

‘En dat is nog bewezen ook’

H. Timmerman

Over zogenaamde gezondheidsproducten wordt veel onzinnigs beweerd en vaak wordt op gezag van de ‘deskundigen’ die niet zelden prietpraat verkondigen, navenant veel waardeloos materiaal gekocht en ingenomen.

Toen de Vereniging tegen de Kwakzalverij enkele jaren geleden Numico het vuur aan de schenen legde over haar ‘formule plus’-producten en vroeg of de werking van die middelen stelde op enig bewijs, antwoordde de toenmalige voorzitter van de raad van bestuur, Van der Wielen, zonder daarbij te blozen: “Ach, als we dat allemaal zouden willen bewijzen, we zouden jaren verder zijn”. Het is bekend hoe het Numico en die gezondheidsproducten is vergaan. En ook wat er van Van der Wielen is geworden.

Numico wilde de nieuwe producten via topsporters aan de man brengen. Het is daarbij mooi meegenomen dat niet alleen topsporters, maar ook recreanten denken dat ze speciale middelen nodig hebben. U kent ze wel, de jonge tennissers die tussen elke twee zware games hun mineralen moeten aanvullen. Topsporters vragen immers (te?) veel van hun lichaam en vormen daarom een interessante doelgroep als het gaat om voedingssupplementen. Bij gelegenheid van de jongste Davis Cup wedstrijd van Nederland was het weer raak. De NRC schreef op 6 februari dat Sjeng Schalken dagelijks vitamine E, multivitamine, mineralen en anti-oxidanten tot zich neemt. Hij lijkt niet te beseffen dat iedereen die min of meer normaal eet dat ook doet, zonder pillen, zonder extra kosten. Martin Verkerk zei dat hij uit voorzorg (nou ja!) was gestopt met het nemen van magnesium. Waarom zou hij er ooit mee begonnen zijn? Overigens slikt hij nog wel vitamine C en multivitamine. En volgens Raymon Sluiter kun je niet tennissen op een glas water. Maar op gewone voeding dan? Dat moet toch kunnen?

Dat sport en gezondheid een interessant onderwerp vormen voor fabrikanten van allerlei producten die zich bevinden op het grensgebied van voedings- en geneesmiddelen werd nog

eens onderstreept tijdens die Davis Cup ontmoeting. Overal was reclame te zien voor het product Vifit. Het verlaagt – zo werd steeds in de Sterpauzes beweerd – het cholesterolgehalte met gemiddeld 10%. Het meest interessante van die reclame was: “En dat is nog wetenschappelijk (zou het anders kunnen? H.T.) bewezen ook”. Een fraai voorbeeld van wat in het Amsterdamse een gotspe heet. Nog bewezen ook!

Nee, dan de tekst van een advertentie die ik jaren geleden aantrof. Anabolen voor sporters, daar ging die advertentie over. Het bijzondere was dat het middel homeopathisch zou zijn. Fantastisch: nooit meer positief bij de dopingcontrole. De advertentie meldde niet wat de ingrediënten van het middel waren. Toch zou het aardig geweest zijn te weten op welke manier het middel gemaakt was. Wat is het tegenovergestelde van een anabool product? Een vermageringsmiddel? Een advies voor de producenten van homeopatica: probeer het nog eens. Doping, eigenlijk dopingcontrole, is echt een groot probleem; er valt vast iets te verdienen.

De informatie over supplementen is vaak echt bedrieglijk en misleidend. In *Trouw* van 12 februari werd over de pepdrank Red Bull gezegd dat de vitamines die in dit product zitten, geen gevaar opleveren: de overdosis wordt ongebruikt weer uitgeplast, zegt de redactie wetenschap. Maar waarom bevatten andere preparaten dan zulke megadoses? En ook, wat zou de overdosis zijn? En hoe weet het lichaam dat? Regelrechte nonsens die door de leek helaas niet als zodanig wordt onderkend

Wellicht valt te overwegen om redacties in het vervolg te onderwerpen aan een goede regelgeving, zodat de lezer verschoond blijft van voornoemde larie. ●