

Nederland telt in 2030

7 miljoen chronisch zieken



Daar wilt u niet bijhoren ... toch?

Mensen lezen eerder een boek van een arts die over het behouden van een goede gezondheid schrijft dan van een onbekende persoon. Zij hebben een reputatie. De media geeft artsen naam & faam, een bestseller is geboren. Zo werkt het ... meestal. Een enkele keer is er een onbekende persoon die het hoofd boven het korenveld uit durft te steken. Dat moet je willen. Veel machtige, elkaar steunende, organisaties, coöperaties en instanties, die het in Nederland zo goed hebben geregeld dat ons land in 2030 7 miljoen chronisch zieken telt, staan klaar om het korenveld te maaien.

De wens van ieder mens, is een goede gezondheid, samen met partner, het liefst tot op hoge leeftijd. De werkelijkheid is, helaas, voor veel mensen, nog, anders. De invloed van farmaceutische industrie met daarbij behorende omzetten en winsten wordt steeds groter.

Dit verhaal is voor chronisch zieke mensen die beter willen worden, voor mensen die geen medicijnen meer willen gebruiken, en voor mensen die gezond & fit willen blijven.

Mijn achtergrond is sportmassage (1998). In mijn laatste praktijk, die ik negen jaar op de Koninklijke Bloemenveiling Flora Holland Aalsmeer (2000 – 2009) heb gehad, ontwikkelde ik een massage van 3 minuten voor bloemenkopers met weinig tijd, Anti Stress in 3 minuten massage. De resultaten waren zo goed dat ik de behandeling 2 jaar aan medewerkers van de Veiling heb gegeven. In mijn boek 'Lichaamskracht' spelen Flora Holland, chronische ziekten, gezondheid en baanbrekend medisch wetenschappelijk onderzoek waar in 2009 de Nobelprijs voor de Geneeskunde voor is uitgereikt, waar geen Nederlands boek over geschreven is terwijl dat onderzoek de oplossing voor chronische ziekten in zich draagt, een belangrijke rol. Mijn vriend overleed in 2011 aan kanker, als ik toen had geweten wat ik nu weet over het ontstaan van kanker had ik meer voor hem kunnen doen. De reden daarvan is dat ik wetenschappelijke onderzoeken, berichtgeving over vervuiling in voeding en het milieu, en de werkelijke reden van het ontstaan van (chronische) ziekten vond, stress. Daar worden mensen met sterfgevallen die veel vaker voorkomen kunnen worden dan nu gebeurt ziek van waar ik met mijn boek 'Lichaamskracht' verandering in wil brengen.

Nederland telt in 2030 4,9 miljoen 65-plussers, maar niet alle 65 plussers zijn chronisch ziek. De KBO (Katholieke Ouderen Bond) liet onderzoek naar medicijngebruik onder 65 plussers doen daaruit bleek dat 95% van de Nederlanders ouder dan 65 jaar 5 verschillende medicijnen per dag gebruikt, en dat al 15 jaar lang. In 2030 zijn meer dan 2.1 miljoen Nederlanders jonger dan 65 chronisch ziek. Het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport publiceerde de Volksgezondheid Toekomstverkenning 'Een Gezonder Nederland met meer chronisch zieken', waarmee het RIVM zich niet alleen richt op het ministerie van VWS, maar ook op andere ministeries en gemeentelijke overheden, bedrijven, professionals, partijen in het maatschappelijk middenveld en burgers. De Volksgezondheid Toekomstverkenning (VTV) moet strategische discussies ondersteunen en verhelderen, waarmee, naar mijn mening, voorbij wordt gegaan aan de urgentie om daadwerkelijk iets tegen chronische ziekten, waar mensen medicijnen voor krijgen waar jaarlijks 3500 Nederlanders (aan de bijwerkingen van) door overlijden, te doen. Google '7 miljoen chronisch zieken in nederland in 2030' om meer over de VTV te lezen.

- Wat is de reden?
- Hoeveel geld wordt er aan chronische ziekten verdiend?

Het Diabetesfonds en de Nierstichting schrijven dat er (nog) geen behandeling is voor 100.000 diabetes type 1 & 1.5 miljoen nierpatiënten, die daardoor denken dat zij niet beter kunnen worden.

De grootste oorzaak dat mensen chronische ziekten krijgen en anderen niet is stress. De grootste reden dat mensen kanker, hiv/aids of ebola krijgen en anderen niet is een sterk immuunsysteem. Dat is mijn vriend, toen hij hoorde dat hij kanker had, en mijzelf toen ik 2 jaar na zijn dood naar aanleiding van het Bevolkingsonderzoek naar Baarmoederhalskanker een Pap 2 diagnose kreeg, nooit verteld. HPV betekent Humaan Papilloma Virus, HIV betekent Humaan Immunodeficiëntie Virus. Immunodeficiëntie betekent gebrekkig werkend immuunsysteem, wat tot ziekte kan leiden. Mensen met kanker 'googelen' 5 keer minder vaak naar kanker zoeken dan mensen met diabetes. Mensen met kanker sterven 16 keer vaker aan kanker dan dat mensen aan de directe gevolgen van diabetes overlijden, een toename van Natural Killer cellen kan het **verloop van kanker veranderen**. Mensen kunnen zelf invloed hebben op een toename van cellen, artsen die kanker behandelen niet. Ook mensen met diabetes, chronische nierschade en andere (chronische) ziekten en aandoeningen hebben invloed op een toename van cellen, wat het verloop van de chronische ziekte of aandoening en klachten, pijn en vermoeidheid die daaraan voorafgaan kan beïnvloeden. Als mensen de juiste voorlichting zouden krijgen kunnen mensen keuzes maken. Als medicijnen de voorkeur boven Anti Stress in 3 minuten massage of andere activiteiten die stress verminderen hebben, is dat prima. Maar patiënten weten niet wat het eigen lichaam kan. Wat weten deskundigen uit 'de zorg' van het belangrijke wetenschappelijke onderzoek waar professor Elisabeth Blackburn in 2009 de Nobelprijs voor de Geneeskunde voor kreeg, waarin wetenschappelijk is aangetoond dat stress veroudering van cellen versneld? Weten de zogeheten deskundigen dat professor Blackburn, die de prestigieuze prijs in Stockholm in ontvangst nam, in een lezing over stress die op YouTube staat zegt dat 'stress veroudering van cellen versneld' en dat 'kanker ontstaat als het immuunsysteem uitgeput raakt'?

Gelukkig kunnen mensen door de baanbrekende onderzoeken van de professor de kans op kanker en andere chronische ziekten verkleinen. Daar heeft de farmaceutische industrie die de werkwijzen van artsen die de medicijnen voorschrijven door belangenverstrengeling sterk beïnvloed, niets aan. Dat stelt emeritus hoogleraar Ivan Wolffers in de volgende citaten uit een interview dat hij aan de Telegraaf gaf waarin hij vertelt dat er: 'Bijna **geen arts is zonder banden** met de industrie' en dat er 'bijna **geen diagnose nog objectief** is'. Is dat de reden dat mensen geen of onvoldoende voorlichting krijgen waardoor zij gezonder blijven en chronische ziekten en aandoeningen kunnen voorkomen?

'Lichaamskracht' is geschreven voor mensen die iets tegen hun chronische ziekte willen doen, omdat dat kan.

Lichaamskracht' is geschreven voor mensen die nog lang gezond, fit en medicijnvrij willen blijven, omdat dat kan.

Door het onderzoek van professor Blackburn weten wij dat stress chronische ziekten, waar mensen, net als mijn vriend soms veel te jong aan overlijden, kan veroorzaken. Als cellen door stress of door overbelasting sneller delen dan dat stamcellen nieuwe maken, neemt het aantal cellen die hormonen en enzymen produceren die voor het leven van levensbelang zijn, die voedingsstoffen aan- en afvoeren, het bloed zuiveren en beschermen tegen virussen, bacteriën, infecties, giften en abnormale cellen, af. Mijn theorie is dat cellen die essentiële stoffen als hormonen en enzymen produceren, voedingsstoffen aan- en afvoeren, het bloed zuiveren, en het lichaam beschermen tegen virussen, bacteriën, infecties, giften en abnormale cellen door stress verminderen toenemen.

Mijn doel is dat deze theorie de omslag van het door het RIVM geprognostiseerde toekomstbeeld van 7 miljoen chronische zieken in 2030 betekent, waarmee ik een daling van minimaal 10% minder chronisch zieke mensen in 2030 in Nederland wil bereiken.

Lees in 'Lichaamskracht' hoe ik denk dat u dat samen met 700.000 andere mensen kan bereiken. Zelf kon ik door de positieve invloed van Anti Stress in 3 minuten massage baarmoederhalskanker preventief voorkomen, de nierfunctie van mijn vriendin, die 63 jaar is, verbeterde er ruim 30% door, mijn oom van 86 hoeft 26.9% minder insuline te spuiten, en de achteruitgang van zijn nieren werd erdoor gekeerd waardoor hij, op dit moment, voor nierdialyse is behoed. Wat wij daarvoor deden? Iedere dag Anti Stress in 3 minuten massage, het is het enige dat wij aan onze leefstijl toevoegden. Bestudeer de laboratoriumonderzoeken die zijn bijgevoegd. Het zijn de eerste bewijzen die medisch aantonen dat mensen als u en ik veel meer kunnen doen dan wij denken, zij betekenen dat wij zelf een halt toe kunnen roepen tegen chronische ziekten die, ten gevolge van stress en overbelasting, mede door milieu- en voedselvervuiling ontstaan.

Anti Stress in 3 minuten massage is niet de enige, maar wel de meest effectieve en efficiënte manier om een toename van cellen die gezondheid verbeteren te zorgen. 'Lichaamskracht' telt, inclusief de schriftelijke Anti Stress in 3 minuten massage-les en 12 maandelijkse welzijnstesten 234 pagina's waarin ik beschrijf hoe ik tot mijn theorie, waar toonaangevende wetenschappelijke onderzoeken uit de biologie aan ten grondslag liggen, ben gekomen.

Door de links, het gemak dat een e-book verschaft, kan u direct lezen of zien waar mijn wijsheden vandaan komen. Daardoor kan u, samen met de mensen die u dierbaar zijn, voor meer optimaal actieve cellen zorgen die uw gezondheid kunnen verbeteren.

Lees belangrijke wetenswaardigheden; over de nieuwe kolencentrales die op de Maasvlakte staan die proefdraaien die, als ze in bedrijf zijn tonnen fijnstof uitstoten waar tientallen mensen aan zullen overlijden; over de Randstad waar de hoogste fijnstof-concentraties van Europa zijn gemeten; over het kankerverwekkende fijnstof zelf en over gevolgen van nierdialyse dat door wetenschappers van het Leids Universitair Centrum als dodelijk medicijn wordt omschreven. Dat maakt noodzaak van goed werkende nieren duidelijk, waar Anti Stress in 3 minuten massage een positieve invloed op heeft en meer. De links staan voor zoekgemak op de laatste pagina bij elkaar, het bleken er 80 te zijn.

Als het om je eigen gezondheid of de gezondheid van dierbaren gaat wil je alle informatie die er is. Mensen die 'Lichaamskracht' lezen kunnen op grond van de laatste wetenschappelijke onderzoeken die wetenschappers op het internet plaatsen betere keuzes maken. Dat is voor (toekomstige) patiënten van het grootste belang.

Ik hoop dat ik u heb kunnen motiveren 'Lichaamskracht' te bestellen waardoor u de productie van belangrijke cellen die essentieel zijn voor het behoud van een goede gezondheid en bescherming kunnen bieden tegen kanker, diabetes, chronische nierschade, en andere (chronische) ziekten te stimuleren. Natural Killer cellen zijn witte bloedcellen die abnormale- of kankercellen opsporen en vernietigen. Als Anti Stress in 3 minuten massage kan bijdragen aan een toename van Natural Killer cellen wordt het immuunsysteem sterker waardoor deze behandeling reguliere behandelingen van kanker kan ondersteunen bij genezingsprocessen, en het risico op kanker preventief verminderen. Cellen van organen zijn van **essentieel** belang voor het behoud van de gezondheid van het lichaam. Als Anti Stress in 3 minuten massage kan bijdragen aan een toename van cellen kunnen organen meer essentiële stoffen, als hormonen en enzymen, produceren die nodig zijn voor een gezonde geest en een gezond lichaam, wat behandeling van diabetes type 2 & 1, chronische nierschade, dementie en andere chronische ziekten kan ondersteunen bij genezingsprocessen, en het risico op het ontstaan ervan kan verminderen.

Wij leven in een maatschappij waar stress, drukte, zorgen & vervuiling aan de orde van de dag zijn. Daar is weinig tegen te doen. Aan de gevolgen daarvan, zo blijkt uit de laboratoriumonderzoeken die na de grafieken & foto's komen, wel, omdat wij door Anti Stress in 3 minuten massage mogelijk invloed uit kunnen oefenen op productie en afsterven van cellen en daarmee op ons welzijn en op onze gezondheid.

Wij, en collega's van de Koninklijke Bloemenveiling Flora Holland Aalsmeer met diabetes type 2 bij wie bloedsuikergehaltes binnen 5 weken daalden naar waarden gelijk aan mensen zonder diabetes, gingen u voor, doet u mee?

Alle bronnen van in dit e-book genoemde feiten staan vermeld in 'Lichaamskracht'.

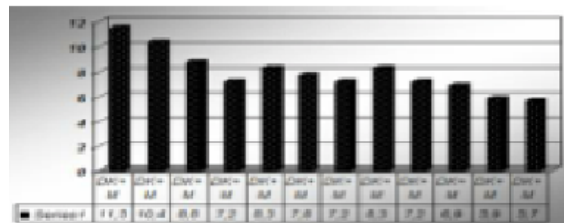
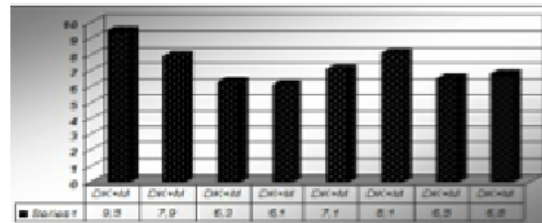
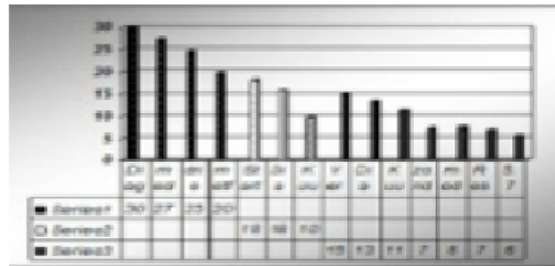
'Lichaamskracht' is verkrijgbaar op www.antistress.solutions

Contact voor vragen jolanda@mardanmassages.nl , Tel.: 06-23324708.

Disclaimer:

De informatie opgenomen in dit boek is bestemd voor informatieve doeleinden. Door de continue stroom van wetenschappelijk onderzoek, veranderende aard van wet- en regelgeving en de intrinsieke risico's van deze wijze van communicatie, kunnen er gebreken of andere onvolkomenheden optreden in in dit boek verstrekte informatie.

Verloop diabetes type 2 in 5 weken bij 5 dagen Anti Stress in 3 minuten massage per week



Jolanda de Vries 5 dagen Anti Stress in 3 minuten massage per week Verskil bultje onderarm met en zonder massage



Jolanda de Vries
5 dagen Anti Stress in 3 minuten massage per week

**Verschil oogleden na 10 weken met en 10 weken zonder
Anti Stress in 3 minuten massage**



Laboratoriumonderzoek Jolanda de Vries 09-07-2013
(Zonder Anti Stress in 3 minuten massage)

- **Pap 2**: Abnormale plaveiselepitheelcellen

Verzender : Spaarne ziekenhuis Klin.Pathologie
Ontvanger : huisarts Haarlem

Betreft patient:
Vries de, J.M. (J.M.)

Haarlem
GebDatum: 29.04.1958 (V)

09.07.2013

Pathologisch onderzoek B13-17760
Ontvangen : 03-07-13
Beantwoord: 09-07-13

Aanvrager :
Specialisme: huisarts

Klinische gegevens:
Datum strijk : 02-07-13
aanleiding : BVO
uitstrijk door : assistent(e)
methode strijk : dunne laag
klachten : geen
datum LM : ZZ-ZZ-ZZ
toestand prep. : normaal
aantal uitstr. : 1
menstr. patroon : postmenopauze
anticonceptie : geen
gebruik hormonen: geen
opmerkingen : geen
cervix ingreep :
cervix aspect : normaal
zwangerschap : n.v.t
prioriteit : routine

Microscopie:
K 4 : Endocerv. cyl. en squameus metapl. cellen aanwezig
O 6 : Geen teken van ontsteking
P 2 : Abnormale plaveiselepitheelcellen
A 1 : Geen andere afwijkingen
C 1 : Geen afwijkingen van endocerv. cyl.cellen aanwezig
B 1 : Goed beoordeelbaar

Conclusie:
Pap 2. Abnormale plaveiselepitheelcellen.

Laboratoriumonderzoek Jolanda de Vries 09-09-2013/1
(7 dagen per week Anti Stress in 3 minuten massage)

- **P 1**: Geen afwijkende plaveiselepitheelcellen

Verzender : Spaarne ziekenhuis Klin.Pathologie
Ontvanger : huisarts

Haarlem 2012

Betreft patient:
Vries, J.M. (J.M.) de

Haarlem
GebDatum: 29.04.1958 (V)

09.09.2013

Pathologisch onderzoek B13-19761
Ontvangen : 30-08-13
Beantwoord: 09-09-13

Aanvrager :
Specialisme: huisarts

Klinische gegevens:
Datum strijk : 20-08-13
aanleiding : (gyn.)klacht/sympt.
uitstrijk door : assistent(e)
methode strijk : dunne laag
klachten : geen
datum LM : ZZ-ZZ-ZZ
toestand prep. : lekkend potje
aantal uitstr. : 1
menstr. patroon : postmenopauze
anticonceptie : geen
gebruik hormonen: geen
opmerkingen :
cervix ingreep :
cervix aspect : normaal
zwangerschap :
prioriteit : routine

HPV onderzoek. Eerder pap 2.

Microscopie:
K 4 : Endocerv. cyl. en squameus metapl. cellen aanwezig
O 6 : Geen teken van ontsteking
P 1 : Geen afwijkende plaveiselepitheelcellen
A 1 : Geen andere afwijkingen
C 1 : Geen afwijkingen van endocerv. cyl.oellen aanwezig
B 1 : Goed beoordeelbaar

Conclusie:

Laboratoriumonderzoek Jolanda de Vries 09-09-2013/2
(7 dagen per week Anti Stress in 3 minuten massage)

- **Pap 1:** Geen afwijkende plaveiselepitheelcellen

Pap 1, geen afwijkende epitheelcellen.

Graag bij vervolgonderzoek ook HPV-bepaling laten verrichten.

De aanvullend verrichte bepaling toont hr-HPV aan (hr-HPV positief).

Advies: Herhalen van het onderzoek in augustus 2014.

Gescreend door: 0

Patholoog: cytopatholoog

Laboratoriumonderzoek Ria Stoker 14-06-2013

(Zonder Anti Stress in 3 minuten massage)

- Creatinine **113** Normaal = tussen 50 - 90.
- Kreatinineklaring (nierfunctie = (GFR)), 42 ml/min. = **42%**

Huisartsenpraktijk

Page: 1

Leiden

TH.N.M. STOKER-PORTIER (Ria)

LEIDEN

Geb.datum/G: 22-01-1950/V

Laboratoriumuitslag, ARTSENLA, 14-06-2013

Verw.Datum	Naam	Waarde	Normaal
2013-06-17	!----		
2013-06-17	!----		
2013-06-17	!HEMATOLOGIE		
2013-06-17	!-----		
2013-06-17	!Vanaf 03 jan 2013 wijzigingen		
2013-06-17	!----		
2013-06-17	Leukocyten	6,9	4,3/10
2013-06-17	Hemoglobine (Hb)	7,8	7,5/10
2013-06-17	Hematocriet (Ht)	38	36/47
2013-06-17	Erytrocyten	4	< 4,2/5,4
2013-06-17	M.C.V.	94	80/100
2013-06-17	Red bloodcell distribution width	44,9	39/52
2013-06-17	Trombocyten	195	150/400
2013-06-17	!----		
2013-06-17	!KLINISCHE CHEMIE		
2013-06-17	!-----		
2013-06-17	Natrium	139	135/145
2013-06-17	Kalium	4,7	3,5/4,8
2013-06-17	Kreatinine	113	> 50/90
2013-06-17	Cholesterol totaal	6	-/6,5
2013-06-17	HDL-Cholesterol	1,86	1,1/-
2013-06-17	Cholesterol/HDL-cholesterol ratio	3,2	-/4
2013-06-17	Glucose nuchter	5	4/6,1
2013-06-17	Kreatinineklaring MDRD (GFR) uitslag	42	
	Pas op: MDRD met 20 procent verhogen bij negroïde ras.		
2013-06-17	!----		
2013-06-17	!IMMUNOLOGIE		
2013-06-17	!-----		
2013-06-17	Thyroid stimulerend hormoon (TSH)	6,05	> 0,27/4,2
2013-06-17	T4 vrij thyroxine	13,9	12/22

Laboratoriumonderzoek Ria Stoker 07-08-2013
(7 dagen per week Anti Stress in 3 minuten massage)

- Kreatinine 95 Normaal = tussen 50 - 90
- Kreatinineklaring (nierfunctie = (GFR)), 52 ml/min. = 52%

TH.N.M. STOKER-PORTIER (Ria)

LEIDEN

Geb.datum/G: 22-01-1950/V

Laboratoriumuitslag, ARTSEN(A, 07-08-2013)

Verw.Datum	Naam	Waarde	Normaal
2013-08-08	!---		
2013-08-08	!KLINISCHE CHEMIE		
2013-08-08	!-----		
2013-08-08	Natrium	139	135/145
2013-08-08	Kalium	3,9	3,5/4,8
2013-08-08	Kreatinine	95	> 50/90
2013-08-08	Kreatinineklaring MDRD (GFR) uitslag	52	
	Fas op: MDRD met 20 procent verhogen bij negroïde ras.		
2013-08-08	!---		
2013-08-08	!URINE'S		
2013-08-08	!-----		
2013-08-08	Kreatinine urine portie	10,2	
2013-08-08	Albumine (micro-) urine portie	<3,0	-/20
2013-08-08	Albumine (micro-)/kreatinine urine	ZIE OND	-/2,5
	TEKST		
	Berekening niet mogelijk.		
2013-08-08	!Urine volledig		
2013-08-08	Soortelijk gewicht urine	1	1,005/1,03
2013-08-08	PH urine	5	4,5/8
2013-08-08	Eiwit urine (stick) (Pos/Neg)	NEGATIE	
2013-08-08	Glucose urine (stick) (pos/neg)	NEGATIE	
2013-08-08	Ketonen urine (stick) (pos/neg)	NEGATIE	
2013-08-08	Urobilinogeen	N.A.T.	
2013-08-08	Bilirubine urine	NEGATIE	
2013-08-08	leukocyten urine vervallen	POSITIE	
2013-08-08	Nitriet urine	POSITIE	
2013-08-08	!Bloed	SPOOR	
2013-08-08	!Sediment		
2013-08-08	Leukocyten urine (stick) (Pos/Neg)	MEERDER	
2013-08-08	Erythrocyten urine (aantal/liter urine)	0	
2013-08-08	Slijmdraden in sediment	ENKELE.	
2013-08-08	Amorf sediment	0.0	
2013-08-08	Epithelcellen urine sediment	MEERDER	
2013-08-08	Bacterien in urine sediment pgv	VEEL.	

Laboratoriumonderzoek Ria Stoker 10-04-2014
(Na stressvolle periode)

- Kreatinine 99 Normaal = tussen 50 - 90
- Kreatinineklaring (nierfunctie = (GFR)), 49 ml/min. = 49%

Huisartsenpraktijk

Page: 1

Leiden

TH.N.M. STOKER-PORTIER (Ria)

LEIDEN

Geb.datum/G: 22-01-1950/V

Laboratoriumuitslag, ARTSENLA, 10-04-2014

Verw.Datum	Naam	Waarde	Normaal
2014-04-11	!---	.	
2014-04-11	!KLINISCHE CHEMIE		
2014-04-11	!-----		
2014-04-11	Natrium	141	135/145
2014-04-11	Kalium	4,4	3,5/4,8
2014-04-11	Kreatinine	99	> 50/90
2014-04-11	Kreatinineklaring MDRD (GFR) uitslag	49	

Pas op: MDRD met 20 procent verhogen bij negroïde ras.

Laboratoriumonderzoek Ria Stoker 22-08-2014
 (3 keer per dag Anti Stress in 3 minuten massage)

- Kreatinine 90 Normaal = tussen 50 - 90
- Kreatinineklaring (nierfunctie = (GFR)), 55 ml/min. = 55%

Huisartsenpraktijk

Page: 1

Leiden

TH.N.M. STOKER-PORTIER (Ria)

LEIDEN

Geb.datum/G: 22-01-1950/V

Laboratoriumuitslag, ARTSENLA, 22-08-2014

Verw.Datum	Naam	Waarde	Normaal
2014-08-22	!---	.	
2014-08-22	!KLINISCHE CHEMIE		
2014-08-22	!-----		
2014-08-22	Natrium	140	135/145
2014-08-22	Kalium	4,1	3,5/4,8
2014-08-22	Kreatinine	90	50/90
2014-08-22	Cholesterol totaal	6	-/6,5
2014-08-22	HDL-Cholesterol	1,87	1,1/-
2014-08-22	Cholesterol/HDL-cholesterol ratio	3,2	-/4
2014-08-22	Triglyceriden	1,63	0,6/2,2
2014-08-22	LDL-Cholesterol	3,4	< 3,6/4,4
2014-08-22	Glucose nuchter	5,7	4/6,1
2014-08-22	Kreatinineklaring MDRD (GFR) uitslag	55	
	Pas op: MDRD met 20 procent verhogen bij negroïde ras.		
2014-08-22	!---		
2014-08-22	!URINE'S		
2014-08-22	!-----		
2014-08-22	Kreatinine urine portie	7,4	
2014-08-22	Albumine (micro-) urine portie	<3.0	-/20
2014-08-22	Albumine (micro-)/kreatinine urine	ZIE OND	-/2,5
	TEKST		
	Berekening niet mogelijk.		

Laboratoriumonderzoek S. de Wit 02-01-2014

(Zonder Anti Stress in 3 minuten massage)

- Glucose/bloedsuiker priktijd 12.7 mmol/L Normaal = tussen 4.0 - 6.0
- HBA1C (DCCT) Gemiddelde over 3 maanden 7%. Normaal = tussen 4 - 6%
- HBA1C (IFCC) Gemiddelde over 3 maanden 53 mmol/mol Normaal = 20 - 42
- Kreatinine 202 Normaal = tussen 60 - 110
- Kreatinineklaring (nierfunctie = (eGFR)), 27 ml/min. = 27%

Datum afname: 02-01-2014 11:06 Compleet: J Identificatie: 424039

Van: Gemini Ziekenhuis
Klinisch Chemisch Laboratorium
Huisduinerweg 3 3
1782GZ Den Helder
0223-696969
0223-696432

Voor:

Patient: WIT de S S 31-12-1927 M
DEN HELDER

CHEMIE

KREATININE (KR)	202	umol/L	H	60	110
eGFR (MDRD) (MDRD)	27*	ml/min	L	60	

TEKST

27 .Berekening geldt voor kauk.ras;voor negroide ras x1.21.
Cave: extreem gewicht, dieet, etc., niet voor
medicatie-dosering gevalideerd.

OVERIGE CHEMIE

TSH (TSH)	5.22	mU/L		0.3	5.6
VRY T4 (FT4)	12	pmol/L		7	16
GLUC PRIKTYD (GLPT)	12.7	mmol/L	H	3.3	7.8
HBA1C (DCCT) (HBA1CT)	7.0	%	H	4.0	6.0
HBA1C (IFCC) (HBA1N)	53	mmol/mol	H	20	42

Laboratoriumonderzoek S. de Wit 20-05-2014
(1 keer per dag Anti Stress in 3 minuten massage)

- Glucose/bloedsuiker priktijd **8.8 mmol/L**. Normaal = tussen 4.0 - 6.0
- HbA1c (DCCT) Gemiddelde over 3 maanden **6.2%**. Normaal = tussen 4 - 6%
- HbA1c (IFCC) Gemiddelde over 3 maanden **44 mmol/mol** Normaal = 20 - 42
- Kreatinine **282** Normaal = tussen 60 - 110
- Kreatinineklaring (nierfunctie = (eGFR)), 19 ml/min. = **19%**

Laboratorium uitslagen voor unit: Alle units
GZD Gemini Ziekenhuis

Pagina 1
0011571 / 20-05-2014 09:11

4002261 / 032929341 Blgr/Rh: A POS
Wit de, S 31-dec-1927 M

DEN HELDER

UITSLAGEN ZIJN VOORLOPIG/GEFATTEERD

	2014 06-MEI 08:00 20140506060223	2014 13-MEI 08:00 20140513130213	2014 13-MEI 08:55 20140513426117	2014 13-MEI 08:56 20140513426118	EENHEID	REF.W.
-----Hematologie-----						
Besinking			33(*)		mm/uur	1 - 20
Hemoglobine			7.3(*)		mmol/L	8.5 - 11.0
Leukocyten			4.5		10 ⁹ /L	4.0 - 10.0
Reticulocyt abs.			51		10 ⁹ /L	35 - 90
-----Stolling-----						
Tronbocyten			239		10 ⁹ /L	150 - 400
-----Chemie-----						
Natrium			143		mmol/L	134 - 145
Kalium			4.0		mmol/L	3.4 - 4.9
Calcium			2.10		mmol/L	2.10 - 2.50
Fosfaat			1.0		mmol/L	0.7 - 1.4
Kreatinine			282(*)		umol/L	60 - 110
eGFR (MDRD)			19(*)		ml/min	>60
Ureum			14.6(*)		mmol/L	2.0 - 8.0
Totaal eiwit			61(*)		g/L	62 - 84
LDH			169		U/L	<248
Serum ijzer			12(*)		umol/L	14 - 35
TYBC			60		umol/L	
IJzervers. %			20		%	15 - 55
Ferritine			17(*)		ug/L	25 - 300
Gluc. priktijd			8.8(*)		mmol/L	3.3 - 7.8
HbA1c (DCCT)			6.2(*)		%	4.0 - 6.0
HbA1c (IFCC)			44(*)		mmol/mol	20 - 42
EF-Albumine			33.9(*)		g/L	39.0 - 50.0
EF-Alfa-1			2.6		g/L	1.5 - 4.0
EF-Alfa-2			8.6		g/L	5.5 - 11.0
EF-Beta			7.5		g/L	4.5 - 9.0
EF-Gamma					g/L	8.5 - 17.0
M-Proteïne			1.5		g/L	
EF-opmerking					g/L	
-----Urinescreening-----						

Laboratoriumonderzoek S. de Wit 25-08-2014
(3 keer per dag Anti Stress in 3 minuten massage)

- Glucose/bloedsuiker priktijd 8.8 mmol/L. Normaal = tussen 4.0 - 6.0
- HbA1c (DCCT) Gemiddelde over 3 maanden 6.2%. Normaal = tussen 4 - 6%
- HbA1c (IFCC) Gemiddelde over 3 maanden 44 mmol/mol Normaal = 20 - 42
- Kreatinine 270 Normaal = tussen 60 - 110
- Kreatinineklaring (nierfunctie = (eGFR)), 20 ml/min. = 20%

Laboratorium uitslagen voor unit: Alle units
GZD Gemini Ziekenhuis

Pagina 1
1004297 / 25-08-2014 16:16

4002261 / 032929341 Blgr/Rh: A POS
Mit de, S 31-dec-1927 M

DRN HELDER

UITSLAGEN ZIJN VOORLOPIG/GEFIATTEERD

	2014 05-AUG 08:00 20140805050126	2014 19-AUG 08:00 20140819190170	2014 19-AUG 08:32 20140819427578	2014 19-AUG 08:33 20140819427579	ENHEID	REF.W.
-----Hematologie-----						
Bezinking				16	mm/uur	1 - 20
Henoglobine				7.5(*)	mmol/L	8.5 - 11.0
Henatoocriet				0.37(*)	L/L	0.40 - 0.50
MCV				90	fL	80 - 100
MCH				1.847	fmol	1.7 - 2.1
MCHC				20.5	mmol/L	19.0 - 22.5
-----Chemie-----						
Natrium				143	mmol/L	134 - 145
Kalium				4.6	mmol/L	3.4 - 4.9
Chloor				108	mmol/L	95 - 111
Calcium				2.20	mmol/L	2.10 - 2.50
Fosfaat				1.0	mmol/L	0.7 - 1.4
Kreatinine				270(*)	umol/L	60 - 110
eGFR (MDRD)				20(*)	ml/min	>60
Ureum				12.9(*)	mmol/L	2.0 - 8.0
Urinezuur				0.33	mmol/L	0.20 - 0.42
Alk. fosf.				101	U/L	<120
Albumine				33(*)	g/L	35 - 50
Ferritine				38	ug/L	25 - 300
Magnesium				0.7	mmol/L	0.7 - 1.0
Gluc. priktijd				8.9(*)	mmol/L	3.3 - 7.8
HbA1c (DCCT)				6.2(*)	%	4.0 - 6.0
HbA1c (IFCC)				44(*)	mmol/mol	20 - 42
-----Verzonden-----						

2009 - 2011:

Bloedsuikergehaltes daalden naar waarden gelijk aan mensen zonder diabetes.
(30 -11.7 mmol/l naar 5.7 mmol/l in 5 weken).
Medicijnen werden afgebouwd.
Pijn en klachten verminderden/verdwenen.
Depressies verminderden.

2013:

Abnormale baarmoederhalscellen weer gezond (Pap 2 > Pap 1 in 7 weken).
Nierfunctie verbeterde met 23.8% (42 > 52%) in 8 weken.
Meer kracht, energie en een beter humeur.
Oogleden en kaaklijn strakker.
Grijzende haren weer kleur.
Zonnevlekken vervagen.

2014:

26,9% minder insuline gebruik per 24 uur diabetes 1
 $24 + 12 + 34 + 34 = 104$ IE naar $16 + 8 + 28 + 24 = 76$ IE per 24 uur = 26,9% minder insuline
gebruik per 24 uur in 7 maanden. (IE = Eenheden)
Depressieve aanvallen blijven achterwege.
Medicijnen tegen hoge bloeddruk afgebouwd.
Medicijnen tegen bloedarmoede gestopt.
Medicijn gebruik voor trage schildklierfunctie 25% verminderd in 4 maanden.
Sterke daling nierfunctie gekeerd:
Nierfunctie januari 2014 27%.
Start 1 keer per dag Anti Stress in 3 minuten massage februari 2014.
Nierfunctie mei 2014 19%.
Verhoging Anti Stress in 3 minuten massage 3naar 3 keer per dag.
Nierfunctie augustus 2014 20%.

*Gerealiseerd door de positieve
invloed van*



De massage u ook leren kan

Bestel LICHAAMSKRACHT op www.antistress.solutions

De inhoud van 'Lichaamskracht':

Voorwoord
Inleiding

Hoofdstuk 1

Mijn eerste boek	17
Preventie heeft gefaald	17
Toename kankerpatiënten	18
Toename kanker onder 45 tot 60 jarigen	18
Medisch Centrum Haaglanden	19
Internet gaf antwoord	19

Hoofdstuk 2

Nobelprijs voor de Geneeskunde 2009	21
Cellen kunnen herstellen	21
Kanker & het immuunsysteem	21
Natuurwetenschappelijk onderzoek	21
Actief tegen ouderdomsziekten	22
Stamcellen	23
Celdeling	23
Stress verminderen	23
Mijn theorie	25
Twee miljard nieuwe cellen per uur	26

Hoofdstuk 3

Ouderdomsziekten	27
Unie KBO	27
Kosten besparen	27
Een fruitschaal vol met pillen	28
Ouderen zijn bron van inkomsten	29
Artsen spreekbuis pillenindustrie	29

Hoofdstuk 4

Anti Stress in 3 minuten massage les	30
Anamnese	30
Handeling 1 t/m 13	31 t/m 44

Hoofdstuk 5

Resultaten met Anti Stress in 3 minuten massage	46
Diabetes type 2	48
Verandering huid	49
Bevolkingsonderzoek naar Baarmoederhalskanker Jolanda de Vries	51
Laboratoriumonderzoek nierfunctie Ria Stoker	54
Laboratoriumonderzoek nier- & alvleesklierfunctie S. De Wit	58

Hoofdstuk 6

Diabetes	62
Diabetes type 2	62
Wettelijk recht op medisch dossier	63
Wat het Diabetes Fonds schrijft	64
Behandeling diabetes type 1	64
Daling insulinegebruik	64

Hoofdstuk 7

De ontdekking van menselijk telomerase	69
'Inventor of the Year'	69
Telomeren	69
Geen toename kanker door telomerase	71
Dochtercellen produceren geen telomerase	72
Studies naar telomerase	72

Hoofdstuk 8

Herkenbare overeenkomsten	74
Rol van de hypothalamus	74
Werking van de nieren	75

Hoofdstuk 9

Gezien op TV	77
Adrenaline	77
Endorfine	77
Endorfine als medicijn tegen kanker	78
Zelf endorfine produceren	78

Hoofdstuk 10

Stoffen die tijdens massage vrijkomen	80
Endorfine	80
Serotonine	80
Stresshormoon cortisol	80
Massage algemeen	82

Hoofdstuk 11

Doel van dit boek	83
Oplossing ligt bij mensen zelf	85
Wat voedselconcerns met voedsel doen	86
McDonalds	86
Aardappelen zes weken niet eetbaar	86
Multivitamine Vibovit	86
Afslankpil Lipocontrol	88
De enige manier om af te vallen	89

Hoofdstuk 12

Nieuwe behandelmethoden	90
Orgaanvervanging met bio afbreekbaar materiaal	90
Monopolypositie door samenwerking?	90
Investering terugverdienen	91
Stamceltherapie	92
Deep Brain Stimulation	94
Nieuwe operatietechniek stopt ziekte van Parkinson niet	95
Dementie, Alzheimer & Parkinson	95
Dementie dubbel in 2030, tripple in 2050	96

Hoofdstuk 13

Over mij	97
Mijn kindertijd	97
Enthousiaste zeilers	97
Huidkankerdag 2014	98
Durven zeggen dat je gezonder kan worden	99
Mijn eerste massagepraktijk	99
Geschiedenis van massage	100
Anti Stress in 3 minuten massage	101

Hoofdstuk 14

Massagepraktijk Koninklijke Bloemenveiling Flora HollandAalsmeer	102
27% minder ziekteverzuim	102
Nieuwe locatie	103
Werken voor Flora Holland	104
De Arbodienst	104
Koninklijke Bloemenveiling Flora Holland Aalsmeer	105
Mijn vriend en ik	105
Elk uur krijgen 12 mensen in Nederland de diagnose kanker	107
Tell a friend & een kankerpatiënt	107
Laagbetaalden niet ongezond door ongezonde leefstijl	107
Doe mee aan onderzoek	108

Hoofdstuk 15

Verlies groter dan mijn geest kon bevatten	109
Kennislink	110

Hoofdstuk 16

Fijnstof	111
Jaarlijks tienduizenden doden	111
De Rijksoverheid	113
Voorbeeld doet volgen	113
Verslavende stoffen in sigaretten	114
Verslavende stoffen in voeding	114

Hoofdstuk 17

Bevolkingsonderzoek naar Baarmoederhalskanker	116
Oproep	117
Diagnose Pap 2	117
Geen meldingsetiquette bij HPV	117
Geen afwijkende cellen meer	118

Hoofdstuk 18

Beter werkende nieren	122
Biologische leeftijd daalde 8 jaar in 8 weken	122
1 op de 20 Nederlanders heeft nierschade	131
Bloedarmoede en osteoporose door nierfunctiestoornis	131
Nierdialyse is een dodelijk medicijn	131

Hoofdstuk 19

Evidence based	132
Minister Schippers	133
Hersenen en hersenziekten	133
Cijfers en prognoses	135
Meer kans voor dierbaren	135
Na 25 jaar nog geen Nederlands onderzoek	135

Hoofdstuk 20

Waar Biologie & Medische wetenschappen elkaar ontmoeten	137
Fasen van onderzoek	137
Hype	137
De oplossing	139
Je hoeft geen dokter te zijn	139

Hoofdstuk 21

Onderzoek maakt veel mogelijk	140
Personalized medicine	140
Meer mogelijkheden	141
Overlevingskansen	141
Onderzoek naar kinderen met suïcide neigingen	142

Hoofdstuk 22

Complementaire zorg	143
Er is al veel duidelijk	143
Oproep voor onderzoek	145

Hoofdstuk 23

Ambitie	146
Doel	146
Wat kan u nog meer doen	146
Pure chocolade	147
Gezond gewicht	146
Weight Watchers	147

Hoofdstuk 24

Biomedische technologie	149
Tot slot	150
Welzijnstesten	151 t/m 227
Links	228

Lichaamskracht is misschien wel *het* boek dat de wonderbaarlijkste omwenteling in de geschiedenis van de medische & farmaceutische industrie tot gevolg heeft. Jolanda de Vries beschrijft de lange weg die zij heeft moeten afleggen, om van onwetende sportmasseur uit te groeien tot een vrouw met wereldkennis, wat de aanleiding is geweest tot het schrijven van dit boek.

De Nobelprijs voor de Geneeskunde 2009 speelt een centrale & cruciale rol in de ontdekking waarom, waardoor en hoe mensen zelf invloed hebben op het functioneren van organen waardoor ziektes zijn geremd en gekeerd wat volgens het Diabetes Fonds, de Nierstichting en de Hersenstichting (nog) niet kan.

Daarentegen heeft Jolanda, ondersteund door laboratoriumonderzoeken van mensen die de door haar ontwikkelde Anti Stress in 3 minuten massage iedere dag kregen een nieuwe theorie ontwikkeld, die erop neer komt dat mensen door stress te verminderen door bepaalde, ook in dit boek beschreven activiteiten als Anti Stress in 3 minuten massage die uit dit boek geleerd kan worden, zelf voor een toename van cellen die stoffen produceren die de gezondheid verbeteren, waar in veel gevallen medicijnen voor worden gegeven, kunnen zorgen.

Haar doel is 10% vermindering op de prognose dat Nederland in 2030 7 miljoen chronisch zieke mensen telt voor 2030 bereiken.