

Christian Jessen

Dokter, mag ik iets vragen?



Inleiding

Er is één constante in het vak van arts – daar zijn alle medici over de hele wereld het over eens: we hebben nooit, maar dan ook nooit géén dienst. Ik bedoel niet dat als iemand op straat in elkaar zijgt, we op een holletje moeten gaan helpen, of als een passagier in een vliegtuig ineens ziek wordt, we verplicht zijn hulp te bieden (hoewel dat natuurlijk zo is!). Ik bedoel in het dagelijks leven, bij alledaagse gesprekken. Familiebijeenkomsten veranderen maar al te vaak in minilezingen, met broers die iets willen weten over deze moedervlek of dat knobbeltje, tantes die info willen over wat voor hen de beste hormoonbehandeling is, en altijd bezorgde grootouders die willen controleren hoe het zit met de competentie van hun eigen huisarts: of die wel de juiste bloeddrukverlager heeft voorgeschreven. Bij praktisch elke denkbare gelegenheid worden, zodra wij hebben verteld wat we doen voor de kost, de vragen snel op ons afgevuurd – en ook nog eens met honderden tegelijk. Etentjes zijn absoluut het ergst. Hoe meer wijn de gasten drinken, hoe vrijpostiger de vragen worden, dingen die ze duidelijk al jaren heel graag hebben willen weten, maar alleen kunnen vragen onder de bevrijdende invloed van wijn en lekker eten, en nooit binnen de sobere muren van hun plaatselijke dokterspraktijk.

Dat heeft me aan het denken gezet. Misschien kan het ons dokters

een boel adem schelen als ik alle vragen verzamel die we altijd krijgen. Misschien kan het zelfs een goed naslagwerk worden? Aan wie kun je tenslotte al die vragen stellen? Je kunt niet een afspraak maken bij je huisarts alleen maar om te vragen waar je blindedarm voor dient. Misschien lijkt je vraag wel te onbenullig om iemands tijd mee te verdoen (*Blijft kauwgom echt zeven jaar in je lichaam zitten als je het doorslikt?*). Misschien is je vraag een beetje morbide en kijkt iemand je met opgetrokken wenkbrauwen aan (*Poepen we vanzelf als we doodgaan?*) of is het gewoon zo billenknijsperig gênant dat je het nooit aan wie dan ook zou durven vragen (*Waarom ruikt mijn vaginale afscheiding zo vies?*). Op internet staat enorm veel informatie, maar hoe kun je weten dat de site waar je op belandt de juiste en actuele gegevens bevat?

Dus heb ik besloten deze verzameling bijeen te brengen van de meest voorkomende en merkwaardigste vragen die wij dokters gesteld krijgen. Ik ben ervoor gaan zitten en heb met collega's gesproken, heb aantekeningen gemaakt van veel van de dingen die mij worden gevraagd, in de kliniek en erbuiten. Ik heb oude brieven en e-mails doorgenomen, gedacht aan iedereen die me ooit op straat of op een feestje met een vraag heeft aangehouden, en heb me zo veel dronken etentjes herinnerd als ik maar kon. Ik heb er zelfs een heleboel top 10-lijstjes en kadertjes in gestopt met interessante feiten en cijfers, om je gretig te maken naar meer.

Dus nu hoeft je niemand meer hardop te vragen, en je kunt ons dokters de geneeskunde laten vergeten en ons laten genieten van onze etentjes, vrij om te roddelen over *De X-factor* in plaats van X-chromosomen, want alles staat hierin, netjes onderverdeeld, zodat je het antwoord op jouw specifieke mysterie beter kunt vinden. Het boek bevat vragen over mannen- en vrouwenproblemen, seks, dieet en conditie, en zelfs nog wat alles waar ik geen passend vakje voor kon vinden (*Krijg ik artritis als ik mijn vingers laat kraken?*). Als er iets met je is en je wilt daar meer informatie over, of als je alleen

maar wat bijzondere feiten over je lichaam wilt weten, dan is dit het boek voor jou.

Ik ben me ook steeds meer bewust geworden van het aanzienlijke aantal fabeltjes dat de ronde doet en dat ten onrechte het beeld geeft dat je met dit of dat gedrag gegarandeerd je gezondheid verbetert. Veel van die dingen worden vast in goed vertrouwen rondgestrooid, maar de geneeskunde is al weer een heel eind verder en we zouden dat soort onzin echt niet meer moeten verspreiden. Het advies om twee liter water per dag te drinken, de raad om koolhydraten te laten staan als je wilt afvallen, regelmatig te ontslakken en homeopathische middeltjes te gebruiken, zijn gewoon een stel eenentwintigste eeuwse gezondheidsmantra's die vaak kritiekloos worden geaccepteerd, en naar mijn idee pure kletspraat zijn. Dus ik bespreek zo veel mogelijk van dat soort dingen ook. En begin nou niet over chiropractors...

Dr. Christian Jessen

Londen, 2010

www.drchristianjessen.com

Moet je echt veel eten als je verkouden bent? En als dat zo is, waarom wordt kippensoep dan altijd aanbevolen?

Eten helpt je lichaam niet alleen in de strijd tegen verkoudheid, maar kan ook helpen om je beter te voelen. Nederlandse onderzoekers hebben ontdekt dat je door te eten nou net het type immuunreactie stimuleert dat de virussen vernietigt die verkoudheden veroorzaken. In hun experimenten toonden zij aan dat het niveau van interferon gamma, een stof die wordt geproduceerd door infectie bestrijdende cellen en een rol speelt bij het proces waarin T-cellen de cellen vernietigen die door een vreemde indringer (een pathogeen) zijn aangevallen, in ons lichaam zes uur na een maaltijd vier keer zo hoog is. Het niveau van interferon gamma daalt juist als verkouden mensen alleen water drinken.

Maar niet alle soorten eten werken goed. Je moet een gezond, uitgebalanceerd eetpatroon kiezen. Kippensoep wordt bedlegerigen al sinds mensenheugenis aangeboden, en het lijkt erop dat die gewoonte helemaal niet zo gek is. De soep heeft ontstekingsremmende eigenschappen, en er is onderzoek waaruit blijkt dat de beweging van de witte bloedlichaampjes, die verstopping en andere ongewenste symptomen van een kou kunnen veroorzaken, erdoor wordt verminderd.

En weinig eten als je koorts hebt?

De meeste artsen zullen je adviseren je aan een normaal dieet te houden, of je nu koorts hebt of niet. Er is zelfs onderzoek dat erop lijkt te wijzen dat vasten tijdens een ziekte gevaarlijk kan zijn. Zoals we in de vraag hierboven al zagen, belemmert een verminderde

voedselinnname het vermogen van het immuunsysteem om op een infectie te reageren, want belangrijke cellen krijgen er minder energie door en die hebben ze juist nodig om eiwitten te produceren die binnendringers kunnen herkennen en te lijf kunnen gaan.

Wist je dat... je gehoor minder scherp is na een flinke maaltijd?
Om die reden eten musici en zangers vaak niet voor een concert.

Waarom hebben we oorsmeer? En hoe kun je dat het best weghalen?

Oorsmeer is een nuttige stof die door je lichaam wordt geproduceerd om je oren te beschermen en schoon te houden. Het heeft een aantal belangrijke functies: het reinigt, smeert en beschermt de binnenkant van je oren door vuil vast en water tegen te houden. Het is ook een beetje zuur en heeft antibacteriële eigenschappen. Zonder oorsmeer zou de huid in je oren droog kunnen worden, wondjes kunnen krijgen en geïnfecteerd kunnen raken, of er zou water in je oor kunnen komen, met gevoeligheid als gevolg.

De hoeveelheid oorsmeer die wordt geproduceerd, is meestal tamelijk constant, maar als je koud of vaak last van allergie hebt, producer je misschien meer. Het kan zich ophopen en vast komen te zitten, en daardoor hoor je dan minder goed. Er zijn twee soorten oorsmeer: droog en nat. De natte soort kan de boel verstopen. Gebruik nooit wattenstaafjes, want die duwen de smeer alleen maar verder je oor in en drukken het samen. Zet ook die oorkaarsdingen maar uit je hoofd: het enige wat die doen is hete was op je hoofd druppelen. Kauwgom kan wel helpen om zo'n prop van zijn plaats te krijgen (door die kauwgom te kauwen, niet door hem in je oor te stoppen), en olijfolie in je oor maakt de prop zacht, waardoor die makkelijker naar buiten kan komen.

Als ik vlieg, krijg ik een stekende pijn in mijn oren. Dat gaat daarna meestal vrij snel over, maar mijn gehoor kan nog een tijdje na de vlucht een beetje gedempt zijn. Hoe komt dat en wat kan ik eraan doen?

Als je in een vliegtuig omhoog- en omlaaggaat, krijg je behoorlijk veel drukveranderingen in je oren. Van die veranderingen heb je meestal meer last als de buisjes die je oren met je neus verbinden door een verkoudheid of een infectie dichtzitten.

Ik stel voor dat je neusdruppels gebruikt een uur vóór je vlucht, en kauw tijdens de landing op kauwgom of een toffee, zodat je moet blijven slikken. Door te slikken kunnen de buisjes beter openblijven en dat vermindert de druk en verlicht de pijn. Als je je mond heel wijd opendoet, zoals wanneer je geeuwt, kan dat ook helpen. Je zou jezelf eens kunnen laten nakijken om te zien of je misschien chronische ontstekingen of een voorhoofdsholteontsteking hebt.

Er zit bloed in mijn urine. Wat moet ik doen?

Ga naar de dokter. Meestal is de oorzaak een infectie, maar er zijn andere mogelijke oorzaken: nierstenen of blaasstenen, en zelfs een tumor in de blaas. Dit is belangrijk: het is nooit 'normaal'. Het wijst erop dat er iets mis is en daar moet naar worden gekeken. Een infectie kan eenvoudig worden behandeld met een antibioticum, maar je moet een dergelijke klacht beslist aan je huisarts melden. Die zal op z'n minst wat van je urine naar het lab willen sturen. Ongeveer 4 procent van de bevolking heeft bloed in zijn urine zonder dat er een aanwijsbare oorzaak voor is, maar dan is de hoeveelheid meestal niet met het blote oog waarneembaar. Dat wordt dan pas ontdekt bij controle van de urine met een teststrip. Als je gewoon zelf bloed in je urine kunt zien, moet dat altijd worden onderzocht. Bedenk wel dat je urine van bepaald voedsel, bijvoorbeeld bietjes, lichtrood kan kleuren. Je kunt ervan schrikken, maar het is volslagen onschadelijk.

Er zit een klein hard bobbeltje op de rug van mijn hand. Het zit er al een tijdje. Wat kan dat zijn?

Dat klinkt als iets wat heel veel voorkomt: een ganglion. Dat is een kleine cyste gevuld met een gelei-achtig vocht die om pezen heen groeit. Daarom zie je ze vaak op een handrug. Ze zijn helemaal niet ernstig en je kunt ze gewoon met rust laten. Vroeger werd een ganglion behandeld door er heel hard met een dik boek, bijvoorbeeld een bijbel, op te slaan, zodat hij openging, maar die historische behandeling kan ik je niet aanbevelen! Als een ganglion pijn doet of problemen geeft, kan een dokter er een naald in steken om het vocht eruit te halen, en hij kan ook operatief worden verwijderd. Anders kun je hem gewoon met rust laten, want met de tijd kan hij vanzelf verdwijnen.

Wist je dat... slechts ongeveer een derde van het menselijk ras perfect kan zien, en dat dat aantal aanzienlijk afneemt naarmate de leeftijd toeneemt?

Ik heb twee liesbreuken. Iedereen zegt maar steeds dat ik moet afvallen, maar wat kan ik doen om ervoor te zorgen dat ze niet erger worden?

De meeste liesbreuken komen door toegenomen druk in de buik, die wordt veroorzaakt door inspanning (zoals bij het tillen van zware dingen), hoesten of als je last van constipatie hebt. Als je te zwaar bent, dan draagt dat ook bij, want veel van het overtollige vetweefsel zit rond de ingewanden in de buik. Dat verhoogt de druk op de buikspieren en zorgt ervoor dat de ingewanden door eventuele zwakke plekken van de buikwand heen puilen: een breuk. Liesbreuken komen het meest voor bij mannen, vanwege een natuurlijke zwakte op die plaats nadat de testikels voor of na de geboorte in het scrotum zijn ingedaald.

Je moet je gewicht omlaagbrengen om te voorkomen dat de breuk erger wordt, en ook om de operatie makkelijker te maken. Vermijd activiteiten waarbij je zware dingen moet tillen of moet trekken of duwen, want daarbij sluit je je keel af, waardoor de druk in je buik en de breuk zelf alleen maar groter worden. Ik stel voor dat je aan aerobic-achtige lichaamsbeweging gaat doen, dertig minuten per keer, om de dag, want dat is waarschijnlijk het effectiefst. Zwemmen en fietsen op de hometrainer zijn het best.

Ik heb spataderen op mijn benen. Worden die van lichaamsbeweging nog erger?

Nee, je spataderen worden niet erger van lichaamsbeweging. De doorbloeding van je benen wordt er juist beter door, en daardoor kan het juist zijn dat de spataderen minder opvallen. Het bloed komt in je benen via je slagaderen en wordt weer naar je hart vervoerd via je aderen. In je aderen zitten kleppen, die ervoor zorgen dat het bloed niet de verkeerde kant op stroomt. Spataderen treden op als de kleppen in je aderen niet goed werken en de aderen opzwellen en uitrekken. Als ze er bijzonder lelijk uitzien of pijn doen, kun je ze operatief laten verwijderen.

Mijn moeder en oma hebben osteoporose en ik ben bang dat ik dat ook krijg. Ik ben 26 en wil weten wat ik kan doen om dat te voorkomen.

Osteoporose is een aandoening waarbij je botten dun en zwak worden, en makkelijk kunnen breken. Vrouwen kunnen het krijgen na de menopauze door veranderingen in het niveau van hun hormonen die normaal het calciumniveau en de botsterkte regelen.

Om osteoporose tegen te gaan kun je het best eerst naar je eetpatroon kijken. Calciumrijke voeding, zoals groene groenten, noten en sojaproducten, zijn allemaal goed. Zuivel en vis zijn ook goede bronnen. Als je denkt dat je daar niet genoeg van binnenkrijgt en je

niet veel zuivelproducten in je dieet hebt zitten, kun je een supplement met calcium en vitamine D nemen.

Iets anders belangrijks waardoor je botten sterk blijven, is lichaamsbeweging waarbij je gewrichten worden belast. Hoe meer je nu kunt doen nu je nog jong bent, hoe sterker je botten zijn als je ouder wordt. Ga wandelen, joggen, touwtjespringen, met gewichten trainen of aerobics doen, en zorg dat je een gezond gewicht houdt, want als je veel te weinig weegt, heb je ook meer risico.

Wist je dat... wij allemaal onze eigen unieke geur hebben, behalve eeneiige tweelingen? Pasgeboren baby's kunnen de geur van hun moeder herkennen, en velen van ons kunnen heel nauwkeurig de geur bepalen van mensen die belangrijk voor ons zijn en ons na staan. Een deel van die geur wordt bepaald door genetische factoren, maar geur wordt ook voor een groot deel bepaald door onze omgeving, ons eetpatroon en de producten die we voor onze persoonlijke hygiëne gebruiken. Dat allemaal bij elkaar creëert een unieke chemie voor ieder van ons.

Ik heb geen reuk meer. Ik kan me niet herinneren wanneer dat is begonnen, en het bederft echt mijn plezier in eten, want ik kan dat niet goed proeven. Hoe kan dat nou zijn gekomen?

Het verlies van reuk is een serieuze zaak en dus is het belangrijk dat de oorzaak wordt gevonden. De meest voorkomende oorzaken zijn neusinfecties, verkoudheid en hooikoorts. Die veroorzaken echter alleen een tijdelijk verlies van reuk en dat moet over zijn als het probleem uit de wereld is.

Er zijn vrouwen die hun reuk kwijtraken door een te langzaam werkende schildklier. Dat is een probleem dat kan worden aangetoond door middel van bloedonderzoek. Er kan iets aan worden gedaan

met pillen die het tekort aan schildklierhormoon corrigeren. De meest kwaadaardige oorzaak is een hersentumor die tegen de reukzenuwen drukt boven in je neus. Hoewel dat zeldzaam is, moet er onderzoek worden gedaan om die mogelijkheid uit te sluiten. Ik zou zo snel mogelijk naar de huisarts gaan om met de onderzoeken te beginnen.

Ik heb onlangs een buikoperatie ondergaan. Wat kan ik doen om het litteken kleiner en minder opvallend te maken?

Als je litteken relatief vers is, dan is het vrij donker en prominent. Dat is normaal. Met de tijd worden littekens minder en vervagen ze, hoewel dat een half tot een heel jaar kan duren. Gelukkig zijn er producten beschikbaar die kunnen helpen als je niet zo lang kunt wachten. Je kunt pleisters met siliconen-gel krijgen om over het litteken te plakken, of een crème op basis van siliconen, Dermatix, die je tweemaal daags op het litteken moet smeren. Het duurt een paar maanden voor het werkt en het is duur, maar het kan wel goed helpen, vooral bij littekens van brandwonden (waarvoor het in ziekenhuizen vaak wordt gebruikt). Een eenvoudigere en goedkopere oplossing zouden capsules met Bio-Oil® of vitamine E kunnen zijn. Snijd ze open en masseer de olie elke dag op het litteken. Daardoor kan het litteken beter genezen en veel minder opvallend worden.

Als ik zenuwachtig word, krijg ik grote rode vlekken op mijn gezicht, hals, borst en armen, en die vallen heel erg op. Door alcohol wordt dat erger. Is er iets dat ik kan gebruiken om ervoor te zorgen dat ik die vlekken niet krijg?

Wat jij hebt, heet idiopathisch craniofaciaal erytheem, ofwel buitensporig blozen, waaraan wel zo'n 10 procent van de bevolking lijkt te lijden. Het wordt veroorzaakt doordat de bloedvaten in je huid verwijden door chemische en zenuwsignalen die ontstaan als je gestrest raakt of onder druk staat. Het is vaak moeilijk te behandelen, maar er

wordt veel succes geboekt met cognitieve gedragstherapie en neuro-linguïstisch programmeren. Er kan ook een operatie worden gedaan om de zenuwen die het blozen aansturen door te snijden. Daar zijn natuurlijk risico's aan verbonden, maar bij sommige mensen kan het goed werken.

Wist je dat... als iets niet oplost in speeksel, je het niet kunt proeven? Voedsel of iets anders kan alleen smaak hebben als chemische onderdelen van die stof in speeksel oplossen en zo de smaakpapillen stimuleren.

Ik heb een heel slechte adem, al jaren. Het lijkt wel of het van achter uit mijn mond komt of van het achterste deel van mijn tong. Zijn er antibiotica verkrijgbaar om het aantal bacteriën in je mond te verminderen, en kan dat de moeite van het proberen waard zijn?

Slechte adem, of halitose, is een probleem dat iedereen op enig moment kan treffen. We weten allemaal hoe het is als je dicht bij iemand staat die net knoflook of uien heeft gegeten. Jouw geval klinkt echter een beetje ernstiger. Ik stel voor dat je eerst de tandarts goed naar je gebit laat kijken, want tandvleeskwalen en rotte tanden of kiezen zijn de belangrijkste boosdoeners, samen met roken en te veel pimpelen.

Door een dieet kan je adem ook vies ruiken; het Atkinsdieet is daar een berucht voorbeeld van. Andere mogelijkheden kunnen zijn: een lever- of nierkwaal, en zelfs bepaalde medicijnen, bijvoorbeeld antidepressiva, die de speekselproductie remmen. Zorg ervoor dat je regelmatig je gebit flost, en misschien is het de moeite waard om in een tongschraper te investeren. Maar wees gewaarschuwd: de kleur en de geur van wat je van je tong af haalt als je dat ding voor de eerste

keer gebruikt, zijn waarschijnlijk schokkend!

Als je dat allemaal hebt geprobeerd en niets werkt, dan kan het zijn dat je te veel bacteriën in je mond hebt, en er bestaat inderdaad een antibioticum voor om daarvanaf te komen; dat heet Metronidazol. Je hebt er een recept van je huisarts voor nodig.

Is botox veilig?

Iedereen heeft van botox gehoord, maar niet iedereen weet dat het eigenlijk een gezuiverde vorm is van de giftige stof die door bacteriën wordt gemaakt die voedselvergiftiging veroorzaken! Als die echter in rimpels in het gezicht wordt ingespoten, worden de samentrekkingen van de spieren onder de rimpels tijdelijk lamgelegd, en daardoor treden er minder rimpels op.

Er is zeer weinig risico aan botoxinjecties verbonden, maar ik zou wel willen aanraden dat een ervaren arts ze toedient, want goede kennis van de anatomie van het gezicht is vereist voor een bevredigend resultaat, en de resultaten kunnen per behandelaar verschillen. Het effect van botox is niet blijvend: het duurt slechts maximaal zes maanden. Dus houd er rekening mee dat er later bijgespoten moet worden, en bedenk dat, zoals bij de meeste cosmetische handelingen, minder meer is.

Wat is aangezichtsverlamming van Bell precies?

De spieren van het gezicht worden aangestuurd door de gezichts-zenuw, die uit een opening in de schedel komt net onder en voor het oor. Daarvandaan verspreidt de zenuw zich waaivormig over het gezicht, met vertakkingen die naar elk van de vele piepkleine spiertjes gaan die onze gezichtsuitdrukkingen beheersen. Door een beschadiging aan deze zenuw kunnen al die gezichtsspier-tjes niet meer werken, wat je bij patiënten kunt zien als het onvermogen om te glimlachen of één oog goed dicht te doen.

Verreweg de meest voorkomende oorzaak van deze verlamming-

vorm is aangezichtsverlamming van Bell, veroorzaakt door een ontsteking van de gezichts-zenuw waar die de schedel verlaat. Het is niet bekend waar die ontsteking en de daaropvolgende verlamming precies door worden veroorzaakt. Als het probleem begint, ontwikkelt de patiënt een plotselinge verlamming van de gezichtsspieren aan één kant. Er kan enige milde tot matige pijn zijn op de plaats waar de zenuw naast het oor uit de schedel komt, maar die houdt na een paar dagen op. Ook de smaakzin kan verstoord zijn. Tweederde van de patiënten herstelt binnen een paar weken volledig zonder behandeling. De meeste anderen herstellen gedeeltelijk, maar 10 procent houdt op lange termijn een significante gezichtsverlamming.

Kloppen al die verhalen over dat het gevaarlijk en kankerverwekkend is om dicht bij hoogspanningsmasten te wonen? Is daar eigenlijk wel eens onderzoek naar gedaan?

Daar wordt onderzoek naar gedaan en een heleboel onderzoek is nog steeds gaande. De conclusie van het United Kingdom Childhood Cancer Study was dat er 'geen bewijs [was] dat blootstelling aan magnetische velden die te maken hadden met de elektriciteitsvoorziening in Groot-Brittannië, de risico's voor leukemie bij kinderen, kanker van het centrale zenuwstelsel of enige andere vorm van jeugd-kanker vergroot'. Maar wetenschappers van de Wereldgezondheidsorganisatie hadden kritiek op dat onderzoek en zeiden dat het niet volledig was: niet alle soorten blootstelling waren gemeten, en in de categorieën van hogere risico's had men slechts de gegevens van kleine aantallen kinderen gebruikt. Dat maakt het een beetje moeilijk te leven met de geruststelling die het United Kingdom Childhood Cancer Study probeerde te geven. Ik zou zeggen dat het laatste woord hierover nog niet is gezegd.

Wist je dat... door een beetje herrie de pupil van je oog verwijd raakt? Hoogstwaarschijnlijk is dat de reden dat luide, onverwachte geluiden mensen die nauwkeurig werk doen, zoals chirurgen en horlogemakers, zo kunnen storen. Door het geluid veranderen hun pupillen van focus en nemen ze onduidelijk waar, waardoor deze mensen meer moeite hebben met hun werk.

Zo nu en dan krijg ik een raar spiertrekje in een ooglid. Het voelt alsof het een sprongetje maakt. Hoe komt dat?

Dat is een heel normaal symptoom en het komt vaak voor in periodes van stress of vermoeidheid. We weten niet precies hoe het komt, maar we weten wel dat het niet erg is en zeker geen teken van een of andere griezelige hersen- of neurologische aandoening. Waarschijnlijk wijst het er eerder op dat je eens een goeie nacht moet maken. Hoewel er geen bewijs is dat het erger wordt door cafeïne, wordt er wel gezegd dat een lager cafeïnegebruik bij sommige mensen helpt.

Een trillend ooglid is niet hetzelfde als een verkramping van de spieren om het oog, waardoor dat oog dichtgaat. Dat heet blefarospasme, ooglidkramp, en dan moet je even naar de dokter.

Top 10 Overbodige lichaamsdelen

1) Keelamandelen

Die zijn een deel van het lichaam waar we zeker heel goed zonder kunnen en die sommige mensen een boel ellende kunnen bezorgen vanwege chronische ontsteking. Amandelen zijn lymfatisch weefsel dat makkelijk ontstoken en opgezwollen raakt. Er zijn mensen die menen dat ze niet moeten worden verwijderd,

omdat ze mogelijk betrokken zijn bij de ontwikkeling van ons immuunsysteem.

2) Neusamandel

Deze vreemde klier is een massa van lymfatisch weefsel en zit helemaal achter in je neus. Het is een deel van het immuunsysteem van je kinderjaren dat ingeademde bacteriën en virussen opvangt. Als je ouder wordt, verschrompelt je neusamandel, en als je volwassen bent, is hij nutteloos geworden.

3) Holten

Over holten in het lichaam is niet veel bekend. Het zijn alleen maar met lucht gevulde ruimten, maar we hebben er veel van in ons hoofd. Sommigen zeggen dat ze onze ogen isoleren, terwijl anderen menen dat ze de klank en toonhoogte van onze stem kunnen beïnvloeden. Niemand weet precies waar ze voor dienen, maar we weten wel dat ze ontstoken kunnen raken en dan hoofdpijn veroorzaken.

4) Tepels van de man

Daar is niet veel verklaring voor nodig, lijkt me. Mannen geven geen borstvoeding en dus zijn tepels bij hen echt niet nodig. Voor ons kerels zijn ze alleen maar decoratief.

5) Verstandskiezen

Je verstandskiezen zitten achter in je mond. Ooit waren ze erg nuttig, vooral toen mensen een dieet hadden dat bestond uit een heleboel taai vlees, want we konden er ons eten behoorlijk mee kauwen. Tegenwoordig krijgen veel mensen ze al niet eens meer, en als dat wél gebeurt, kunnen die kiezen de verkeerde kant uit groeien en pijn veroorzaken, en dan worden ze vaak getrokken.