

Een allergisch kind rebelleert tegen het moderne leven.

Een toenemend aantal kleine kinderen heeft allergische klachten, of liever gezegd: reageert overgevoelig op ogenschijnlijk normale prikkels. Zij verdragen geen melk, noten of eieren meer en krijgen er eczeem, astma of diarree van. Wat is er zo bijzonder aan melk dat je daar zo extreem op reageert en waarom gaat het hierbij om steeds meer kinderen? De officiële wetenschap bevestigt de toename van allergie, die niet alleen onder kinderen meer voorkomt overigens, maar heeft er geen verklaring voor. Voor zover er onderzoek gedaan wordt, richt dit zich vooral op nieuwe geneesmiddelen die minder bijwerkingen vertonen en op steeds jongere leeftijd kunnen worden toegediend. En dat laatste is belangrijk, want overgevoelighedsproblemen doen zich op steeds jongere leeftijd voor. Veel baby's worden bij wijze van spreken al met eczeem geboren.

Bij het denken over oorzaken wordt al snel gewezen naar ons milieu: steeds meer auto's en dus steeds vuilere lucht, voedsel met een schier oneindig aantal toevoegingen, gemanipuleerde planten en steeds meer inenting, die op steeds jongere leeftijd gegeven worden. Talrijk zijn de verhalen over kinderen die dramatisch opknaptten toen hun ouders bijvoorbeeld glutamaat uit het eten weglieten of ze het drinken van frisdrank ontzegden. En het lijkt ook waar dat onze wereld in minder dan dertig jaar bijna onherstelbaar vervuild geraakt is, we daardoor (?) geen echte winters meer hebben en daarom onze weerstand (moten) ondersteunen met vitaminepreparaten.

Het is waar, maar ook een beetje makkelijk: het lijkt er zo op dat we er niets aan doen kunnen, dat het ons en onze kinderen van buitenaf wordt aangedaan en dat het bij de overgevoeligheid alleen om stoffen gaat: om lucht, water en voedsel, dat ons de problemen aandoet. De vervuiling en de daardoor ontstane gezondheidsproblemen overkomen ons en behalve het vermijden van de beruchte E's, hebben wij er niet veel greep op.

Nu realiseert elk weldenkend mens zich wel dat we met z'n allen de maatschappij vormen en zo elk ons deel bijdragen aan het milieuprobleem, maar het gaat menigeen waarschijnlijk toch te ver om onze hele West-Europese cultuur en de manier waarop daarin wij met onze kinderen omgaan als allergieën oproepend te bestempelen. Maar misschien zijn de bovengenoemde stoffen, de melk, de gemanipuleerde soja of de suiker slechts uitingen van de manier waarop wij anno 2003 leven en geen geïsoleerde veroorzakers van allergisch of overgevoelig ongenoegen.

Voor de duidelijkheid: van allergie spreek je wanneer een overgevoelighedsreactie erfelijk bepaald is: bij een overgevoeligheid hoeft dat niet zo te zijn. Voor mijn verhaal maakt het niet zoveel uit of er voor het eczeem, de astma of de buikklachten een genetische reden aan te wijzen valt. Bij allergie heb je te maken met de lichamelijke bepaalde mogelijkheid om ergens overgevoelig op te reageren, maar het hoeft niet. Het is dus meer de vraag wat de allergische reactie uitlokt dan dat het een absoluut gegeven is. Zolang er in een gezin geen hond is, kan een hondenhaarallergie onzichtbaar blijven. In dit verhaal zullen beide termen daarom door elkaar gebruikt worden.

Hoeveel tijd heeft een kind nodig om zich op een normale manier te ontwikkelen van baby tot schoolkind? En wat misschien wel belangrijker is: hoeveel tijd *krijgt* een kind daarvoor? Is het nog mogelijk voor een kind om in zijn eigen tempo te groeien tot wie het worden wilt. En is het denkbaar dat moderne maatschappelijke ontwikkelingen debet zijn aan de gezondheidsproblemen zoals die hierboven beschreven zijn. Mag je tenslotte problemen als huilbaby's, allergie, eindeloos kwakkelende en met hun amandelen of oren tobbede kinderen en een toenemend verschijnsel als ADHD op een hoop gooien en bestempelen als de ultieme consequentie van onze manier van leven? Deze vragen nodigen uit om eerst een beeld te schetsen van dat wat onder kinderlijke ontwikkeling wordt verstaan, te kijken wat daarin mis

kan gaan en vervolgens te bepalen of een verschijnsel als allergie hieruit logischerwijs kan voortvloeien.

Een kind dat geboren wordt en het aardeleven begint is als een jongvolwassene die aan het eind van de puberteit het huis uitgaat, vader en moeder gedag zegt en een huurhuis betreft, gemeubileerd en wel. Het is niet precies wat hij zoekt, maar hij heeft in elk geval een huis voor zichzelf. Geleidelijk aan wordt het steeds meer zijn eigen huis omdat de geleende meubels vervangen worden door zelfgekochte, de muren een frisse, zelf uitgekozen kleur krijgen en er op de voordeur een bordje met de naam van de bewoner geschroefd wordt. Van een huurhuis, een onpersoonlijke, geleende toestand, maakt de bewoner het tot een eigen huis, waarin hij zich veilig en geborgen weet en zijn persoonlijke sfeer gebracht heeft. Tot dat huis heeft niemand toegang zonder de toestemming van de bewoner, de eigenaar van de sleutel. Ramen en deuren bieden uitzicht op de wereld, laten indrukken uit die wereld toe en kunnen naar believen door de bewoner van het huis gesloten of geopend worden.

Net zoals iemand zich zijn eigen huis vormt en inricht, zo gaat het ook met het kleine kind dat met de groei van zijn lichaam " bezig" is. Dat lichaam is aanvankelijk ook geleend, geërfd van zijn ouders. Gedurende de eerste zeven jaar ongeveer is het kind doende dat erfelijkheidsmateriaal om te vormen tot een eigen, persoonlijk lichaam. Aan het einde van die zeven jaren zit het kind zo goed in zijn lichaam dat het er iets mee kan en wil gaan doen en zich op de lagere school open stelt voor al datgene wat er in de wereld te beleven en te leren valt. Op de lichamelijke ontplooiing volgt de intellectuele.

Dit is de ideale situatie. Je huis ziet er bijvoorbeeld heel anders uit wanneer je jezelf niet de kans en de tijd geeft om het naar je zin te maken. Het huis blijft kaal en onpersoonlijk wanneer je niet de moeite neemt of er het geld niet voor hebt om je eigen meubels uit te zoeken. Zonder goed slot op de deur kan iedereen naar binnen en zonder gordijnen voor de ramen zit je de hele dag te kijk. Je voelt je hierdoor niet prettig en onvrij in je eigen huis. Het huis geeft je een onveilig gevoel en eigenlijk wil je er liever niet in wonen.

Ook deze situatie komt veel voor in het kinderlijke leven, want krijgt het kind de kans om zich lekker te gaan voelen in zijn eigen lijf? Wordt hij nog zo afgeschermd van de invloeden van de buitenwereld dat er ongestoorde groei mogelijk is. Een goede ouder of kleuterjuf weet dat je kleine kinderen zo weinig mogelijk moet storen bij hun spel omdat spelen voor kinderen ongeveer hetzelfde is als groeien en een werkzaam lichaam opbouwen. Maar kinderen worden voortdurend gestoord. Al voorgeboortelijk wordt er al heel wat aan kinderen onderzocht met bijvoorbeeld echo's, nodig of voor de lol. Het lijkt mij onvoorstelbaar dat het ongeboren kind daar niets van merkt. Als onderzoeker of nieuwsgierige ouder betreed je daar privé-terrein, zonder je af te vragen of dat nu wel zo gewenst is. Het is verder voor veel kinderen moeilijk om al heel vroeg de aandacht van de ouders of verzorgers te moeten delen met tien andere kinderen in een kinderdagverblijf. Er is niets tegen een kinderdagverblijf, maar sommige kinderen redden het gewoon niet. Het kost ze teveel energie, ze zijn voortdurend verkouden en kwakkelig en raken overprikkeld.

Het moderne kind neemt al heel vroeg ongewild deel aan het stadsverkeer en raakt zo makkelijk overprikkeld door het lawaai en de voorbijflitsende auto's. Al die indrukken worden niet begrepen en kunnen dus ook niet verwerkt worden. Wie zijn kind nog vervoert in een nagenoeg afgesloten kindervan is hopeloos ouderwets.

Er is steeds minder besef van het feit dat het kind in zijn eerste jaren vooral omhulling nodig heeft. Langzaam komt het er weer in om baby's in te bakken, mutsjes op te zetten en kunststoffen te vervangen door wol en zijde, maar dit is toch lang bekeken als behorend tot het geitewollensokkenvolk. Warmte en omhulling zijn echter voor de ontwikkeling van het kleine kind basisvoorwaarden. Aan het inbakken ontwikkelt het kind een gezond gevoel voor begrenzing en afbakening. De huid wordt bewust waargenomen en ervaren als afscheiding

van de buitenwereld. Daarnaast wordt de huid tot een groot tastorgaan dat het kind in staat stelt om de wereld te gaan verkennen.

Je mag verder als ouder in steeds mindere mate zelf bepalen wanneer je kind toe is aan schoolgaan. De plannen om de leerplichtleeftijd te verlagen zullen ervoor zorgen dat veel kinderen zich moeten forceren in hun intellectuele ontwikkeling. Niet de lichamelijke ontwikkeling, maar de algemene opvattingen op regeringsniveau bepalen wanneer je eraan toe bent om te gaan leren.

Zo zijn er tal van invloeden te bedenken die er voor zorgen dat het “huis” van het kind, zijn lichaam, niet die persoonlijke invulling krijgt die het kind voor zijn verdere leven nodig heeft. Het kind krijgt niet de kans en de tijd om zijn lichaam in alle hoeken en gaten te verkennen, onbruikbare rommel op te ruimen en te vervangen door eigen spullen. Het lichaam blijft a.h.w. leeg en wordt niet goed bewoond of, beter gezegd, beleefd. Het kind zit niet goed in zijn lijf.

Dit geldt niet voor het hele lijf overigens. Je ziet bij veel kinderen dat het verstandelijke, waarnemende deel, gekoppeld aan het hoofd, zich wel goed ontwikkeld, maar dit is dan ook het eerste gebied wat het kind lichamenlijk betreedt. Vaak is die eerste ontwikkeling zelfs wel wat te goed en staan de zintuigen, deel van en voorwaarde voor het waarnemen en daarover nadenken, wagenwijd open. Allergische kinderen nemen overdreven goed waar; ze kunnen niet anders. Het probleem is alleen dat al die indrukken die tot ze komen via de zintuigen, niet verwerkt kunnen worden. Er wordt van alles in het huis naar binnen gedragen, maar het krijgt geen plek. De bestelde meubelen en rollen tapijt staan ergens in het huis, maar worden niet in het interieur geïntegreerd. Lichamenlijk gezien betekent dit dat het kind van alles inslikt, maar het niet kan afbreken, verteren en stofwisselen. De indrukken, of het nu gaat om visuele prikkels of voedsel, kunnen niet worden omgevormd tot eigen lichaamssubstantie. Er is dan ook vaak letterlijk sprake van een stofwisselingsstoornis.

Hoe moet je nu een allergische reactie begrijpen uit het bovenstaande. Eigenlijk komt het neer op: paniek! Er is op een gegeven moment zoveel in het lichaam aanwezig dat niet van het kind is of althans niet door het kind bewerkt is tot eigen substantie dat er heftig verzet ontstaat. Nodig of niet nodig begint het kind alles wat hem in de weg staat, het lichaam uit te werken. Nodig of niet nodig, want ook zaken die wel van nut kunnen zijn voor de lichamenlijke groei als melk of graanproducten worden zonder pardon verder geweigerd. Het hoort dus bij allergie om ook het onderscheidingsvermogen kwijtgeraakt te zijn tussen voor de lichamenlijke ontwikkeling nuttige en onnuttige toevoer uit de buitenwereld. Dat onderscheidingsvermogen ligt lichamenlijk gezien verankerd in het immuunsysteem, het stelsel van lymfbanen en klieren waarin de kennis ligt opgeslagen aangaande ongewenste indringers en het benodigde verweer daartegen. Je bent ergens immuun voor wanneer je een ongewenste prikkel als zodanig kunt herkennen en ook weet wat je moet doen om er van af te komen. Zo vult een bijvoorbeeld baby zijn immuunsysteem door in zijn eerste levensjaar vaak verkouden te zijn. Er lijkt bij allergie echter sprake te zijn van twee verschillende immuunsystemen: een systeem dat, net als bij een ander mens, het kind in staat stelt om zich tegen bacteriën of virussen te verweren, en een ander dat zich verweert tegen invloeden waartegen verweer objectief gezien geen zin heeft. Dat laatste systeem is meer op emotie dan op verstand en de mogelijkheid om keuzes te maken gebaseerd en komt voort uit een wanhoopspoging van het kind om zich in zijn te volle huis toch nog een eigen plekje te verwerven. Dat er twee zulke immuunsystemen een rol spelen blijkt overigens al uit het feit dat er bij allergische reacties andere immunoglobulines een rol spelen dan bij de gewone afweerreacties.

Het is heel interessant dat allergische reacties zich in het lichaam altijd afspelen op grensvlakken tussen binnen en buiten: huid, long- of neusslijmvlies en darmwandbekleding.

De huid lijkt wel een strijdtoneel tussen de invloeden van buitenaf en de eigen wil van het kind geworden te zijn. Er is in elk geval geen sprake van een plaats waar het kind rustig en op zijn eigen wijze kan bepalen wat het wel en niet toelaat. Er komt sowieso teveel binnen en het enige wat het kind kan doen is het weer met geweld van zich proberen te gooien. Eczeem, slijm uit de neus of diarree is te zien als net zo'n uitscheidingsgebaar als je ontdoen van urine of ontlasting, alleen op de verkeerde manier en plaats.

Om in het beeld van het huis te blijven: de deuren en ramen staan wagenwijd open, daarom kan er van alles naar binnen en het enige wat de eigenaar weet te bedenken is alles weer door dezelfde openingen naar buiten te gooien. Daarna spijkeren sommige "allergische eigenaren" ramen en deuren dicht en laten niets meer binnen. Bij allergische kinderen zie je dat terug in het fenomeen dat op een gegeven moment helemaal niets meer w.b. voedsel verdragen wordt of dat elk luchtje in staat is een astma-aanval uit te lokken. Dat is dan ook weer overdreven, maar past wel bij het beeld van het allergische, op emotie gebaseerde immuunsysteem. Eczeem zou je in die zin kunnen interpreteren als een poging om een extra dikke huid te hebben en daarmee een extra bescherming tegen de buitenwereld.

Hoe kunnen wij een allergisch kind helpen? Alle maatregelen die we kunnen bedenken komen in feite neer op beschermen, afbakenen en begrenzen. Hoe zorgen we ervoor dat er niet teveel prikkels binnenkomen. Of het nu gaat om de kleding, de voeding of de kinderopvang, in alles moeten we ons afvragen of het kind het aankan en het de bescherming biedt die het voor zijn ontwikkeling nodig heeft. Uiteraard moet je een kind dat allergisch is voor melk een dieet bieden dat geen melkproducten bevat, maar je moet je ook afvragen wat je nog meer kunt doen om te zorgen dat het kind zich niet in paniek afwendt van het moderne leven.

Rotterdam 27 december 2002

Aart van der Stel