaemie betekent laag bloedsuiker. Het is dus het omgekeerde van suikerziekte (vaak gaat aan diabetes hypoglycaemie vooraf). Hypoglycaemie kan optreden zonder candidiasis, maar is daar meestal mee gecombineerd. Het komt in 75 % van de gevallen van candida voor en treedt vaak aanvalsgewijs op.

Oorzaken:

- bijnieraantasting door candida, roken of stress (!) - leverprikkeling c.q. zwakte (hepatitis, alcohol, suiker, koffie!), witmeel, roken, veel reguliere geneesmiddelen (betablokkers, de pil, kalmeringsmiddelen; e.a.), slecht voedsel, geestelijke oorzaken, galfocus).
- pancreasprikkeling c.q. zwakte (oorzaken: zie leverprikkeling). Er ontstaat hyperinsulinemie na een forse bloedglucosepiek (= na het eten van een "slechte" koolhydraat), gevolgd door een sterke daling. Vaak volgt dan weer het nuttigen van een slechte koolhydraat en is de cirkel rond. Als u dus de pieken vermijdt voorkomt u ook de dalen.
- voedselallergie (vnl. suiker en melk).
- verzuring veroorzaakt hypoglycaemie.
- candida
- griep e.d.

In al deze gevallen raakt de bloedglucoseregulatie verstoord. Niet alle hypoglycaemie wordt veroorzaakt door candida. Bij hypoglycaemie is het altijd nodig om een dieet te volgen.

Witte bonen (zelfgeweekt) zijn wondervoedsel bij bloedglucoseproblemen, evenals verse dadels en maïsmeel.

Ook pancreasprikkeling door stress is een belangrijke oorzaak van hypoglycaemie, maar stress kan ook juist een symptoom van hypoglycaemie zijn. De allopathische kalmerende middelen die dan vaak genomen worden veroorzaken op hun beurt vaak hypoglycaemie en zo is de cirkel weer rond.

De ernst van uw hypoglycaemie kunt u ook testen d.m.v. de Harper's test (zie verder).

Symptomen van hypoglycaemie kunnen zijn:

Psyche

- voortdurende vermoeidheid, "de man met de hamer"
- gebrek aan energie, uitputting
- agitatie, irritatie, woedeaanvallen, hevige geëmotioneerdheid
- depressie, pessimisme, neiging tot piekeren, het opblazen van onbelangrijke zaken, zelfmoordgedachten
- gespannenheid en depersonalisatie
- onzekerheid of minderwaardigheidsgevoelens
- veelvuldige huilbuien of een gevoel van inwendig huilen
- angstgevoelens (voor mensen, plaatsen of dingen), angstaanvallen, fobieën

- geeuwerigheid, verveling
- slechte arbeidsprestaties onder druk, weinig initiatief
- concentratiestoornissen
- slecht geheugen
- onrust
- hyperventilatie
- slaapstoornissen, wakker worden na een paar uur slaap, zich dromen niet kunnen herinneren of juist nachtmerries , slaperigheid overdag, slaperig of duf na de maaltijd
- verminderde geslachtsdrift (of juist excessief)
- moeilijk een besluit kunnen nemen
- 's morgens moeilijk op gang komen

voedingsstoornissen

- vaak honger; nachtelijke eetbuien
- gewichtsveranderingen (meer of minder)
- grote zoetbehoefte, grote behoefte aan witmelen (pasta's, brood , rijst) en aardappelen
- beverigheid en geïrriteerdheid (vooral wanneer men honger heeft)
- eten als men zich nerveus voelt
- eten geeft (kort) verbetering van de vermoeidheid e.a. klachten
- dagelijks meer dan drie kopjes koffie of glazen cola
- consumptie van veel alcohol

vocht

- droge mond, sterke dorst
- veel plassen
- sterke transpiratie (vooral 's nachts)
- klamme handen

algemeen

- koude handen of voeten, kouwelijkheid
- slechte aarding
- sterk ruikende lichaamsgeuren (oksel)
- snel blauwe plekken

gewrichten en spieren

- spierpijn (ook trekkingen of krampen) en gewrichtspijn

gynaecologie

- postnatale depressie
- menstratiepijn en krampen

hart en bloedsomloop

- hartkloppingen

huid

- eczeem, uitslag

keel, neus en oren

- allergie

- vatbaar voor kou
- voorhoofdsholteontstekingen
- chronisch verstopte neus
- oorsuizen
- bloedend tandvlees

longen

- astmatische verschijnselen (druk op de borst en kortademigheid, zware, moeilijke ademhaling)
- allergie
- vatbaarheid voor infecties

maag/darm

- maagpijn, zuurbranden, opboeren, zweer
- braakneigingen
- buikpijn en darmstoornissen
- verstopping of opgeblazen gevoel
- dunne ontlasting
- spastische dikke darm
- slechte adem

neurologie

- hoofdpijn
- moeilijkheden zich te uiten
- onhandigheid
- duizeligheid, licht in het hoofd
- tintelingen
- dingen laten vallen of ertegenop lopen

nieren en blaas

- druk op de blaas
- veel plassen
- plas moeilijk op te houden

ogen

- vlekken voor de ogen
- vertroebeld zien