



# Lyme voor Leken



Abdominal pseudo-eventration • Acrodermatitis chronica atrophicans (ACA) • Acute Acral Ischemia • Acute conduction disorders • Acute coronary syndrome • Acute exogenous psychosis • Acute meningitis • Acute myelo-meningo-radculitis • Acute peripheral facial palsy • Acute perimyocarditis • Acute pyogenic arthritis • Acute reversible diffuse conduction system disease • Acute transitory auriculoventricular block • Acute transverse myelitis • Acute urinary retention • **Acquired Immune Deficiency Syndrome (AIDS)** • Algodystrophy • Allergic conditions • Allergic conjunctivitis • Alopecia • **Alzheimer's Disease** • **Amyotrophic lateral sclerosis (ALS)** • Amyotrophy • Anamnesis • Anetoderma • **Anorexia nervosa** • Antepartum fever • **Anxiety** • Arrhythmia • Arthralgia • **Arthritis** • Asymmetrical hearing loss • Atraumatic spontaneous hemarthrosis • Atrioventricular block • **Attention Deficit Disorder (ADD)** • **Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)** • Bannwarth's Syndrome • Behcet's disease • Bell's Palsy • Benign cutaneous lymphocytoma • Benign lymphocytic infiltration (Jessner-Kanof) • Bilateral carpal tunnel syndrome • Bilateral facial nerve palsy • Bilateral follicular conjunctivitis • Bilateral keratitis • Bilateral papilloedema • Biphasic meningoencephalitis • Bipolar Disorder • **Brain Tumor** • Brown recluse spider bite • Brown-Sequard syndrome • Cardiac Disease • Cardiomegaly • Cardiomyopathy • Carditis • Carpal tunnel syndrome • Catatonic syndrome • Cauda equina syndrome • Central vestibular syndrome • Cerebellitis • Cerebral atrophy • Cerebro-vascular disease • Cervical facet syndrome • Cheilitis granulomatosa • Chiasmatic optic neuritis • Chorea • Choriocapillaritis • Chronic encephalomyelitis • **Chronic Fatigue Syndrome** • Chronic muscle weakness • Chronic urticaria • Cerebellar ataxia • Cogan's syndrome • Collagenosis • Complete flaccid paraplegia • **Complex Regional Pain Syndrome (CRPS)** • Concomitant neuroretinitis • Conduction disorder • Conus medullaris syndrome • Coronary aneurysm • Cortical blindness • Coxitis • Cranial Neuritis • Cranial polyneuritis • Craniopharyngioma • Cutaneous B-cell lymphoma • **Dementia** • Demyelinating disorders • **Depression** • Dermatomyositis • Diaphragmatic paralysis • Diffuse fasciitis • Dilated cardiomyopathy • Diplopia • Discopathy • Disseminated choroiditis • Dorsal epiduritis • Encephalitis • Encephalomyelitis • Encephalopathy • Endogenous paranoid-hallucinatory syndrome • Eosinophilia • Eosinophilic fasciitis (Shulman syndrome) • **Epilepsy** • Epileptic crises • Episcleritis • **Epstein Barr** • Erythema chronicum migrans • Exanthema • Extrapyramidal disorders • Facial diplegia • Fascicular tachycardia • Fatal adult respiratory distress syndrome • **Fetal death** • Fever • **Fibromyalgia** • Fibrositis • Focal nodular myositis • Frontotemporal atrophy • Generalised motor neuron disease • Genuiculat neuralgia • Giant cell arteritis • Gonarthrosis • Granuloma annulare • Guillain-Barré Syndrome • HLA-B27 negative sacroiliitis • **Headaches (severe)** • Hearing loss • Heart block • Hemiparesis • Hemophagocytic syndrome • Hepatic disorders • **Hepatitis** • Herniated discs • Holmes-Adie syndrome • Homer's syndrome • Human necrotizing splenitis • Hydrocephalus • Hyperacusis • Hyperbilirubinemia • Hypothyroidism • Idiopathic atrophoderma of Pasini and Pierini (IAPP) • Idiopathic facial paralysis • Infarction pain • Impaired Brainstem response • Infantile sclero-atrophic lichen • Infectious Mononucleosis • Infiltrating lymphadenosis benigna cutis • Inflammatory cerebrospinal fluid syndrome • **Influenza** • Internuclear ophthalmoplegia • Interstitial granulomatous dermatitis • Intracerebral haemorrhage • Intracranial aneurysm • Intra-cranial hypertension • Intracranial mass lesions • Intrauterine growth retardation • Iritis • Irritable Bowel Syndrome • Isolated acute myocarditis • Isolated lymphadenopathy • Isolated oculomotor nerve paralysis • Isolated posterior cord syndrome • Jaundice • Juvenile Rheumatoid Arthritis • Keratitis • Keratoconus • Left sided sudden hemiparesis • Lichen sclerosus • Livedo racemosa • Lofgren's syndrome • **Lupus** • Lymphadenosis benigna cutis • Lymphocytoma cutis • Lymphoma • Lumboradicular syndrome • Melkersson-Rosenthal syndrome • Memory impairment • Meningeal lymphoma • Meningitis • Meningeal cephalomyelitis • Meningoradculitis • Meningoencephalomyelioradculoneuritis • **Migraines** • Mono-arthritis • Monilateral chorioretinitis • Morgagni-Adams-Stokes syndrome (MAS) • Morningglory syndrome • Morphea • Motor neuron syndrome • Multiple mononeuropathy • **Multiple Sclerosis** • Myelopathy • Myoclonus syndrome • Myofascial pain syndrome • Myositis • Neonatal respiratory distress • Neuromyotonia • Nodular fasciitis • Nodular panniculitis • **Non-Hodgkin's lymphoma** • Normal-pressure hydrocephalus (NPH) • Oculomotor paralysis • Oligoarthritis • Opsoclonus-Obsessive-compulsive disorder • Optic atrophy • Optic disk edema • Organic mood syndrome • Optic nerve lesion • Otoneurological Disorders • Panuveitis • Papillitis • Paralysis of abdominal muscles • Paraneoplastic polyneuropathy • **Paranoia** • **Parkinsonism** • Parotitis • Pars plana vitrectomy • Parsonage and Turner syndrome • Peripheral facial palsy • Peripheral neuropathy • Peripheral vascular disorder • Pericarditis • Perimyocarditis • Persistent atrioventricular block • Pigment epithelitis • Polymyalgia rheumatica • Polyneuritis cranialis • Polyneuropathy • Polysymptomatic autoimmune disorder • Porphyrinuria • Posterior scleritis • Primary lymphoma of the nervous system • Presenile dementia • Progressive cerebral infarction • Progressive facial hemiatrophy (Parry-Romberg syndrome) • **Progressive stroke** • Progressive supranuclear paralysis • Prolonged pyrexia • Propriospinal myoclonus • Pseudo tumor Cerebrae • Pseudolymphoma • Pseudoneoplastic weight loss • **Psychosomatic disorders** • Radiculoneuritis • Ramsay Hunt syndrome (pleocytosis) • Raynaud's syndrome • **Recurrent paralysis** • Reflex sympathetic dystrophy • Reiter's Syndrome respiratory failure • Restless legs syndrome • Retinal pigment epithelium detachment • Retinal vasculitis • Reversible dementia • Rheumatic Fever • **Rheumatoid Arthritis** • Rhombencephalitis • Sacroiliitis infection • SAPHO syndrome • Sarcoidosis • **Schizophrenia** • Schoenlein-Henoch purpura • Scleroderma • Secondary syphilis • Seizure Disorders • Sensorineural Hearing Loss • Septal panniculitis • Septic arthritis • Seventh nerve paralysis • Sick sinus syndrome • Spontaneous brain hemorrhage • Stevens Johnson syndrome • Stiff-man syndrome • Still's disease • Stroke • Subacute Bacterial Endocarditis • Subacute multiple-site osteomyelitis • Subacute organic psychosyndrome • Subacute multiple-site osteomyelitis • Subacute presenile dementia • Subarachnoid hemorrhage • Sudden deafness • Sudden hemiparesis • **Sudden infant death syndrome (SIDS)** • **Syphilis** • **Vertigo** and more ...

**Hoe de weg te vinden door het Lyme Labyrint?**

## Het Lyme Labyrint

### Wat is het probleem met Lyme?

Naast het feit dat ze ziek zijn, hebben mensen met Lyme diverse problemen. Zonder officieel erkende diagnose van Lyme vergoeden verzekeraars van ziektekosten geen effectieve behandelingen en zelfs geen pijnstillers. Als een arts al bereid is om iemand op Lyme te testen, hebben de standaard testen een lage betrouwbaarheid. De meeste artsen weten dit zelf niet. De kosten voor betere tests worden niet vergoed en de testuitslagen niet erkend. Zelfs als een arts de door de overheid en zijn artsenvereniging voorgeschreven antibioticakuur geeft, is deze minder effectief dan andere behandelingen. Die alternatieven worden echter wederom niet vergoed. Dit alles leidt naast voortslepende gezondheidsproblemen tot vele andere soorten problemen met overheidsinstellingen, werkgevers, uitkeringsinstanties, scholen enzovoorts.



Waarom is die situatie met Lyme zo anders vergeleken met iedere andere bekende ziekte? Stel je voor dat je over straat loopt, plotseling een harde klap en glasgerinkel hoort en dan een man op de grond in een plas bloed ziet liggen, vlak voor een auto. Dan is de situatie helder, toch? Als je eerste hulp kan doen, zal je gaan helpen. Zo niet, dan zal je de man tenminste ademruimte geven en een ambulance bellen. Die ambulance komt dan snel aangereden en de artsen op de Spoedeisende Hulp zullen alvast de operatiekamer gereed maken. De overheid heeft beleid gemaakt om te zorgen

dat andere weggebruikers de ambulance niet hinderen, zodat de man zo snel mogelijk in het ziekenhuis zal zijn. Daar wordt snel en adequaat een diagnose gemaakt en operatief ingegrepen, als het nodig is. De wetenschap onderzoekt vervolgens hoe het een volgende keer nog beter en sneller kan, waardoor alle betrokken professionals nieuwe informatie zullen krijgen. Hierdoor werkt het hele systeem steeds beter.

Maar in geval van Lyme is er geen klap, geen glas, geen bloed en geen auto. Maar er ligt wel een man op de grond – een man die daar jaren of zelfs decennia blijft liggen. Dus raken omstanders verveeld, halen hun schouders op, hebben er een mening over, bekritisieren onbeleefd gedrag in openbare ruimtes of worden zelfs agressief tegen de man op de grond. De ambulance wordt niet gebeld of wil gewoon niet komen. Want zonder auto kan er geen ongeluk zijn.

Automobilisten beginnen te toeteren, want de man ligt in de weg en ze hebben haast. Overheden hebben geen beleid, want er rijdt geen ambulance uit. Of misschien het beleid om de man op de grond een boete te geven, vanwege hinderen van het verkeer. De wetenschap heeft daarom geen data om te bestuderen en alle (on)betrokken professionals weten net zo weinig als voor de man neerviel. Dit betekent dus, in het echte leven, dat mensen met een reële **fysieke** infectieziekte worden genegeerd, ontweken en zelfs beledigd vanwege iets dat de meeste actoren in dit ‘verkeer systeem’ gewoon niet kunnen zien. De enige groep die kan aanvoelen dat er toch echt iets aan de hand is bestaat uit de mensen, die de man op de grond persoonlijk kennen. Ook al weten zij ook niet precies wat er aan de hand is, weten zij wel dat hij niet ‘gewoon lui’ is, geen ‘aandachtzoeker’ en niet bezig is om te vermijden dat hij moet werken voor de kost. Dit is precies waarom mensen die aan Lyme lijden nog meer verlangen naar begrip van hun vrienden en familie dan naar het vinden van een medische oplossing.



### Hoe is Lyme te herkennen?

Lyme herkennen is erg lastig, omdat de parasiet die Lyme veroorzaakt (die de *Borrelia* heet) 'de grote imitator' wordt genoemd. De *Borrelia* is een spirocheet; een boorvormige parasiet. Lyme verschijnt als meer dan 300 verschillende ziektebeelden, zoals je op het voorblad van dit e-book kan zien. Om dit beter te kunnen begrijpen is het interessant te weten dat de *Borrelia* een beroemde 'neef' heeft. Deze neef is de spirocheet *Treponema pallidum*, de parasiet die syfilis in de laatste eeuwen heeft veroorzaakt.

Ook Syfilis verscheen als een reeks van verschillende ziektebeelden. De *Borrelia* is alleen veel intelligenter dan zijn beroemde neef. Deze spirocheet blijkt namelijk het meest complexe genoom te hebben van alle bekende bacteriën, met verschillende genetische expressies die zijn aangepast aan zijn omgeving. Dit is waarom het de meest intelligente ziekteverwekker ter wereld is genoemd. Maar het is een verborgen ziekteverwekker, die zowel onder de radar van ons immuunsysteem als van het medisch systeem blijft.

Lyme – of Borreliose zoals het in half Europa heet – is een oude ziekte, waarschijnlijk zelfs miljoenen jaren oud. Maar het kwam nooit vaak voor. Toch werd deze relatief zeldzame ziekte ineens een epidemie.

### Hoe is Lyme te begrijpen?

Als je de complexiteit van Lyme wilt begrijpen, zal je eerst willen weten hoe de parasiet die Lyme veroorzaakt opereert. Deze specifieke parasiet wordt met goede reden 'de grote imitator' genoemd. Want niet alleen verschijnt Lyme als meer dan 300 verschillende ziektes, maar de *Borrelia* spirocheet kan ook van vorm veranderen. Het zich kan moeiteloos omvormen van een boorvormige spirocheet naar andere vormen, die niet zichtbaar zijn op de gebruikte testen. Dit is waarom de meeste professionals geen idee hebben waar ze me te maken hebben. Ze

weten niet waar ze naar kijken en hebben de middelen en kennis niet om dat te begrijpen. De *Borrelia* is niet alleen de meest intelligente, maar ook meest onderschatte bacterie ter wereld.

Heb je ooit een goochelaar op zien treden? Die een konijn in een hoed laat verdwijnen? Die daarna een ei uit diezelfde hoed tevoorschijn tovert? Hetzelfde ei dat magisch een grote bos bloemen verandert? Zo ja, dan heb je een goede indruk van hoe Lyme zichzelf laat zien. Onderzoek heeft aangetoond dat in vele gevallen alle mentale ziektes, alle onverklaarbare chronische en 'moderne' ziektes zoals ADD, ADHD, Fybromyalgie, MS, Parkinson, Chronisch Vermoeidheidssyndroom, Chronisch Pijn Syndroom, ALS en Alzheimer allemaal Lyme 'in vermomming' zijn.



Ditzelfde vermogen om iedereen voor de gek te houden blijkt uit de manier waarop deze parasieten zich verplaatsen naar het lichaam van een volgende 'gastheer'. Want denken dat slechts teken de enige veroorzaker van Lyme zijn is net zo onzinnig als injectienaalden de schuld te geven van de gehele AIDS epidemie. Teken zijn alleen maar een transportmiddel voor de ziekte, een van de vele mogelijke manieren voor dezelfde parasiet om zich te verplaatsen. Ze zijn ook gevonden in speeksel, zweet, sperma, menselijk bloed, vaginaal vloeistof en ga zo maar door. Ieder stekend insect kan een infectie van Lyme overbrengen. Op het moment dat de parasieten naar een nieuwe lichaam verhuizen, muteren zij naar een andere

DNA expressie die het beste past bij hun nieuwe omgeving. De banden op de standaard bloedtesten meten slechts op de mutatie van de parasiet, die alleen maar in *teken* voorkomt. Dus hoe wordt Lyme dan gevonden?

### Hoe is Lyme te vinden?

Het antwoord op deze vraag is eenvoudig en daarom verontrustend: niet. In ieder geval wordt Lyme niet ontdekt met de goedgekeurde tests, die een lagere betrouwbaarheid hebben dan het opwerpen van een muntje. Het duurt jaren voordat mensen een juiste diagnose krijgen en dit gebeurt dan vaak nog buiten het reguliere medische systeem. Hoe langer iemand is besmet, hoe moeilijker Lyme te vinden is.

Als je wilt begrijpen hoe Lyme wordt getest, dan helpt het verhaal over de man die zijn sleutels zocht. Een man zocht naar zijn sleutels in het donker, onder een lantarenpaal. Een vrouw die langs liep was zo vriendelijk om hem te helpen zoeken. Maar na uren vruchteloos samen zoeken, vraagt zij hem waar hij zijn sleutels eigenlijk heeft verloren. 'Nou, daarginds in het bos', antwoordt de man. 'Maar daar is geen licht en daarom zoek ik hier.'



Deze lage betrouwbaarheid van testmethodes leidt eigenlijk tot een afwezigheid van behoorlijke onderzoeksgegevens over Lyme. Dit is alarmerend aangezien de Lyme epidemie nu al tenminste 45 jaar aan het verspreiden is. Nog steeds weet bijna niemand dat het een epidemie is, omdat het verborgen is. Dat is een teken aan de wand.

### Hoe is Lyme te genezen?

De officiële richtlijnen voor de behandeling van Lyme stellen dat een specifiek antibioticum afdoende is om het te behandelen, oraal en gedurende maximaal drie weken. Een vrouw met chronische Lyme noemde dit 'met papieren propjes schieten op een aanvallende tijger'.



Er zijn vele mogelijke wegen om het genezen van Lyme te benaderen, maar geen enkele werkt hetzelfde voor alle mensen. Wat voor de een helpt kan zelfs gevaarlijk zijn voor een ander. Er is (nog) geen enkele oplossing of benadering die bij iedereen Lyme even effectief geneest. Hevige tegenreacties zijn gerapporteerd als gevolg van onder andere slechte behandeling en blijvende schade is aangericht door behandelkeuzes, die waren gebaseerd op haast of onwetendheid. Dat is ook waarom erkenning van deze ziekte en vooruitgang in kennis ervan zo nodig zijn. En omdat voor elkaar te krijgen, zullen alle betrokken partijen met elkaar samen moeten gaan werken aan echte oplossingen.

### Hoe kan ik helpen

De vraag 'Hoe kan ik helpen?' is een heel andere vraag dan 'hoe is dit op te lossen?' Dit is de belangrijkste reden waarom het boek *Teken aan de Wand* beoogt om vrienden en familieleden te helpen om volledig te begrijpen wat er met hun dierbare gebeurt. Hierdoor kunnen zij hopelijk wegblijven uit de mechanistische 'how to fix this' vraag, die zo alom aanwezig is bij Lyme. Dan kunnen zij een wellicht vruchtbaarder insteek ontdekken om hun zieke vriend en tegelijkertijd zichzelf binnen hun eigen context het beste te helpen.

Om de situatie van iemand met Lyme beter te begrijpen zal je niet alleen kennis willen hebben over verschillende aspecten van Lyme zelf, maar ook over hoe je de ervaring van een ander kunt begrijpen. Het boek gaat op deze beide aspecten in. Je zult erin vinden hoe je een passend referentiekader creëert en zo de hele situatie beter kunt begrijpen. Verderop in dit e-boek wordt het boek verder toegelicht, voor wie meer wil weten.

De meeste mensen nemen, begrijpelijk genoeg, aan dat de medische professie het beste in staat is om gezondheidsproblemen te genezen. Vooral met Lyme blijkt dit niet alleen een onjuiste, maar ook een gevaarlijke aanname. De huidige medische kijk ook op Lyme is te simplistisch door gebrek aan kennis. Dit komt doordat artsen niet de kloppende informatie en ook niet de juiste methodes hebben om Lyme te herkennen, vinden en genezen. Dat is waarom een verschuiving in het paradigma rondom Lyme nodig is.

### **Wat is dan gezond verstand?**

Als dit is wat je denkt te weten over de ziekte van Lyme, bereid je dan voor op een paar verrassingen:

*‘De ziekte van Lyme is moeilijk te krijgen en gemakkelijk te behandelen. Je krijgt Lyme door een beet van een geïnfecteerde hertenteek in bosrijke gebieden. Je kan Lyme-infectie duidelijk herkennen aan de rode ring rond de beet. Arthritis-achtige symptomen zullen daarna snel merkbaar worden.*

*Daarna kan je bij iedere arts terecht om een bloedtest te doen, die de ziekte accuraat zal vinden. Een korte antibioticakuur is vervolgens afdoende om Lyme te genezen. Het aantal infecties is langzaam over de laatste jaren gestegen. Chronische Lyme is een mythe.’*

Bovenstaande lijkt te zijn wat mensen als algemeen geldende waarheid over Lyme kennen; als gezond verstand.

Maar zoals Albert Einstein zei: ‘Gezond verstand is slechts een reeks vooroordelen, die mensen voor hun achttiende levensjaar verzamelen.’ Dus wat zijn de bestaande mythes over Lyme en hoe zit het dan wel?

## **Mythes over Lyme**

### *Mythe 1: ‘Lyme is niet zo erg’*

De ziekte van Lyme is gemakkelijk te krijgen en moeilijk te behandelen. Uit onderzoek blijkt dat het gemiddeld absurd lang duurt voordat mensen een juiste diagnose krijgen. Daarna is behandeling veel moeilijker, veel duurder en geeft heftige tegenreacties.

Zo worden de meeste acute Lyme-besmettingen, die ooit relatief makkelijk en goedkoop te behandelen waren, automatisch chronisch.

### *Mythe 2: ‘Je kan Lyme alleen door een tekenbeet krijgen’.*

Er zijn door verschillende bronnen zeer diverse manieren vermeld van hoe mensen geïnfecteerd kunnen raken met Lyme. Lyme is een infectie die zich verspreid via bloed en lichaamsvochten, net zoals AIDS en Syfilis het geval was. Je kan Lyme al krijgen van ieder stekend insect.

Maar moeders kunnen het ook aan hun ongeboren kinderen geven, bloedbanken testen er niet op en bijna niemand weet dat het ook seksueel overdraagbaar is, net zoals dit ook het geval was met Syfilis.

Slechts een klein percentage mensen met Lyme herinnert zich een beet van een teek; waarschijnlijk gewoon omdat ze er nooit eentje hadden.

Het is net zo onzinnig om teken de schuld te geven van Lyme als injectienaalden te verwijten dat ze de enige oorzaak waren van de AIDS epidemie.



*Mythe 3: 'Lyme is makkelijk te herkennen aan arthritis-achtige symptomen die snel na besmetting merkbaar worden'*

Lyme kan de vorm van vele andere ziektebeelden aannemen, waaronder huidproblemen, hartziektes, geestesziektes, aandoeningen in de botten of gewrichten, uitval van het zenuwstelsel, chronische pijn en vermoeidheidsziektes en ga zo maar door. Deze klachten kunnen meteen, maar ook pas jaren na besmetting tevoorschijn komen.

*Mythe 4: 'Lyme infectie wordt altijd gevolgd door een rode ring rondom de plek van de beet'*

Het lijkt erop dat slechts een op de drie mensen, die door Lyme zijn geïnfecteerd door een besmette teek, een duidelijke EM ring had. Bijna geen enkele arts weet dit, waardoor mensen eenvoudigweg worden weggestuurd als zij niet zo'n ring hebben gezien. Omdat de meeste mensen op een andere manier Lyme hebben gekregen, lijkt het wel logisch dat zij zich ook geen ring herinneren rondom een beet die zij niet hebben gehad. Dit is volgens beschikbare data slechts 5% van alle mensen met Lyme.

*Mythe 5: 'Je kan naar iedere arts toe gaan'*

'Lyme Literate' artsen zijn zo ongeveer net zo moeilijk te vinden als eerlijke politici. Dit is al eenvoudig te verklaren door het feit dat artsen onjuiste of onvolledige informatie

over Lyme krijgen via Lyme Richtlijnen, in medisch-wetenschappelijke tijdschriften en door nationale overheden.

Bijna alle artsen en therapeuten die Lyme wel serieus nemen, hebben het eerst zelf gehad of van dichtbij meegemaakt – als mantelzorgers. Daardoor weten zij wel hoe moeilijk het is om te vinden en behandelen. 'Lyme Literate' artsen bestaan dus wel, gelukkig.

*Mythe 6: 'Je kan een bloedtest doen, die Lyme accuraat zal vinden'*

Met de toegestane testen heb je minder dan vijftig procent kans om Lyme te vinden. De parasiet die Lyme veroorzaakt verstopt zich voor het immuunsysteem, in de bloedcellen, de hersenen, de zenuwen, botten, bindweefsel, lymfeknopen of in biofilms. Daardoor 'ziet' ons immuunsysteem niets en kan je dus net zo goed een muntje opgooien als een standaard Lyme test doen. Betere testen bestaan wel, maar worden niet erkend en niet vergoed.

Dit alles leidt tot een puinhoop met arbeidsongeschiktheidskeuringen en -uitkeringen, de onderwijsinspectie, de kinderbescherming, de belastingdienst en soortgelijke bureaucratische instituten. Met dramatische gevolgen voor veel mensen.

*Mythe 7: 'Een korte (orale) antibioticakuur is afdoende om Lyme te genezen'*

Lyme specialisten beweren dat het onmogelijk is om Lyme infecties zo effectief te genezen. In infectieziektes gespecialiseerde artsen beweren zelfs stellig dat 'geen enkele andere infectieziekte ooit in de geschiedenis effectief kon worden genezen met 2 à 3 weken antibiotica'. Dit betekent dat hierdoor acute infecties 'by default' meestal chronisch worden. Daarna zijn zij nog moeilijker te vinden en behandelen.



Aangezien de *Borrelia* een groeicyclus heeft van vier weken, is de duur van de standaard antibioticakuur in ieder geval te kort; zelfs als antibiotica bij Lyme zouden helpen. Maar naast deze standaard (en als enige vergoede en erkende) behandeling zijn er vele mogelijkheden om de genezing van Lyme te benaderen. Er is overigens al rond 2000 door dr. Lida Mattman aangetoond dat de *Borrelia* resistent is tegen antibiotica.

*Mythe 8: 'De toename van Lyme infecties is langzaam gestegen over de laatste jaren; vooral in bosrijke gebieden'*

Het aantal Lyme infecties is exponentieel toegenomen. In augustus 2013 stelde de Centers for Disease Control & Prevention (CDC) haar aantal schattingen van nieuwe Lyme infecties per jaar in de VS bij naar ruim 350.000 (vergeleken met de ongeveer 30.000 nieuwe besmetting daarvoor). Dit was een toename van meer dan 10.000% binnen een jaar.



Volgens Lyme experts (en patiënten) zijn deze schattingen nog steeds veel te laag. Lyme is volgens hen de grootste epidemie ter wereld. En dus niet alleen in bosrijke gebieden. Het is gevonden in Californië, Australië, China, de Sahara en ten noorden van de Poolcirkel in Noorwegen.

*Mythe 9: 'Chronische Lyme is een mythe en het zit dus 'in hun hoofd''*

Zoals je kunt zien in Mythes 1 tot en met 8, denken vele mensen en professionals dat zij kennis hebben, terwijl dat eigenlijk een illusie gebaseerd op een combinatie van verschillende mythes. Als gevolg hiervan worden vele zieke mensen genegeerd, niet of slecht getest, verkeerd gediagnosticeerd en niet of slecht behandeld. Hierdoor blijven zij lange tijd ziek, wat de wetenschap zelf als 'chronisch' definieert.

Evenals bij Syfilis, kunnen de parasieten inderdaad letterlijk in het hoofd zitten van met (neurologische) Lyme geïnfecteerde mensen in plaats van 'in hun hoofd'; alsof ze gek zijn. Misschien zou iedere overheidsbeambte en professional, die aanneemt dat de gevolgen van een fysieke infectieziekte alleen maar 'psychosomatisch' of 'stress gerelateerd' zijn, eerst zijn eigen hoofd na kunnen laten kijken?

*Mythe 10: 'Iemand anders zal wel helpen'*

Nou, nee. Als jouw vriendschap je iets waard is, zal jij zelf iets moeten doen. Overheden, wetenschappelijke instellingen en het medisch 'zorg' systeem hebben de Lyme epidemie nu al ruim veertig jaar over het hoofd gezien. Slechts enkele artsen en alternatieve therapeuten hebben echte kennis over Lyme. Doodzieke mensen moeten nu naar andere landen of zelfs continenten vliegen om behoorlijke diagnoses en hulp te krijgen. Als ze daar tenminste het geld voor hebben. Dus waarom zou er automatisch hulp zijn voor jouw zieke vriend?

## Wil je meer weten?

### Teken aan de Wand

*'Dit is een ander soort boek over de Ziekte van Lyme. Het is niet zozeer geschreven voor Lyme patiënten, maar vooral voor hun dierbaren. Het laat eerder het menselijke gezicht van Lyme zien dan zijn klinische kant. Het zal je laten lachen en huilen, terwijl je de verhalen ontdekt over frustratie en genezing, medische onkunde en faliekant verkeerde diagnoses, en over manieren waarop je zowel jezelf kunt helpen als anderen steunen die lijden aan deze sluipmoordenaar van menselijk welzijn.'*

Anodea Judith in haar Voorwoord.

Vooraf bij Lyme blijkt mythe 10 een erg verraderlijke aanname te zijn. Ergens nemen wij mensen - begrijpelijk genoeg - aan dat als iemand dicht om ons heen ziek wordt, de dokter of het ziekenhuis de beste plaatsen zijn om naar toe te gaan. Zij zullen het dan wel oplossen, toch?

Daarom heb ik mijn boek *Teken aan de Wand* vooral geschreven voor vrienden en familieleden van erg zieke mensen. Want zij maken zich terecht zorgen en kunnen ook echt voor hen zorgen. Het boek is vooral een reisgids voor vrienden bij de ziekte van Lyme en heeft als doel om jou te helpen om jouw vriend met Lyme beter te kunnen begrijpen en te helpen, zonder jezelf in dat proces te vergeten.

Het boek verbindt, overbrugt, geeft overzicht en hoop. Je leest vijf verhalen over hoe Lyme in het leven van mensen verschijnt. Daarna krijg je diverse invalshoeken over wat je allemaal kan doen naast medische oplossingen, hoe je anders kunt denken en hoe je verbonden kunt blijven op deze barre tocht. Je vindt zelfs antwoorden op vragen waarvan je nog niet eens wist dat je die had. Op zijn minst ontdek je door het lezen dat jouw vriend niet gek is en jij dus ook niet.

### Verhaallijn

Het is een kunst op zich om zowel een complex onderwerp als de ziekte van Lyme zelf als om de ingrijpende ervaring ermee te begrijpen. Om de lezer hiertoe in staat te stellen, heb ik bij het uitdenken van mijn boek een beeld van de kronkelende weg met een brug over een rivier gebruikt. Het boek is in vier delen verdeeld.



**1. Verbinden:** eerst krijg je algemene informatie over Lyme. Hoe vaak het eigenlijk voorkomt, over hoe serieus het is en waarom het zo'n moeilijk te begrijpen ziekte is. Daarna krijg je vier persoonlijke verhalen te lezen die je in staat stellen om te begrijpen wat dit onderwerp betekent op een menselijk niveau.

**2. Overbruggen:** dit gedeelte in het boek geeft je de gelegenheid om na te denken over de vraag wat 'helpen' eigenlijk betekent in een situatie waarvan zo ongeveer alles complex en beangstigend is. Hoe kan je ook voor jezelf zorgen terwijl er een groot appèl op je wordt gedaan als mantelzorger en welke professionele hulp biedt de gezondheidszorg bij Lyme eigenlijk?

**3. Kijken:** hier nemen we enige afstand om beter zicht te creëren op het landschap waar de reis zich in afspeelt. Waarom is de situatie zo dramatisch als die nu is? Welke opties zijn er om Lyme te vinden en genezen? Hoe breken we door de huidige status-quo heen, met haar onvolwassen kennisniveau over Lyme?



**4. Actie:** het laatste gedeelte van het boek stelt je in staat om in actie te komen met de inzichten in het boek, variërend van hoe jij jouw vriend het beste kunt helpen binnen jullie eigen context, hoe je een meer constructieve relatie met artsen kunt opbouwen, hoe je bureaucratische systemen in beweging kunt krijgen en manieren waarop je mee kunt helpen om meer bewustzijn en verandering in de donkere wereld van Lyme te brengen.

### Verbinden

Je verbinden aan het onderwerp Lyme houdt verschillende dingen in. Als lezer kan je om geheel andere redenen dit boek willen lezen, waardoor de voordelen ervan ook zullen verschillen. De metafoor van de cruciale rol van vrienden van de hoofdrolspelers in Heldenreizen heeft als bedoeling om al die redenen mee te nemen. Het maakt daarom niet uit of je begint met lezen vanuit nieuwsgierigheid, bezorgdheid, angst of boosheid. De metafoor heeft als functie dat je verbonden blijft, terwijl je ook een stap terug kunt doen om helder te kunnen kijken. En om ook soms even te kunnen lachen.

Waar de meeste boeken over Lyme (of eigenlijk iedere ziekte) ofwel erg technisch zijn ofwel erg emotioneel beladen, is *Teken aan de Wand* zo opgebouwd dat je in staat zal zijn om tegelijkertijd de menselijke kant ervan te begrijpen, maar ook de andere lagen ervan te zien. Hoe lastig het is een complexe, verborgen bacteriële ziekte te herkennen in een maatschappij die is gericht op eenduidige, eenvoudig classificeerbare symptomen en op simpele verklaringen. Wat het verschil is tussen zieke mensen proberen te 'fixen' of hen te begrijpen. Waarom dit boek is geschreven voor betrokken vrienden met als voornaamste insteek hoe zij het beste 'another' kunnen helpen.

Daarna zal je het fenomeen Lyme in lagen beter gaan begrijpen: de mysterieuze aard ervan, de afwezigheid van duidelijke onderzoeks-gegevens en eenduidige

informatie. De bizarre verscheidenheid aan schattingen over hoeveel mensen Lyme eigenlijk hebben, hoe serieus het is en hoe makkelijk het is te herkennen. Een overzicht van waarom het niet zo eenvoudig is om op het eerste gezicht een verborgen epidemie te herkennen, die veroorzaakt wordt door een sluipmoordenaar.

Na het creëren van dit nieuwe referentiekader zal je vier persoonlijke verhalen lezen over hoe Lyme tevoorschijn kan komen in het leven en de lichamen van verschillende mensen: in het brein (Ben), in het bloed (Bregje), in de botten (Carla) en in de familie (Elma).

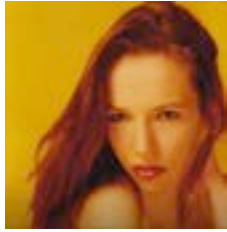
### Ben's verhaal



Ben heeft Lyme tenminste vanaf zijn jeugd gehad. Hij was een slim kind, maar kon zijn opleiding niet afmaken en moest zijn loopbaan afbreken door de schade die Lyme aanrichtte in zijn hersenen en zenuwstelsel. Ben heeft neurologische Lyme, maar hij kreeg jarenlang allerlei misdiagnoses en werd tot voor kort niet eens behandeld. Nu verbetert zijn gezondheid zich langzaam. Dit heeft grote financiële gevolgen voor hem, omdat chronische Lyme nog steeds grotendeels niet bekend en zeker niet onderkend is in de medische en verzekeringswereld.

Ben krijgt slechts een kleine arbeidsongeschiktheidsuitkering, waardoor hij de behandelingen die hij echt nodig heeft niet kan betalen. Dit plaatst niet alleen Ben zelf in een sociale isolatie, maar ook zijn levenspartner. Er is geen zorg geregeld voor mensen met chronische Lyme.

## Bregje's verhaal



Bregje veranderde op haar 25ste van een sportieve, vrolijke jongedame naar een chronische patiënt, door een infarct dat door Lyme in haar hersenen werd veroorzaakt. Ondanks een officiële Lyme diagnose in het ziekenhuis kreeg zij geen enkele effectieve behandeling ervoor.

Twaalf jaar later is zij grotendeels hersteld van het infarct, maar niet van Lyme. Haar verhaal laat zien hoe lastig het voor andere mensen is om hun vooroordelen aan de kant te zetten ('het was haar eigen schuld' of 'alleen drugsmisbruik kan de reden zijn voor een herseninfarct op jonge leeftijd'). Je zal door haar verhaal ontdekken in welke bureaucratische slangenkuil jonge mensen met Lyme terecht komen, hoe ook een officiële Lyme kan werken als een boemerang, hoe Bregje's levenspartners reageerden en welke invloed dat alles op haar leven had.

Daarnaast zal je ontdekken welke invloed verzekeringsmaatschappijen hebben op de keuzevrijheid van zieken en tenslotte welke belangrijke rol vrienden en familie kunnen spelen. Sinds kort heeft Bregje een tweede infarct gekregen en is hulp van vrienden nog meer welkom.

## Elma's verhaal



Elma en René vertellen over hun leven met zeker twee en mogelijk zelfs alle drie hun kinderen met Lyme. Elma had de eerste druk van *Teken aan de Wand* gelezen en startte daardoor haar eigen ontdekkings-tocht in het Lyme Labyrint. Haar zoon heeft wel een erkende diagnose, maar haar jongste dochter niet.

Omdat ook Elma voor het lezen van het boek dacht dat Lyme infectie slechts via tekenbeten kon plaatsvinden, had ze zich nooit gerealiseerd dat iedereen in haar gezin Lyme zou kunnen hebben. Dan zou zij haar eigen kinderen al tijdens de zwangerschap kunnen hebben geïnfecteerd.

## Carla's verhaal



Carla was een professionele danseres totdat zij plotseling in een elektrische rolstoel terecht kwam, met de diagnose van een reeks verschrikkelijke en ongeneeslijke ziektes. Daarna ging haar arm zoveel pijn doen dat zij, vrijwillig, die heeft laten amputeren om door te kunnen leven. Niet alleen had ze zo'n pijn, maar was haar hand ook helemaal aan het verteren.

Zij vreesde dat de afbraak niet alleen in haar hand bleef, maar ook door zou gaan naar de rest van haar arm. Daarom is voor alle zekerheid niet alleen haar hand, maar ook haar hele onderarm geamputeerd. Pijnstillers, die artsen in het ziekenhuis voorschreven, werden zelfs niet vergoed door haar verzekering, terwijl haar inkomen drastisch omlaag ging.

Haar verhaal laat je ook zien welke cruciale rol een zorgzame familie speelt voor iemand als Carla, om haar in staat te stellen

om zelfstandig te blijven wonen. Ook maakt het duidelijk wat het voor iemand betekent om ineens te ontdekken dat al deze 'ziektes' allemaal manifestaties van slechts één verborgen infectieziekte kunnen zijn. Het toont je de onderliggende onzekerheid, die opkomt als je het blinde vertrouwen in het medisch systeem achter je laat en hoe een sociale omgeving daarop reageert.

### Overbruggen

Na het eerste gedeelte van het boek zal je begrijpen waarom de metafoor van de heldenreis zo passend is bij Lyme. Daarom is het in dit tweede deel van het boek tijd om te schakelen naar de rol en waarde van vrienden op een reis, die net zo uitdagend, onzeker en wanhopig kan zijn als *In de Ban van de Ring of Harry Potter*.



De brug over troebele wateren begint met de ervaringen van mijzelf, deels als vijfde voorbeeld van hoe Lyme ook kan verschijnen, maar vooral ook als voorbeeld van de waarde van vriendschap op mijn eigen reis.

Vervolgens zal je als lezer een onderwerp kunnen beginnen te begrijpen, waarin zo ongeveer alles zo chaotisch, complex, angstaanjagend en verborgen is. Het hoofdstuk *Welke Hulp Helpt* gaat in op de noodzaak om eerst ook voor jezelf te zorgen en op hoe je de ervaring van een vriend kan begrijpen in plaats van zijn medische conditie. Hierbij wordt ook duidelijk waarom zelfmoord nu de meeste voorkomende doodsoorzaak is onder mensen met Lyme en dus waarom juist begrip zo belangrijk is.

### Kijken

Na dit inzicht in wat leven met Lyme inhoudt voor verschillende mensen, kijken we nu naar het landschap van 'Lyme Land'. In *Een Overzicht van Professionele Hulp bij Lyme* kom je te weten wat de officiële definitie en richtlijnen zijn, welk beleid er is, welke testen en oplossingen beschikbaar zijn en hoe de respons is naar mensen die Lyme hebben. Welke informatie hebben onze artsen eigenlijk over Lyme?

Nu zal je het onbegrijpelijke willen begrijpen: waarom krijgen mensen over de hele wereld structureel verkeerde diagnoses, worden zij niet of verkeerd behandeld en massaal onder de anti-depressiva gestopt? Is er misschien een 'methode achter deze krankzinnigheid' te ontdekken?

Vergezeld door voldoende humor zal je daarom op een soort 'toer langs Lyme voor Dummies' gaan in het hoofdstuk *In de Ban van de Pillen*. Daarin kan je onder andere zelf ontdekken waarom de mythes over Lyme zo halsstarrig zijn. Hiermee kan je ook jouw eigen geloofsovertuigingen over zorg, gezondheid en vertrouwen aan de kaak stellen.

Hoewel het tegen die tijd verleidelijk zal zijn om te polariseren, wordt je in *Onder Hun Huid* uitgenodigd om een U-bocht te maken en artsen te geven waar jouw vriend zo naar verlangd: erkenning, begrip en hulp. Hoe denken artsen eigenlijk? Hoe zijn ze opgeleid? Hoe kunnen zij als beroepsgroep een dergelijke epidemie missen? Waar zijn de goede professionals te vinden, ook al is het een minderheid, en hoe kunnen wij hen helpen om een betere arts voor ons te zijn?

Hierna volgt een opbeurend perspectief over een diepere laag van betekenis van Lyme in *De Verborgene Schatten van Lyme*: het potentiële verborgen cadeau ervan. Zoals Anodea Judith in haar *Voorwoord* schrijft, kan iedere ziekte ook een leraar zijn. Wat zou dan de les kunnen zijn van Lyme? Wat zeggen experts daarover? Wat



kan dat betekenen voor jou als vriend op deze reis? Zou het einddoel ervan iets anders kunnen zijn 'het probleem oplossen' en overleven?

### **Actie ondernemen**

Het laatste deel van het boek is bedoeld om jou in staat te stellen gerichte actie te ondernemen: hoe kan je een gelijkwaardiger en meer constructieve relatie met artsen en andere gezondheidsprofessionals opbouwen, hoe kan je bureaucratische systemen in beweging krijgen en wat is het verschil tussen empathie en medelijden? Ook wordt ruimschoots antwoord gegeven op de bijna vanzelfsprekend volgende vraag: 'wat nu?'

Daarna wordt je door een reis in de tijd meegenomen naar de 'toekomst' in *Kringen rondom Lyme*. Einstein stelde dat verbeelding het meest waardevolle menselijke vermogen is, dus waarom zouden we die niet gebruiken?

Het boek eindigt met de introductie van de website [Secrets of Lyme](#) en een wijze, wetenschappelijke reflectie over mijn boek van professor Hamelink. Hij bespreekt hierin het thema 'macht' op het gebied van menselijke gezondheid en geïnstitutionaliseerde gezondheidszorg.

## **Inhoudsopgave**

Voorwoord door Anodea Judith  
Proloog: De Cruciale Rol van Vrienden op Heldenreizen

### **Hoofdstukken:**

- 1 Introductie
- 2 Lyme door-krijgen
- 3 Ben's verhaal, Lyme in de zenuwen
- 4 Bregje's verhaal, Lyme in het bloed
- 5 Elma's verhaal, Lyme in de familie
- 6 Carla's verhaal, de recente ontdekking van Lyme in de botten
- 7 Mijn eigen verhaal, Lyme en vriendschap
- 8 Welke Hulp Helpt?

- 9 Een Overzicht van Professionele Hulp rondom Lyme
- 10 Uncommon sense' over Lyme
- 11 In de Ban van de Pillen
- 12 Onder Hun Huid
- 13 De Verborgene Schatten van Lyme
- 14 Warmte, Zuurstof, Openheid & Basisch
- 15 Kringen rondom Lyme
- 16 De Geheimen van Lyme

Epiloog door Professor Emeritus C.J. Hamelink: over Lyme, Instituten en Macht

## **Enkele korte lezersreacties**

"In zijn cruciale werk over de ziekte van Lyme demonstreert Huib Kraaijeveld wederom zijn bereidwilligheid en vermogen om vragen die stellen, die het comfort van de status quo ondermijnen. Als een toegewijd sociaal onderzoeker pretendeert hij niet alle antwoorden te hebben, maar loodst hij ons richting de onrustbarende en essentiële vragen, die wij ten behoeve van onze gezondheid moeten stellen."



*Professor dr. Cees J. Hamelink*

"Het lezen van *Teken aan de Wand* deed mij beseffen dat er te weinig bekend is achter het fenomeen Lyme. Op een uitdagende manier heeft de auteur inzicht gegeven in de ziekte van Lyme en handvatten om deze ziekte te lijf te gaan.

Ik heb dit boek aan vele van mijn patiënten 'voorgescreven' en bij de meeste werd verbazing gevolgd door herkenning. Een absolute aanrader voor iedereen met (nu nog) onverklaarbare klachten."



*Duco Kanij, Osteopaat,  
Nederland*

'Ik kan geen enkel ander boek meer langer dan twee minuten lezen, in deze hel van Lyme. Maar dit boek kan ik niet eens meer wegleggen! Ik had eigenlijk al uren geleden het huis moeten schoonmaken, maar ik kan niet meer stoppen.'



*Ineke, vrouw van een man met Lyme, Nederland*

'Een echte en niet pretentieuze gids voor verzorgers om Lyme echt te begrijpen. Dit boek zal jou helpen om volkomen te begrijpen waar jouw vriend doorheen gaat; ongeacht de symptomen die zij hebben. Ik zou willen dat het boek jaren geleden al geschreven was, want dat had mijn echtgenoot en mij zoveel frustratie en geld gescheeld.'



*Cheryl Versalle, Lyme patiënt, Verenigde Staten*

'Huib slaat de spijker op zijn kop door te stellen dat mensen met Lyme vooral begrip nodig hebben. Ik zou graag willen dat mijn eigen partner dit leest.'



*Anodea Judith PhD, VS Schrijfster en activist*

'Teken aan de Wand is een briljant boek dat de kracht van verbeelding en vriendschap erkent, uitlegt en viert op de reis terug naar gezondheid. Omdat ik getrouwd ben geweest met iemand die aan chronische Lyme leed, kan ik oprecht zeggen hoe veel ik het had gewaardeerd om toen dit boek te hebben, zodat ik had kunnen begrijpen wat er gebeurde in die tijd.

Het is mooi hoe Huib Kraaijeveld het vaak onbeschrijflijke lijden in beeld brengt van de mensen die door Lyme zijn besmet. Ondanks het zware (en belangrijke) onderwerp is dit boek heerlijk om te lezen. De citaten, de metaforen en de liefde in het boek bieden zacht kaarslicht en

kameraadschap zoals rondom een kampvuur, op een vaak donkere en eenzame weg. Ik ga *Teken aan de Wand* absoluut aanraden aan mijn klanten en vrienden!'



*Laura Bruno, VS Medisch Intuïtief consulent*

'Over geen ziekte bestaat zoveel misleidende informatie als over Lyme. Huib reikt op een heel vriendschappelijke en toegankelijke manier deze informatie aan, of wijst aan waar deze te vinden is. Last but not least, vind ik het schrijven van dit boek ook moedig want het is helaas zo dat de meeste mensen, de reguliere medische wereld niet in de laatste plaats, voor het thema Lyme terugschrikken.

'Lyme' is een onoverzichtelijk, alle vlakken van de mens en het leven bestrijkend onderwerp, waaromheen bovendien ook nog eens veel duisternis en onoorbaarheid hangt. Daarom is het dus – als je het thema in z'n geheel wilt nemen – niet gemakkelijk te behandelen. Huib doet dat toch, hij bent er gewoon mee aan de slag gegaan, waarvoor ik, en ik hoop velen met mij, hem dankbaar zijn.'

*Willem Jacobs, Nederland Auteur van 'Lyme Natuurlijk Genezen'*

'Wat weet jij van Lyme? Als professional in de gezondheidszorg, met vele cliënten met Lyme in mijn praktijk, dacht ik dat ik er wel iets van wist. Maar door het lezen van dit boek werd ik positief verrast. *Teken aan de Wand* is veel meer dan een persoonlijk verhaal. Het boek legt de complexiteit van Lyme in al haar eenvoud uit. Het is hoog tijd voor mij en mijn collega's om echt iets te gaan doen aan deze verborgen epidemie! Ik kan dit boek aanraden aan iedereen dichtbij mensen met Lyme en zelfs voor mensen die het zelf hebben.'



*Hayo Bol, Nederland Natuurgeneeskundige*

‘Dit boek heeft een unieke benadering om jou te helpen en waarderen, als de helpers van mensen die zwaar ziek zijn. Huib biedt je een nieuwe, praktische, mensgerichte manier om goed om te gaan met informatie over gezondheid. Ook luidt zijn boek een klok om een nieuwe tijd in te gaan, richting echt samenwerken aan gezondheid en ontplooiing. Dit is iets waar ik als arts lange tijd naar heb verlangd. Ik zie dat steeds meer van mijn collega’s daar ook naar verlangen. Er komt enige nederigheid terug in ons vak en dat geeft hoop!



*Kim Johannes Schimmler,  
Duitsland, arts*

‘*Teken aan de Wand* is een enorme ‘eye opener’ – zowel voor vrienden van mensen met Lyme als voor degenen die Lyme hebben. Ik ben ervan overtuigd dat dit boek duizenden mensen zal helpen.’



*Martin Möhrke, Europees  
onderzoeksleider van de  
Foundation for Alternative and  
Integrative Medicine*

‘Dit boek leest als een thriller! Het raakte mij diep en ik ben er zeker van dat het de toekomst zal veranderen.’



*Linda Graanoogst, writer &  
journalist, the Netherlands*

## Achtergrondinfo

### Over mij als auteur

Pas in 2007 ontdekte ik dat ik al langer dan dertig jaar eigenlijk de ziekte van Lyme had. Ik verliet daarna mijn loopbaan in business educatie om het internationale veld rondom Lyme in beweging te brengen. Dat doe ik nu in de [On Lyme Foundation](#) en als schrijver.

In mijn boek kan je lezen waarom beweging nodig is, en hoe jij daaraan kan bijdragen als reisgenoot van jouw eigen vriend met Lyme.

Je kan de Engelstalige Preview van mijn volgende boek ‘*Adventures of a Maverick in Lyme Lands*’ gratis downloaden in de [Catalogus](#) op mijn website.

### Disclaimer

Dit boekje is bedoeld om rond te kunnen sturen aan iedereen voor wie het waardevol kan zijn, dus voel je vrij om het viraal te maken.

Mocht je gedeeltes eruit willen citeren, delen of posten, dan graag mijn website erbij vermelden als bron.

*Teken aan de Wand; hoe je als vriend kan helpen bij de ziekte van Lyme* is via (online) boekwinkels en mijn eigen [website](#) te bestellen. Het boek is – net zoals dit e-boek - ook in het Engels te verkrijgen.

Mijn dank voor jouw hulp om deze informatie bij een breed publiek bekend te maken.