

VOEDINGSINTOLERANTIES

In drie stappen naar balans met DesensPro®

Depotfase 3

Leverfase 2

Darmfase 1



Natraject 0



Wat is het verschil tussen een allergie en een intolerantie?

Ben je ergens allergisch voor? Dan weet je dat jouw immuunsysteem onmiddellijk reageert als je in contact komt met de stof(fen) waar je allergisch voor bent.

Je begint te niezen, je ogen gaan branden of sommige plekken van je huid zetten op en jeuken verschrikkelijk. Er kunnen ook andere reacties ontstaan zoals hoofdpijn, buikpijn of benauwdheid.

De stoffen die bij jou zo'n reactie veroorzaken kunnen zich in het milieu bevinden (zoals graspollen in de lucht) of in de dingen die je eet (koemelk, suiker, gluten, gist, tarwe, chocola of noten). Het kunnen ook stoffen zijn waar je huid mee in contact komt; we spreken dan van een contactallergie.

Het woord 'allergie' komt uit het Grieks *allos* (ander) en *ergon* (werk) en betekent letterlijk '*anders werken of reageren*'. Een allergie is doorgaans meetbaar in het bloed. De stof waar je allergisch voor bent heet allergeen. Door huidtesten is aan te tonen welke stof bij jou allergische reacties teweegbrengt.



Het grote probleem is dat deze stof weliswaar heftige reacties veroorzaakt, maar toch niet de werkelijke 'boosdoener' hoeft te zijn. Dat komt omdat het immuunsysteem vaak door een voedselintolerantie is verzwakt en daardoor 'anders reageert'.

Bij een voedselintolerantie steekt de reactie pas de kop op als de hoeveelheid van de betreffende stof waar je gevoelig voor bent een bepaalde grens overschrijdt. Het gaat daarbij meestal om stoffen die via het voedsel of door de lucht het lichaam binnenkomen. Naast de soms heftige, directe allergische reacties, kunnen er bij voedselintolerantie ook allerlei onduidelijke klachten ontstaan zoals hoofdpijn, moeheid, spier- en gewrichtsklachten en zelfs stemmingsschommelingen en gedragsstoornissen.

Natuurarts en acupuncturist Ton van Gelder heeft in de jaren negentig een methode ontwikkeld om voedselintolerantie met een dieet en natuurlijke geneesmiddelen te bestrijden.

Deze *methode* heet SanoConcept DesensPro en is in de praktijk heel effectief gebleken.

Het primaire of secundaire allergeen

Een hele reeks langdurige ziekten en klachten wordt toegeschreven aan een niet meer voldoende functionerend immuunsysteem (zie kader). Wat veroorzaakt die verstoring van jouw immuunsysteem? Het komt er natuurlijk op aan die oorzaak op te sporen en te behandelen. Maar dat is niet zo eenvoudig. Want het is heel goed mogelijk dat door een huidtest een reactie op bijvoorbeeld huismijt wordt gevonden, terwijl dat niet de werkelijke 'boosdoener' is. Of dat er helemaal geen reactie te bespeuren valt. Maar je hebt wel klachten! Hoe kan dat? Bedenk dat het contact met het allergeen op zich niet de oorzaak is. De reactie die volgt is een symptoom van een niet-optimaal functionerend immuunsysteem. De eigenlijke oorzaak zit dus dieper.

Er kunnen allerlei factoren een rol spelen: voeding, milieu, endotoxinen (gifstoffen uit het eigen lichaam), resten van virale of bacteriële ontstekingen enzovoort. Je staat waarschijnlijk al lange tijd bloot aan de invloed van deze factoren en je immuunsysteem moet daar al lang tegenop boksen.

Dat lukt op een gegeven moment niet meer en dan ontstaan de klachten. In zo'n situatie is er sprake van een secundair (tweede) allergeen dat het symptoom of de symptomen veroorzaakt, in de vorm van hooikoorts (niezen, branderige ogen, enzovoort) of huidproblemen. Het primaire (eerste) allergeen dat al zo lang je immuunsysteem belaagt blijft bij wijze van spreken op de achtergrond maar is wel de feitelijke boosdoener.



Hooikoorts

Een duidelijk voorbeeld hoe primaire en secundaire allergenen op het immuunsysteem inwerken is hooikoorts. Het primaire allergeen bij hooikoorts is meestal koemelk.

Door irritatie van het immuunsysteem ontstaan op een zeker moment allergische symptomen. Deze uiten zich in de bekende hooikoortsverschijnselen en de verhoogde gevoeligheid voor bijvoorbeeld huismijt of pollen. Als nu de koemelkintolerantie wordt behandeld, verdwijnt vaak de overgevoeligheid voor de andere stoffen als vanzelf. Merkwaardig is dat bij een standaardallergie huidtest over het algemeen wél de allergie voor de secundaire allergenen als huismijt en pollen wordt aangetroffen maar niet die van het primaire allergeen, de koemelk.

Een succesvolle behandeling van hooikoorts berust op de volgende drie pijlers:

- 1. behandeling van de reactie op het primaire allergeen**
- 2. behandeling van het verzwakte immuunsysteem**
- 3. eventueel symptomatische behandeling van de klachten.**

Stapeling

Uit de praktijk blijkt dat het primaire allergeen meestal uit onze voeding afkomstig is. We spreken daarom van voedselintolerantie of overgevoeligheid. Bij een voedselintolerantie is de reactie over het algemeen afhankelijk van de dosis allergeen waaraan jouw immuunsysteem is blootgesteld.

Dat wil zeggen, de reacties treden niet meteen op maar pas nadat je een tijd lang een bepaalde hoeveelheid van de stof waar je niet tegen kunt in het lichaam hebt opgenomen. De stof waar je gevoelig voor bent stapelt zich op in het lichaam. En op een gegeven moment begint jouw immuunsysteem te protesteren. Dit verschijnsel is te vergelijken met de bekende druppel die de emmer doet overlopen.

Dieet

In veel gevallen verminderen de klachten of verdwijnen zelfs helemaal als je een aangepast dieet volgt. Het gaat daarbij vaak om het laten staan van slechts enkele voedselbestanddelen zoals zuivelproducten of suiker. Door deze voedingsmiddelen te laten staan wordt de belasting van het immuunsysteem verminderd en krijgt het afweersysteem de kans weer normaal te gaan functioneren. Zelfs als er andere belastende factoren aanwezig zijn, is het uitschakelen van de voedselfactor vaak al genoeg om het immuunsysteem over de streep te trekken. Maar door uitsluitend een zogenaamd 'eliminatie-dieet' te volgen zullen de problemen niet definitief opgelost worden. Als je daarna opnieuw dezelfde voedselbestanddelen gebruikt, begint het stapelingseffect gewoon weer opnieuw. En uiteindelijk reageert het immuunsysteem weer met een intolerantie. Meestal is er dus meer nodig voor een duurzaam herstel.



SanoConcept DesensPro

Behandeling in drie stappen

Een succesvolle behandeling van voedselallergie en voedselintolerantie volgens SanoConcept DesensPro bestaat uit drie stappen:

1. **Diagnose (vaststellen primaire allergeen)**
2. **Energetische ondersteuning**
3. **Dieet**

Bij het behandelen van voedselallergie en voedselintolerantie is het essentieel om de juiste 'boosdoener' uit het voedingspakket te vinden. Vervolgens is het zaak om met energetische middelen de afwijkende reacties op de voedingsfactor(en) langzaamaan te normaliseren, het lichaam te ontgiften en het immuunsysteem weer te versterken. Door tegelijkertijd een dieet te volgen waarbij het primaire allergeen wordt gemeden, wordt het proces extra ondersteund en worden de resultaten versterkt. In deze drie stappen werk je samen met jouw arts/therapeut aan een goede gezondheid.

Diagnose

Hoe stelt je arts/therapeut de juiste diagnose en de juiste therapie vast? Er zijn verschillende diagnostische methoden, zoals de Biotensor, de Vegatest en Bio Funktions Diagnostik. Een groeiende groep behandelaars past de **SiVAS Methode** toe. SiVAS betekent: Subtiële Interventies via het Vasculair Autonoom Signaal (VAS). Het VAS is in de jaren '60 ontwikkeld door de Franse arts Paul Nogier. Hij ontdekte dat, wanneer het lichaam bepaalde prikkels krijgt, dit voelbaar is aan de polsslagen.



Door de polsslagader te voelen kan de SiVAS Therapeut controleren of de regelsystemen in het lichaam goed functioneren. De arts/therapeut kan zo ontdekken waar het probleem precies zit. Verstoringen in de regelsystemen kunnen worden bijgesteld met lichte prikkels zoals acupunctuur en energetische gezondheidsproducten. Bovendien geeft de SiVAS Methode de arts/therapeut direct inzicht in het samenspel van primaire en secundaire allergenen. Met de **SiVAS Methode** dringt de arts/therapeut snel door tot de kern van het probleem. Er kan daardoor ook snel een effectieve behandeling worden gestart.

SanoConcept DesensPro – Energetische supplementen

Als bij jou met de SiVAS Methode is vastgesteld welke stof als primair allergeen werkt, volgt daaruit een specifieke behandeling met energetische gezondheidsproducten en speciale dieetaanpassingen.

Een dergelijke behandeling wordt ook wel een desensibilisatieproces genoemd dat je bij wijze van spreken weer ongevoelig maakt voor het primaire allergeen. Vandaar DesensPro. Zo'n proces verloopt in vier stappen van stadium 3, naar stadium 2, vervolgens naar stadium 1 en uiteindelijk naar stadium 0.

3 → 2 → 1 → 0

In het SanoConcept DesensPro heeft elk van deze stadia een specifieke aanpak met energetische gezondheidsproducten voor ontgifting, opbouw van het immuunsysteem en met dieetaanpassingen. In het begin van de behandeling ben je over het algemeen in stadium 3, het stadium waarin je het heftigst reageert op het allergeen.



De gehele behandeling van stadium 3, via 2 en 1 vergt gemiddeld per stadium 5 tot 6 weken. Stadium 0 is het nabehandelingstraject en de duur daarvan wisselt per individu. In dit stadium zal je reactie op het voedingsmiddel weer normaal zijn.

SanoConcept DesensPro bestaat uit energetische gezondheidsproducten die door hun ontgiftende en drainerende werking de oorzaak van het probleem wegnemen, het immuunsysteem versterken en dit weer in optimale conditie brengen.

Elk stadium heeft zijn eigen specifieke ontgifters en opbouwers. Al deze producten in SanoConcept DesensPro maken deel uit van het SanoConcept-assortiment en zijn volledig op elkaar afgestemd.

Stadium 3 -Depotfase

STADIUM 3 heet de depotfase. Binnen het SanoConcept DesensPro is er een standaarddetoxificatie- of ontgiftingsmiddel. Dit energetisch gezondheidsproduct zorgt ervoor dat de gifstoffen loskomen uit de zogenaamde depots, de plaatsen in het lichaam waar ze zich min of meer schuilhouden.

Daarna moeten deze gifstoffen die in de bloedbaan zijn terechtgekomen natuurlijk zo snel mogelijk uitgescheiden of gedraineerd worden. Dit gebeurt met behulp van een drainagemiddel dat tegelijkertijd het immuunsysteem opbouwt. Zonder deze opbouwer zouden er klachten ontstaan als gevolg van een verhoging van de concentratie gifstoffen in het bloed.



Als deze opbouwer niet geschikt is, kan een andere opbouwer gebruikt worden die invloed heeft op het element Nier, Milt, Lever, Hart of Long. De namen van deze elementen verwijzen naar energiesystemen uit de Chinese acupunctuur. De namen hebben deels met de organen te maken maar vooral met bepaalde aspecten van het immuunsysteem volgens de Traditionele Chinese Geneeskunde. Naast het detoxificatie- of ontgiftigingsmiddel worden daarom het drainagemiddel of een element-middel ingezet.

Als **STADIUM 3** of de depotfase is afgerond is je reactie op het primaire allergeen meer genormaliseerd, maar het moet nog steeds gemeden worden. Vervolgens moet het immuunsysteem verder worden opgebouwd.

Stadium 2 -Leverfase

STADIUM 2 heet de leverfase. In dit stadium ligt het accent in hoofdzaak op het herstel van belangrijke biochemische processen waarbij de lever betrokken is. Het primaire allergeen (de boosdoener) is nog steeds vrij in het lichaam en moet verder worden afgevoerd. Daarom worden twee energetische gezondheidsproducten ingezet, namelijk voor het element Lever en een specifieke magnesiumverbinding, gecombineerd met een drainagemiddel voor het stimuleren van het immuunsysteem. Aan het eind van deze fase is het lichaam klaar voor **Stadium 1 of de darmfase**.

Stadium 1 -Darmfase

STADIUM 1 is de darmfase. In deze fase gaat het vooral om het verbeteren van de darmwerking en van de darmflora. Naast een specifiek energetisch gezondheidsproduct gebruik je in deze fase ook het drainagemiddel. Het is ook mogelijk dat je arts/therapeut je adviseert extra producten voor je darmen en immuunsysteem te gebruiken, bijvoorbeeld bij een hardnekkige schimmelinfectie of dysbiose (verstoring van het gevoelige evenwicht in de darmflora). Deze aanvullende behandeling loopt dan over in het traject van de nabehandeling.

Stadium 0 -Nabehandeling

STADIUM 0 is het nabehandelingstraject. Nu reageert het immuunsysteem normaal op het voedingsmiddel dat in het begin van de behandeling als primair allergeen was vastgesteld. In dit stadium zijn geen ontgifters meer nodig, maar wel het drainagemiddel voor het immuunsysteem. Dat kan eventueel gecombineerd worden met een Chakra-middel of een Qi-middel uit het SanoConcept-assortiment om onderliggende energetische balans te herstellen.

Ondersteunende therapieën

Hoewel energetische gezondheidsproducten en een dieet de voornaamste pijlers zijn voor een succesvolle behandeling, kunnen ondersteunende therapieën zoals auriculo, acupunctuur, manuele therapie, counseling of orthomoleculaire geneeskunde vaak nuttig of noodzakelijk zijn. Overleg voor het inzetten van een of meer van deze ondersteunende therapieën met je arts/therapeut.



Dieetlijst en klachten van voedings-intoleranties

Het primaire allergeen is meestal een van de volgende vijf voedingsmiddelen:

koemelk
suiker

gist
gluten

tarwe

Als het primaire allergeen is vastgesteld, is een dieetaanpassing noodzakelijk. De energetische gezondheidsproducten en het dieet zijn voor het slagen van de behandeling beide van groot belang. Als vuistregel kunnen we verder stellen dat het dieet in Stadium 3 van SanoConcept DesensPro het strengst is; in Stadium 2 en 1 minder streng en in **Stadium 0** kun je voorzichtig weer proberen het betreffende voedingsmiddel te gebruiken .

MELK

Niet toegestaan: *koemelk, kaas, chocola, chocopasta, chocolade-broodbeleg, slagroom, roomboter, roomijs, koffiemelk.*

Wel toegestaan: *karnemelk, kwark, geitenmelk, geitenkaas, schapenkaas, sojamelk, waterijs, margarine, olijfolie, speciale babyvoeding voor koemelkallergie.*

Vanaf stadium 2 mag je yoghurt gaan gebruiken, maar dan wel liefst biogarde met toegevoegde darmbacterieculturen.

Vanaf dit stadium mag je beperkt een- of tweemaal per week kaas of chocolade of chocoladebeleg als broodbeleg gebruiken.

Klachten van voedingsintoleranties

Allergie

- Hooikoorts, rhinitis
- Astma, astmatische bronchitis
- Eczeem

Bewegingsapparaat

- Artrose (o.a.. heup, knie, wervelkolom)
- Reumatische klachten van gewrichten en spieren
- Hoofdpijn

Luchtwegen

- Rhinitis
- Sinusitis
- Chronische bronchitis
- Herhaalde ontstekingen, lage weerstand

Maagdarfstoornissen

- Ziekte van Crohn
- Colitis ulcerosa
- Onbegrepen buikpijn
- Spastisch colon
- Indigestie
- Galklachten

Het is niet nodig om op allerlei verpakkingen van bijvoorbeeld soepen en sauzen te kijken of er wellicht melkeiwitten in zitten. Als je je houdt aan de voedingsmiddelen die staan in het rijtje "niet toegestaan" is dat meestal voldoende.

SUIKER

Niet toegestaan: *geraffineerde suiker, kristalsuiker, snoep, gebak, chocola, koekjes en soft drinks.*

Wel toegestaan: *oersuiker, vruchtensuiker, fruit..*

Het is niet nodig om op allerlei verpakkingen te kijken of er wellicht suiker aan toegevoegd is. Als je je houdt aan de voedingsmiddelen die staan in het rijtje "niet toegestaan" is dat meestal voldoende.

Vanaf stadium 2 kun je rietsuiker en honing gebruiken.

GIST, TARWE, GLUTEN

Niet toegestaan: *verder ook maïsbrood.*

Wel toegestaan: *bij voorkeur speltbrood en rijstewafels,*

Het is niet nodig om op allerlei verpakkingen te kijken of er wellicht tarweproducten in zitten. Als je je houdt aan de voedingsmiddelen die staan in het rijtje "niet toegestaan" is dat meestal voldoende. **Vanaf stadium 2 kun je een- of tweemaal per week voorzichtig pasta of pizza eten.**

Huid

- Acne
- Eczeem
- Folliculitis, hydradenitis

Kinderen

- Herhaalde middenoorontstekingen
- Lage weerstand
- Huilbaby's, darmkrampen
- Buikpijn
- Groeistoringen, gedragstoringen, leerstoringen

Urogenitale organen

- Herhaalde urineweg-ontstekingen
- Nier en blaasstenen
- Prostaat vergroting

Mentale klachten

- Sommige depressies
- Gedragstoornissen
- Concentratiestoringen
- Stemningswisselingen
- Hypoglycaemie
- Moehaid

Veelgestelde vragen

Moet ik mijn leven lang dieet blijven houden?

Nee, het is de bedoeling dat je ergens in stadium 0 weer gewoon kunt eten zoals je gewend bent. Wel blijft het altijd een gevoelig punt. Het vastgestelde primaire allergeen is en blijft voor jouw systeem een belastende factor. Als jouw systemen sterk en gezond zijn, is dat helemaal geen probleem. Als je echter ziek bent of de vitaliteit of de stemming is minder, dan is het raadzaam om tijdelijk het primaire allergeen te mijden.

Na een paar weken heb ik eigenlijk heel weinig klachten meer. Moet ik doorgaan of stoppen?

Doorgaan! Het is belangrijk dat de kuur wordt afgemaakt, anders bestaat er een grote kans dat de klachten op een gegeven moment terugkomen.

Ik kreeg al vrij snel een verergering van mijn klachten. Hoe kan dat?

Sommige patiënten reageren wat heftiger op de energetische gezondheidsproducten, met name op de ontgifters. Een vroege verergering wijst altijd op een sterke reactie op de ontgifters. Het beste is om de ontgifters enige dagen niet te nemen en na drie dagen weer voorzichtig in een lage dosis in te nemen, bijvoorbeeld eenmaal per dag 10 druppels. Als er geen negatieve reactie is, bouwt men de dosis weer langzaam op. Meestal is het een tijdelijk verschijnsel dat na enige tijd overgaat.

Eerst ging het geleidelijk aan beter, maar na een week of vier kwamen er wat klachten terug. Wat moet ik doen?

Behalve de vroege verergering, kennen we ook de late verergering. Dit wijst altijd op een overdosering van de ontgifters.

Het beste is om met de ontgifters te stoppen en het volgende consult af te wachten. De opbouwers en het drainagemiddel moeten gewoon worden doorgenomen. Neem contact op met je arts/therapeut.

Ik heb suikerziekte en ik heb dus al een dieet. Hoe beïnvloedt dat deze methode?

Mensen met suikerziekte hoeven geen apart dieet te volgen. Belangrijk is wel dat zij zich gedurende de ontgiftingsperiode extra goed aan hun eigen dieet houden.

Ik heb de kuur afge- maakt, maar ik merk er nog weinig van. Hoe kan dat?

Gebruikelijk is dat de klachten in de loop van de ontgifting verminderen. Deze methode is echter geen wonderkuur die tegen alles helpt. Als je arts/therapeut heeft vastgesteld dat bij jou een voedingsintolerantie aanwezig is, heeft ontgiften bij veel mensen een gunstig effect. Als het beoogde

effect echter uitblijft, kan het zijn dat er nog meer belastende factoren zijn die je immuunsysteem ondergraven. Overleg met je behandelaar is op zijn plaats om andere mogelijkheden te bespreken.

Welke dosering moet ik voor mijn kind aanhouden?

Kinderen en baby's gebruiken een aangepaste dosering. Als vuistregel geldt dat een kind eenmaal per dag zijn leeftijd in druppels neemt. De druppels kunnen bij elkaar in een glas vruchtensap worden genomen. Na zes weken moet je altijd stoppen, zeker met de ontgifters.

Ik heb moeite met mijn dieet. Is dat een probleem?

De combinatie dieet en energetische gezondheidsproducten is essentieel en vormt de kern van de behandeling. Door een van de twee onderdelen van de therapie te veronachtzamen of weg

Veel gestelde vragen

te laten, duurt het veel en veel langer en wordt het uiteindelijke resultaat minder voorspelbaar. Vooral in stadium 3 is het dieet in combinatie met de energetische gezondheidsproducten essentieel.

Er is bij mij een suikerintolerantie vastgesteld. Moet ik nu als dieetaanpassing behalve suiker ook zuivel en tarweproducten laten staan?

Nee, als bij jou een suikerintolerantie is vastgesteld, hoef je alleen suiker vermijden. Alle andere voedingsproducten kun je gewoon gebruiken.

Er is bij mij een tarwe-intolerantie vastgesteld. Ik houd mij aan het dieet zoals dat is voorgeschreven, maar ik geloof dat ik ook op noten allergisch reageer. Kan dat?

Dat is heel goed mogelijk. In dit geval is tarwe het primaire allergeen dat je immuunsysteem belast. Door die belasting ontstaan allergische verschijnselen, zoals in dit geval op noten. Door het tarwevrij-dieet in combinatie met de kuur met energetische gezondheidsproducten, kan het immuunsysteem zich herstellen. De allergische reactie op secundaire allergenen, zoals op noten, wordt dan vanzelf minder. In de tussentijd is het natuurlijk wel verstandig om noten te vermijden, zodat je minder klachten hebt.

Uitgegeven door SanoPharm Nederland bv, Barneveld

Copyright © 2025 SanoPharm Nederland bv, Barneveld

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande toestemming van de uitgever.

Deze uitgave is met de grootste zorgvuldigheid samengesteld. De maker en uitgever aanvaarden geen aansprakelijkheid voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.



Ton van Gelder

Ton van Gelder (1943 – 2005) ontwikkelde begin jaren '90 het SanoConcept, een integratie van Westerse, Chinese en Indiase geneeskunde en introduceerde Subtiële interventies met het Vasculair Autonoom Signaal (SiVAS) in Nederland. Van Gelder publiceerde enkele gezaghebbende boeken over ooracupunctuur en bewustzijnsverandering.



SiVAS
Diagnostiek | Therapie | Testen


100% natuur sinds 1976

Prins Hendriek 2, 3771 AK Barneveld

Telefoon: 0342 420714

www.sanopharm.com