



Werkt de tape voor hooikoortspatiënten? Kay (10) kan weer voetballen.

Tapen tegen hooikoorts

Alternatieve tape In de familie Langenveld traant en niest bijna iedereen in de hooikoortstijd. Gek van de jeuk klopt verslaggever Ron Langenveld aan bij een man die met 'wondertape' werkt. Helpt het om zich te laten beplakken of valt hij voor een placebo?

RON LANGENVELD

Ik kan het eigenlijk niet geloven. Of misschien durf ik het ook wel niet te geloven. Wat heb ik al niet geprobeerd om van mijn hooikoortsklachten af te komen. Spuitkuren, pufjes, druppels, noem het maar op. Maar het helpt geen zier. Ik heb mij erbij neergelegd. Het hoort erbij. Het voorjaar betekent voor mij tranende ogen, niesbuien en zo nu en dan binnenblijven omdat de klachten anders te erg worden. Behalve dit jaar dan, zo lijkt het. Alles staat al in bloei. En

ik heb - hoe is het mogelijk - nauwelijks ergens last van. Ik houd mezelf voor dat het vast heeft te maken met dat rare voorjaarsweer. Eerst te koud, daarna te warm, nu weer te koud. Mijn kinderen, ook stevige hooikoortspatiënten, hebben tot nog toe ook relatief weinig klachten. Zou die tape dan toch werken? Ruim een maand geleden heb ik mij laten beplakken met een aantal stroken hemelsblauw plakband. Na een tip van een collega, die in de praktijk van zijn fysiotherapeut een poster zag met een aanprijzing van medische tape 'als oplossing voor uw hooikoortsklachten'. Elastische tape tegen hooikoorts. Het moet niet gekker worden. In hun verlangen te worden verlost van hun klachten, grijpen hooikoortspatiënten vaker naar onorthodoxe middelen. Van pissebedden eten tot acupunctuur. Ik geloof er niet in. Ook niet in die tape. Dat je er spieren of gewrichten mee kunt ondersteunen, dat begrijp ik. Maar hoe een paar banen plakband een overgevoelig immuunsysteem tot bedaren moeten brengen, daar kan ik mij niets bij voorstellen. Dat kan hoogstens een placebo-effect zijn. Aan de andere kant, je weet maar nooit. Zodoende meld ik mij op een donderdagmorgen bij de praktijk van sportmasseur Manfred Jacobs in Vierlingsbeek voor een plaksessie. Jacobs, tevens gipsverbandmeester in Maasziekenhuis Pantein in Boxmeer, behoort tot het groeiende leger van masseurs, fysiotherapeuten, andere medici en paramedici die werken met de

kleurige tapes. "In 2001 zag ik in de krant een foto van tennisster Serena Williams met die tape rond haar knie." Hij zag al snel de potentie van het rekbare plakband. "Omdat het de pijn dempt en spieren en gewrichten ondersteunt, zonder dat het normale bewegingspatroon wordt beperkt," zegt hij. In het Maasziekenhuis zet Jacobs de tape in bij de behandeling van slijmbeursontstekingen. Maar ook bij problemen met kniebanden of gekneusde ribben, plakt de gipsverbandmeester regelmatig met het gekleurde plakband. "Dat was in het begin wel lastig ja," zegt hij over de scepsis die hij heeft moeten overwinnen. "In het ziekenhuis wil men toch liefst wetenschappelijk bewijs dat iets werkt." En dat is er nog niet altijd voor de elastische tape: dat het de doorstroming van weefsel bevordert, hooikoorts en menstratiepijn bestrijdt, kan niet wetenschappelijk worden aangetoond. Pijndemping en ondersteuning, weer wel, is uit onderzoek gebleken. "In overleg en met toestemming van de orthopeden heb ik destijds de eerste slijmbeursontsteking met de tape behandeld." Inmiddels is die toepassing geaccepteerd.

Proefpersoon

Vol vertrouwen tapet Jacobs er ook in zijn praktijk aan huis stevig op los. Onder andere bij hooikoortsklachten, waarvoor ik deze ochtend bij hem op de stoep sta. Of ik al 'last' heb, wil hij weten. "Anders werkt het niet." Die heb ik. Daarna is het arm naar voren en naar achteren, bukken, recht staan, terwijl

Jacobs blauwe stroken tape aanbrengt. Kort daarvoor heeft hij mij het instructieboek laten zien. "Hier ben ik mee begonnen," zegt hij. Een kennis diende destijds als proefpersoon. Het bleek te werken. "Zo ben ik verder gegaan." Op mijn rug krijg ik twee grote stroken plakband in de vorm van de letter c. En aan de voorkant kortere stukken die vanaf mijn schouders over mijn borstspieren lopen. "Er zit 10 procent rek op," zegt Jacobs over de elasticiteit. Het voelt alsof ik een rugzak draag. Langer dan een minuut of vijf duurt de plaksessie niet. Een week moet ik het laten zitten, waarna de tape nog een keer wordt ververst. "De meeste mensen merken vanzelf wanneer ze kunnen stoppen met hun hooikoortsmedicijnen," zegt Jacobs. Dat de tape werkt tegen hooikoorts, staat voor Jacobs als een paal boven water. "Ik bel iedereen op om te vragen naar het resultaat." Zo'n 80 tot 90 procent heeft er baat bij, kan hij met zekerheid zeggen. "Veel mensen komen jaar na jaar terug. En bij sommigen werkt het zelfs meerdere jaren." Zoals bij Cindy Janssen (43) uit Tegelen. Zodra in februari de eerste stuifmeelkorrels van de hazelaar door de lucht dwarrelden, begon voor de Tegelse een helse periode. "Jeukende ogen, loopneus, kortademigheid, jeuk," noemt ze de belangrijkste symptomen. "Ik reageer allergisch op zowat alles wat groeit en bloeit." Tot ze vier jaar geleden bij Jacobs de tape probeerde. "Na tien dagen had ik geen klachten meer." Ze wist niet wat haar overkwam. Elk voorjaar gaat ze op 'herhaling'. "Vraag me

niet hoe het kan, maar het is weg." Hoe dat kan, is inderdaad de grote vraag. Fysiotherapeut Harry Pijnappel uit Malden, die geldt als een van dé deskundigen op het gebied van elastische tapes, doet telefonische een dappere poging om met een verklaring te komen. Met termen als 'blokkades opheffen', 'bindweefselzones', en gebieden op de huid die 'in verbinding staan' met organen.

STUIFMEEL

Grote brokkenmakers: bomen, gras en onkruid

1 Bomen pollen het eerst. De grootste brokkenmakers zijn hazelaar en els die stuifmeel verspreiden in februari. De berk volgt in april. De concentratie berkenpollen kan oplopen tot ruim 2000 stuifmeelkorrels per kubieke meter lucht.

2 Met grassenallergie ben je ook slecht af: grassen bloeien maanden na elkaar. De lucht kan zeer hoge doses stuifmeel bevatten. Pollen van reukgras en vossenstaart dwarrelen al in april, die van rogge, kro-



paar en gewoon struisgras tot in augustus.

3 Van alle soorten onkruiden jeuken en branden er relatief weinig. De zuring begint in mei, brandnetel en smalle weegbree in juni (maar de eerste tot oktober), de bijvoet kwelt vanaf juli en de verschrikkelijke ambrosia in september, oktober.

Voetballen

"Maar dat is niet wetenschappelijk bewezen," moet hij over deze niet-westerse kijk erkennen. "De werking is moeilijk hard te maken. De tape is ook geen wondermiddel, maar een hulpmiddel in een behandeling." Jacobs ligt er niet van wakker. "Het belangrijkste vind ik dat ik mensen kan helpen. Ook al weet ik niet precies hoe het werkt." Zoals de 10-jarige Kay Rooijackers die sinds een tapesessie weer lekker buiten voetbalt. "Dat was voorheen écht niet mogelijk," vertelt moeder Veron. "Dan bleef hij met dit weer binnen. De klachten zijn

voor het overgrote deel weg. Hij heeft er de hele zomer profijt van gehad." Er zijn ook mensen waarbij de tape niet werkt, erkent Jacobs. Onwillekeurig ga ik ervan uit dat ik tot die groep behoort. Ware het niet dat de eerste tekenen tot mijn verbazing anders uitwijzen. Ik heb de afgelopen weken 'verdacht' weinig last van hooikoorts gehad. In een periode waarin ik normaal gesproken gegarandeerd nies en snotter. Dat is opmerkelijk. Al kan het ook een dip in mijn overgevoeligheid zijn, of zijn de pollen waar ik op reageer misschien niet zo prominent aanwezig? Bovendien: het stuifmeel van de grassen moet nog gaan dwarrelen. Voor de zekerheid check ik de hooikoorts-app. Nederland kleurt rood zie ik. Ook de komende dagen veel pollen in de lucht, luidt de voorspelling. En ik heb nauwelijks ergens last van. Heel vreemd. Zou het dan toch?