

**Zelftest: heeft u mogelijk candida?**

Printversie

*Voorgeschiedenis*

Heeft u 1 maand of langer Tetracyclines of andere antibiotica gebruikt?	ja = 35 punten
Heeft u ooit langer dan 2 maanden óf 3x in 1 jaar een breedpectrumantibioticum' gebruikt?	ja = 35 punten
Heeft u weleens een eenmalige kuur met een breedpectrumantibioticum gehad?	ja = 6 punten
Heeft u ooit in uw leven last gehad van regelmatig terugkerende prostatitis, vaginitis of andere problemen met uw geslachtsorganen?	ja = 25 punten
Reageert u matig tot ernstig op parfums, insecticiden, synthetische geuren en andere synthetische stoffen?	ja = 20 punten
Verergeren uw symptomen op vochtige, drukkende dagen?	ja = 20 punten
Heeft u vaak trek in zoetigheid?	ja = 10 punten
Heeft u vaak trek in alcoholhoudende dranken?	ja = 10 punten
Heeft u last van sigarettenrook of rook in het algemeen?	ja = 10 punten
Bent u zwanger geweest?	ja = 5 punten
Als u schimmelinfecties heeft gehad aan huid en/of nagels, waren die dan: - ernstig of hardnekkig? - mild of matig	ja = 20 punten ja = 15 punten
Heeft u ooit een anticonceptiepil gebruikt	meer dan 2 jaar = 15 punten 6 maanden tot 2 jaar = 8 punten
Heeft u ooit prednison, decadron of synthetische cortisonen gebruikt?	meer dan 2 weken = 15 punten minder dan 2 weken = 6 punten

*Hoofdsymptomen candida*

Kruis aan wat van toepassing is

	Matig 3 punten	Frequent 6 punten	Ernstig 9 punten
01 – brandende gevoelige plekken op het lichaam	0	0	0
02 – allergieën (chronische verstopte neus, astma, hooikoorts, huiduitslag en jeuk)	0	0	0
03 – herhaalde infectie (Candida tast de afweer aan)	0	0	0
04 – buikpijn	0	0	0
05 – constipatie of diarree	0	0	0
06 – opgezet buik	0	0	0
07 – menstruatiestoornissen en premenstruele klachten	0	0	0
08 – witte vloed	0	0	0
09 – steeds terugkerende bronchitis	0	0	0
10 – slechte adem	0	0	0
11 – blaasontsteking	0	0	0
12 – prostaatklachten	0	0	0
13 – steeds terugkerende ooginfecties	0	0	0
14 – vlekken voor de ogen	0	0	0
15 – oorpijn en doofheid	0	0	0
16 – spruw (witte aanslag in de mond)	0	0	0
17 – gewrichtszwellingen	0	0	0
18 – moeite met spreken	0	0	0
19 – verergering van de klachten door vocht	0	0	0

20 – kalknagels en voetschimmel	0	0	0
21 – snel optredende blauwe plekken	0	0	0
22 – tintelingen en gevoelloosheid aan bijv. de vingers	0	0	0
23 – maagzuur (niet specifiek)	0	0	0
24 – voedingsintolerantie	0	0	0
25 – dof en onwelriekend haar	0	0	0
26 – klachten door geuren als parfum en benzinedamp	0	0	0
27 – zweetvoeten	0	0	0
28 – hypoglykemie	0	0	0
29 – spastische darmwerking	0	0	0
30 – aften	0	0	0
31 – huilbuien	0	0	0
32 – gevoel van uitputting	0	0	0
33 – onwerkelijk gevoel	0	0	0
34 – besluitenloosheid	0	0	0
35 – geheugenzwakte	0	0	0
36 – vermoeidheid	0	0	0
37 – slapeloosheid	0	0	0
38 – emotionele problemen	0	0	0
39 – angstaanvallen	0	0	0
40 – nervositeit	0	0	0
41 – concentratie stoornissen	0	0	0
42 – wisselende stemmingen	0	0	0
43 – snel geïrriteerd	0	0	0
44 – snel blauwe plekken	0	0	0
45 – verlies van libido	0	0	0
46 – last van impotentie	0	0	0

### *De uitslag*

#### Vrouwen

- 175 punten of meer?  
Uw klachten worden zeker door candida veroorzaakt.
- 130 punten of meer?  
Uw klachten worden waarschijnlijk door candida veroorzaakt.
- 65 tot 130 punten?  
Uw klachten worden mogelijk door candida veroorzaakt.
- Minder dan 65 punten?  
Uw klachten worden niet door candida veroorzaakt.

#### Mannen

- 135 punten of meer?  
Uw klachten worden zeker door candida veroorzaakt.
- 95 punten of meer?  
Uw klachten worden waarschijnlijk door candida veroorzaakt.
- 50 tot 95 punten?  
Uw klachten worden mogelijk door candida veroorzaakt.
- Minder dan 50 punten?  
Uw klachten worden niet door candida veroorzaakt.

*Lang niet alle genoemde symptomen zijn bij mensen die aan candida lijden aanwezig. Ook worden niet alle symptomen uitsluitend door candida veroorzaakt.*