


Dit helpt mij

Mijn ervaring met IgA behandeling sinds 2019. Lifestyle en voeding spelen hierbij een belangrijke rol in samenwerking met mijn integratieve nefrologe/dietiste en mijn Ayurveda docente.

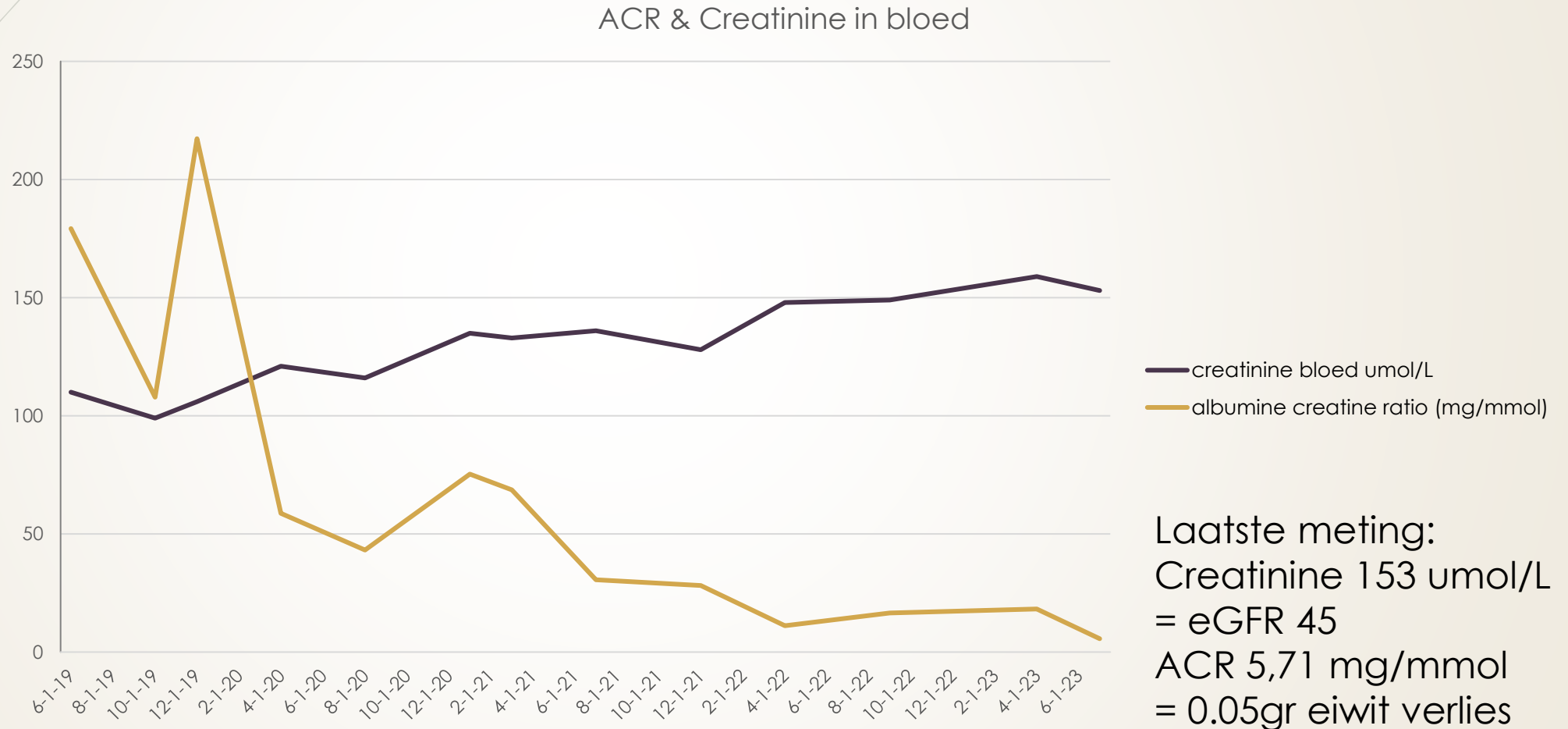




IgA nefropathie


- ▶ Bloed in urine tijdens jeugd
 - ▶ Diagnose 2019 (EGFR rond 60 en 1,5 gr eiwit verlies)
 - ▶ Lage/normale bloeddruk
 - ▶ Geen verdere symptomen
 - ▶ Ipv prednison, met een integratieve nefrologe/dietiste verder gegaan.
- 

Creatinine in bloed en ACR verloop





Hoe ik ermee omga

- ▶ Integratieve nefrologe/dietiste (Spanje)
 - ▶ Medicatie en supplementen
 - ▶ Dieet (AIP dieet in het begin)
 - ▶ Ayurveda
 - ▶ Vertering, constitutie en kwaliteiten
 - ▶ Lifestyle
 - ▶ Dieet
 - ▶ Overige
 - ▶ Therapie en coaching
 - ▶ Bemer PEMF therapie
- 

Integratieve nefrologe/dietiste

Medicatie

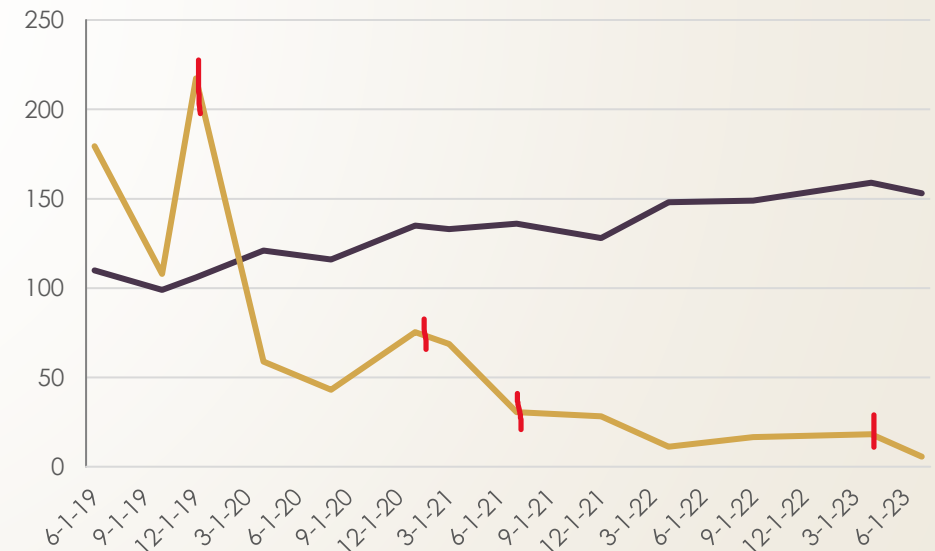
- Van Perindopril naar Losartan 12,5mg per dag
- Ferritine 200mg per dag naar enkele keren tijdens menstruatie

Supplementen

- Visolie (720 EPA en 480 DHA)
- Cordyceps sinensis (790 mg)
- Vitamine C
- Vitamine D

- Aangepast Auto Immuun Protocol dieet de eerste 4 maanden

ACR & Creatinine in bloed





Ayurveda



Indiase levenswetenschap welke focust op het begrijpen van de natuurlijke ritmes en daar naar leven om zo balans te (terug)brenge in het lichaam.

Elk effect heeft een oorzaak.

- ▶ Vertering en capaciteit
 - ▶ Agni: verteringsvuur (voeding, emoties, ervaringen etc.)
 - ▶ Ama: hetgeen dat niet verteerd kan worden en verstopt (cholesterol, IgA)
- ▶ Lifestyle
 - ▶ Ayurvedische routines
- ▶ Dieet
 - ▶ Balans brengen met voeding lettend op de elementen.



Overige



- ▶ Therapie en coaching
 - ▶ Emotionele en fysieke zelfontwikkeling
- ▶ Bemer PEMF therapie (lage intensiteit gepulseerd elektromagnetisch veld)
 - ▶ Stimuleerd de microcirculatie



Dank voor jullie aandacht

Zijn er nog vragen?