

Henny Huisman heeft allerlei allergieën

# ‘Ik kook de appels en peren die ik eet’

Bij tv-presentator Henny Huisman ontwikkelen zich op volwassen leeftijd diverse allergieën. Tijdens het schillen van een appel veroorzaakt opspattend vocht een opgezwollen oog. Susan Rozemeijer heeft een gesprek met hem in het restaurant van zijn dochter, het Ruiterhuys in Bakkum.

## Sinds wanneer heb je last van allergieën?

Henny: ‘Ik had aanvankelijk helemaal geen allergieën. Ik kreeg ze op latere leeftijd. Mijn zus had als kind wel bronchitis en was allergisch voor katten. Maar mijn ouders en ik hadden nergens last van. Ook niet van eczeem.’

## ‘Na de operatie ontstonden er blaren rond de wond die ingesmeerd was met jodium’

Toen Henny een jaar of 23 was en medebandlid Margriet Eshuis regelmatig een jonge hond meenam naar repetities en optredens begonnen de klachten te ontstaan. Henny kreeg last van kriebelhoesten. ‘Ik dacht nooit aan die hond als oorzaak ervan. Ik kreeg ook verkoudheidsklachten. Op een gegeven moment bedacht ik wel dat het aan de hond lag. Toen ik een jaar of 45 was, ontstond er een allergie voor kiwi, kers, appel, peer, noten en berkenpollen. Ik at elke dag een appel. Ik kreeg jeuk in mijn nek en achter mijn oren. Ik eet wel appels en peren, want ik vind fruit erg lekker. Maar die kook ik dan. Laatst kreeg ik tijdens het schillen van een appel een spatje vocht in mijn oog. Een enorme reactie kreeg ik daarvan. Nét een bal onder mijn oog. Van kiwi en kersen krijg ik blaren in mijn mond. Ik krijg zelfs een reactie wanneer fruit, waar ik allergisch voor ben, tegen een ander stuk fruit op de fruitschaal ligt.’

## Naast fruit ben je allergisch voor honden. Wat nog meer?

‘Jodium. Dat heb ik ontdekt toen er een niertumor operatief is verwijderd. Na de operatie ontstonden er blaren rond de wond die ingesmeerd was met jodium. En in mijn vorige tuin stond voor mij een soort plaag voor de deur. Berkenbomen. Wel twintig! Ik woon daar niet meer.’ Henny is er niet door verhuisd, maar zegt wel blij te zijn dat hij ze niet meer in zijn huidige tuin heeft staan. Van natuurzuivere honing ontstaat een onge-

### Paraberksyndroom

Als je allergisch bent voor berkenpollen, kun je ook een allergie krijgen voor vruchten zoals appel, peer, kiwi en aardbei. Maar ook voor noten zoals hazelnoot, amandel en pistache. En voor groenten: aardappel, tomaat, wortel en selderij. Die combinatie heet kruisallergie.

### Appelallergie

Naar schatting 300 duizend mensen in Nederland zijn allergisch voor appels. De meest voorkomende klachten zijn tintelende en jeukende lippen, mond en keel. Soms zijn er neusklachten (loopneus en niezen) en maagdarmklachten. Sporadisch treden benauwdheid en anafylaxie op. De klachten beginnen binnen enkele minuten na het eten van de appel. Sommige mensen hebben meer klachten in het voorjaar als de appelbomen in bloei staan.

Er is ook goed nieuws. Appels in bijvoorbeeld koekjes, taart en appelmoes geven geen klachten. Ook een appel die in de magnetron is verwarmd gedurende een minuut op 750 watt en daarna is afgekoeld, geeft minder of geen klachten. Door verhitting is de structuur van de eiwitten in de appels veranderd, waardoor het allergene karakter is afgenomen of verdwenen. Mensen met een milde appelallergie kunnen ook vaak probleemloos een ‘hypoallergene’ appel eten. Er zijn twee soorten: Santana en Elise. Het is van belang om voorzichtig te beginnen en niet direct een hele appel te eten. Een introductieschema staat op [www.voedselallergie.nl](http://www.voedselallergie.nl).

kende pijn in zijn maag. ‘Toen ik er in een restaurant de eerste keer last van kreeg, kon ik de pijn niet meer verbloemen ook al was ik daar met een gezelschap. Het zat verwerkt in de salade die ik at. Ook van noten krijg ik maagpijn.’ Krasjestesten bij de huisarts hebben geholpen om zicht te krijgen op de allergieën.

## Vind je het lastig om aandacht voor jezelf te vragen?

‘Ja soms wel. Ik ben ook nog vegetariër. In Bonaire, waar we vaak komen, kennen ze het rekening-houden-met-allergieën niet. ‘Kunt u de hamburger weglaten en er een plak kaas bij doen?’ ‘Nou meneer, dat kan niet want wat ga ik dan rekenen?’ ‘Rekent u maar hetzelfde als u voor het vlees zou rekenen.’ ‘Nee

## ‘Het lichaam is een prachtig iets hoor, ik maak adrenaline aan en ga door’

meneer, dat kan niet want kaas is goedkoper.’ Haha! Of in het vliegtuig. Je moet van te voren opgeven dat je vegetariër bent. De vegetariërs krijgen vaak als eerste hun eten want dan zijn ze daarvan af. Maar ja, dan zegt er iemand: ‘Oh Henny krijgt als eerste?’ En als ik voorin het vliegtuig zit zeggen ze: ‘Zo, voorin zitten van ons kijkgeld zeker?’ Zit ik achterin, dan zeggen ze:



‘Mag u niet voorin zitten?’ Maar over het algemeen heb ik er baat bij om bekend te zijn, hoor. Mensen doen toch hun best. Ik had een keer opnamen in Friesland op een boot. Ik werd gestoken door een wesp. Ik ging snel naar de plaatselijke huisarts. Hij zei: ‘Nou dat is ook wat, ik krijg straks Henny Huisman, die is ook gestoken.’ ‘Ehm, dat ben ik’, zei ik. Hij herkende me niet, zo opgezwollen was ik. Er werd antihistaminica toegediend. De opnamen moesten doorgaan. Dat is inherent aan mijn beroep. Het lichaam is een prachtig iets hoor, ik maak adrenaline aan en ga door.’

#### **Wat doe je om je klachten te beperken?**

‘Ik let in restaurants goed op wat ik eet. Anders ben ik binnen een kwartier weg, want dan word ik ziek. Ik bevind mij wel in een bevoorrechte positie. Ze doen hun best om het mij naar de zin te maken. Al is het in vliegtuigen – zoals ik vertelde – weleens lastig.’

#### **Wat vind je het vervelendste aan je klachten?**

‘Mijn ogen. Ik zie er niet meer uit en het brandt ook.’

#### **Hoe reageert je vrouw op je allergische klachten?**

‘Goed hoor! Maar mijn vrouw heeft mij wel een keer uitgetest. Zij dacht ‘Oh, Henny heeft weer wat’, want ze is heel nuchter. Ze heeft mij op de proef gesteld en deed honing door de salade. Geen noten, want dat zou ik natuurlijk zien. Ik kreeg een kwartier na de salade toch een buikpijn. ‘Dus het is wel echt waar’, zei ze. ‘Wat is waar?’ ‘Nou, ik heb er honing in gedaan.’

#### **Heb je een tip voor onze lezers?**

‘Hoe vervelend het ook is, wees open over je allergieën. Het is wél de toon die de muziek maakt. Als je het vriendelijk vraagt, helpt dit altijd. Dus niet te veel uitweiden of zeuren. Mijn voedselallergie moet ik wel melden. Ik ben afhankelijk van anderen als ik ergens eet. Als ik het niet zeg, kom ik nergens meer. Ik vind het vervelend, maar er is in mijn geval goed mee te leven. Fruit koken is even een gedoe. Ik vind fruit lekker en het is gezond. Daarom jammer dat ik voor een aantal soorten allergisch ben. Maar ik ben er al 65 mee geworden.’

**Susan Rozemeijer**