

Puur natuur

Marie Prins

Natural Causes van de Amerikaanse journalist Dan Hurley doet verslag van de handel in zogeheten voedingssupplementen en de gevolgen van het gebruik ervan. Deze ‘natuurlijke’ middelen zijn ongetest, hun werkzaamheid is onbewezen – soms zijn ze bewezen onwerkzaam - en ze zijn allesbehalve veilig.

Er wordt in de Verenigde Staten zo'n 20 miljard dollar per jaar omgezet in voedings-supplementen, waardoor er een bedrijfstak is ontstaan die de nodige politieke druk kan uitoefenen. Dat heeft in 1994 onder andere geleid tot het aannemen van de *Dietary Supplement Health and Education Act* (DSHEA). De supplementgebruikers werden zo proefkonijnen en moesten er duur voor betalen, niet alleen in geld, maar ook in gezondheid en in levens.

Het boek begint met het verhaal van een gediplomeerd verpleegster met 28 jaar ervaring, die in 2001 niettemin viel voor de mooie woorden van supplementverkopers. Ze gebruikte Bloodroot (*Sanguinaria canadensis*) ter bestrijding van wat ze aanzag voor een beginnende huidkanker. Ze overleefde het en verloor er 'alleen maar' haar neus door. Haar verhaal is kenmerkend voor wat er kan gebeuren indien men zijn toevlucht neemt tot supplementen die vanwege het etiketje 'natuurlijk' niet als een gevaar voor de gezondheid beschouwd worden.

De Verenigde Staten kennen een lange traditie op het gebied van het geloof in de heilzame werking van kwakzalversmiddelen (*snake oil*), kruidenmiddelen en zogenaamde patentmiddelen. Het duurde tot het thalidomidedrama - waarvoor de VS door de waakzaamheid van een onderzoekster bij de *Food and Drug Administration* (FDA) gespaard is gebleven - dat geneesmiddelen vooraf op werkzaamheid en veiligheid getest moesten worden. Pas in 2006 kwam de eerste *Pure Food and Drugs Act* tot stand, die eiste dat de ingrediënten van deze middelen op het etiket vermeld moesten worden. De meeste patentmiddelen overleefden de wet niet.

In het licht van die Amerikaanse traditie bezien, is de hernieuwde bewondering voor alles wat natuurlijk wordt genoemd - kruiden en vreemd genoeg ook vitaminepillen, die allesbehalve natuurlijk zijn - niet verwonderlijk. Kruiden, of het nu gaat om pillen, capsules of

Dan Hurley, *Natural Causes: death, lies and politics in America's vitamin and herbal industry*. Broadway Books, 2006, New York, NY, ISBN 978-0-7679-2042-1. \$23,95.

drankjes, zijn net zo industrieel vervaardigd als de pillen van Big Pharma. Het geloof in de vitamine als panacee begon met de boeken van ene Adelle Davies, waarin de schrijfster grote hoeveelheden vitamine A en D aanbeval voor kinderen. De geschiedenis van enkele jonge slachtoffertjes van overdosering met vitamine A wordt in bovengenoemd boek besproken. De dood van Adelle Davies in 1974 deed haar invloed niet tanen. Nog in 2005 berichtten artsen over een anemisch kind van elf maanden dat werd gevoed met gerstewater, maïsstroop en geitenmelk, naar een advies uit *Let's Have Healthy Children* van Adelle Davies. Linus Pauling kan als een opvolger beschouwd worden, al waren zijn regels weer heel anders. Pogingen van de FDA om de hoeveelheid vitaminen in één pil te beperken liepen op niets uit. De tegenstand tegen die maatregel was in feite de aanloop, totdat de DSHEA iedere controle met betrekking tot voedingssupplementen bij de FDA weghaalde. Het enige dat de FDA nog kan doen, is het verbieden van onterechte medische claims. De FDA bepaalt namelijk wat medische claims zijn, niet de vertegenwoordigers van de industrie. Het boek vertelt in veel details over de strapatsen die door de supplementenindustrie zijn uitgehaald om de DSHEA erdoor te krijgen, inclusief ernstige doodsbedreigingen aan het adres van de ambtenaren van de FDA beambten en hun familieleden en inclusief propagandafilmpjes die nog misleiderder waren dan de advertenties.

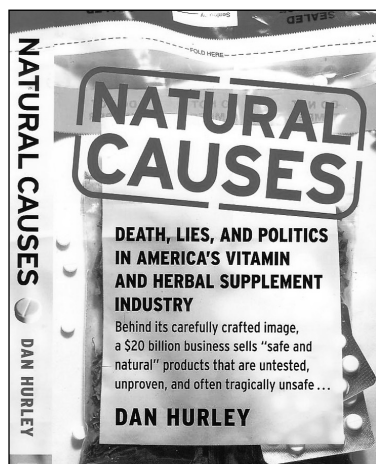
De DSHEA kwam er en nu is er, net als in

Nederland, geen test vooraf op werkzaamheid en veiligheid van supplementen. Toch had zich niet zo lang daarvoor het L-tryptofandrama afgespeeld. L-tryptofan is een aminozuur en werd verkocht als een supplement. Een flink aantal mensen werd na gebruik ervan ernstig ziek en sommige van hen overleden. Hurley noemt de namen van de slachtoffers met hun redenen om L-tryptofan te nemen: het middel was natuurlijk en kende geen bijverschijnselen!

Het volgende drama ontstond door de gevolgen van het gebruik van efedrine. Verbieden van het middel kon alleen als de onveiligheid ervan was aangetoond. Maar inmiddels is gebleken dat 164 doden, onder wie een bekende honkballspeler, niet voldoende waren om te komen tot een algemeen geldend verbod. De FDA verbood efedrine wel, maar een rechter in Utah verklaarde het verbod ongeldig, omdat niet genoeg bewezen kon worden dat het middel onveilig was. In Utah mogen de meeste inwoners nog niet eens chocolademelk drinken, maar supplementenindustrie mag zijn gang gaan, terwijl veel van die supplementen stijf staan van de streng verboden cafeïne. Cafeïne samen met efedrine verkopen mag kennelijk wel.

De negatieve publiciteit rondom efedrine leidde echter ertoe dat middelen met deze stof moeilijk verkoopbaar werden. Men ging over tot het gebruik van synefrine, uit de schil van bittere of Sevilla-sinaasappels. Waarschijnlijk is dit echter net zo gevaarlijk als efedrine, terwijl het daarnaast de werking van een aantal reguliere geneesmiddelen beïnvloedt. De eerste slachtoffers zijn ook al bekend, inclusief zeven doden. Dat was in het voorjaar van 2004. Het werd de FDA toen verboden om nog meer zulke 'voorbarige' gegevens te publiceren.

De enige Amerikaanse regeringsinstantie die nu de consumenten nog kan verdedigen is de Federal Trade Commission (FTC), de commissie die erop moet toezien dat de vrijhandel gewaarborgd is. En dat betekent dat vals adverteren niet mag. In tegenstelling tot onze Reclame Code Commissie neemt de FTC geen genoegen met het waarschijnlijk maken van de beweringen. Nee, de FTC vereist 'competent en betrouwbaar wetenschappelijk bewijs'. Bij de regelingen die de FTC met de firma's treft, gaat het om forse betalingen. Bovendien zijn het niet bepaald de kleine jongens die aangepakt worden. Op 4 januari 2007 (deze beslissing staat niet in het boek, maar omdat het in Nederland verkrijgbare producten betreft, vermeld ik hem even) berichtte de FTC dat de verkopers van Xenadrine EFX tussen de \$8 miljoen en \$12,8



miljoen moeten betalen om de kopers hun geld terug te kunnen geven. Bayer kwam er met \$3,2 miljoen van af voor de valse advertenties voor Weight-Smart.

(www.ftc.gov/opa/2007/01/weightloss.htm). Maar de FTC heeft te weinig personeel en te weinig geld om de stortvloed van valse reclame voor supplementen in bedwang te houden. Ook heeft men te maken met recidive, waar zowel Bayer als Xenadrine voorbeelden van zijn.

In Hurley's boek passeren vele oude bekenden de revue. Aristolochia wordt uitgebreid besproken, maar ook vervuiling met Aristolochia, waardoor een keer Arnica positief werd bevonden voor aristolochiazuur. Verder de usual suspects, zoals planten met een hoog gehalte aan *pyrrolizidine-alkaloiden* (gamander, smeerwortel), kava kava, St. Janskruid, ginkgo, ginseng, echinacea, haaienkraakbeen, chaparral (creootstruik), polei, laetrile, black cohosh (zilverkaars). Niet alleen de middelen zelf komen aan bod, maar ook de onbetrouwbaarheid van de etiketten van supplementen en dan speciaal van kruidenmiddelen. Ook de vervuiling met zware metalen in de TCM en Ayurveda-producten worden behandeld (denk aan die mooie rode TCM-pilletjes; die rode kleur komt van cinnaber = HgS=kwiksulfide. Niet slikken!). Maar het zijn niet alleen Chinese en Indiase producten; ook in een Amerikaanse kindervitaminetabletje in de vorm van een gummibeertje zat 2,5 microgram lood per dosis. Verder is er ook nog de vervuiling met, dikwijls zwaar verouderde en gevaarlijke, reguliere geneesmiddelen. Dat kan gaan van het uiterst gevaarlijke fenfluramide tot aan de nieuwste illegale analogen van Viagra, Cialis of Levitra. Tot voor kort leek PC-SPES hier hét voorbeeld van (wordt ook besproken), maar de kruidenpotentiepillen zijn dat voorbeeld allang voorbijgestreefd. Dit soort

pillen komt in het boek niet aan bod, maar mogelijk is dit ook te nieuw. Geneesmiddelen staan nooit vermeld op het etiket, dat immers '100% natuurlijk' zegt en daarmee veiligheid. Zodra er echte geneesmiddelen in zitten, kan de FDA overigens wel optreden en dat doet ze dan ook.

Veel aandacht wordt in het boek besteed aan het (niet) melden van de vergiftigingen en andere gevaren van supplementen. Een voorbeeld: het officieel gemelde aantal ongewenste werkingen bij middelen met efedra was 2.570 stuks, maar daar waren de 14.000 verzwegen vermeldingen bij Metabolife niet bij inbegrepen. En Metabolife zal echt niet het enige middel zijn dat zwijgt over ongewenste (bij)werkingen. Het is het oude liedje: de patiënt vertelt het niet, de arts vermoedt het niet en de bijwerkingen worden niet gemeld. Wel vragen artsen toch steeds meer naar eventueel gebruik van voedingssupplementen. Maar zelfs als de arts ernaar vraagt, zullen de meeste patiënten niet willen toegeven dat ze supplementen gebruiken, behalve wanneer ze in het zie-

kenhuis belanden. Dan nog eist menigeen dat het supplement toegediend wordt, terwijl bekend is dat flink wat voedingssupplementen de werking van de echte geneesmiddelen veranderen, dat extra bloedingen bij operaties kunnen optreden, dat problemen bij narcose kunnen ontstaan, enz.

Dit boek staat zo boordevol feiten dat deze bespreking het eigenlijk tekort doet. De afwisseling van pure feiten met de verhalen over de gezondheidsschade die door de diverse supplementen is veroorzaakt en de redenen waarom mensen supplementen gebruikten, maakt het boek extra boeiend. Eigenlijk zou iedere (huis)arts dit boek moeten lezen, want verreweg de meeste supplementen die hier besproken worden, zijn ook in Nederland òf vrij verkrijgbaar òf gemakkelijk te bestellen via het Internet. En de Nederlandse praktijk wijkt nauwelijks af van de Amerikaanse. ●

● Correspondentie ●

Nog altijd de 'VU-homeopaat'

Op 7 februari verzond het bestuur onderstaand schrijven aan de decaan van de medische faculteit van het VU medisch centrum te Amsterdam.

Zeer geachte collega,

In het verleden hebben wij wel contact gehad over de positie van de 'privaat-docent' homeopathie Martien Brands. Hij afficheerde zich destijds in het *British Homeopathic Journal* als verbonden aan de Vrije Universiteit. U verbood hem destijds om zich in de toekomst nog een keer zo te noemen.

Recent viel Brands terug in zijn oude fout zoals moge blijken uit het programma van een symposium waarop hij het woord voerde. Het CAMnetwerk is een mantelorganisatie van de homeopathiefabrikant VSM uit Alkmaar, maar dat doet in dit verband verder niet ter zake.

Ik meende er goed aan te doen u op de hoogte te brengen van deze demarche van Brands die de naam van de Vrije Universiteit opnieuw in diskrediet bracht. Bij Menzis, FNV, CVZ en VWS denken ze nu weer dat er aan de VU homeopathie wordt gedoceed.

*Met collegiale hoogachting,
Dr. C.N.M. Renckens*

Samenstelling panel op symposium CAMnetwerk/FNV Bondgenoten (Zie ook *NTtdK*, 2007, No 1:7-8):

Bas Leerink, directeur Zorg Menzis;
Ton Heerst, lid van de Tweede Kamer, PvdA;
Martien Brands, docent Vrije Universiteit;
Ad Schuurmans, hoofd Pakket van het CVZ
Paul Kaiser, medisch adviseur Unive en voorzitter KNMG-district VI Rotterdam.
Begin mei was van de VU nog geen reactie ontvangen en werd door ons een reminder gestuurd. Brands is oprichter van Homeopaten zonder grenzen en lieveling van de Kon. Ned. Ver tbv de Homeopathie. Wij wezen erop dat een academische instelling zich verre dient te houden van deze warhoofderij.

De Vereniging tegen de Kwakzalverij als deel van het maatschappelijk middenveld

Op 15 maart werd door uw bestuur het volgende schrijven verzonden aan de nieuwe minister voor Volksgezondheid, de heer Ab Klink.

Excellentie,

Namens de in het briefhoofd vermelde Vereniging feliciteer ik u met uw benoeming op een belangrijke post in het kabinet! Nu de nieuwe

ministersploeg bezig is in 100 dagen kennis te maken met het maatschappelijk middenveld en relevante personen en organisaties op de respectieve beleidsterreinen willen wij ons ook graag aanmelden voor een kennismakingsgesprek met u, in de veronderstelling dat onze tegenstanders, organisaties van alternatieve genezers en artsen, datzelfde zullen doen.

Onze Vereniging was in opperste staat van alarm toen wij nog enkele dagen voor de totstandkoming van het definitieve regeerakkoord vernamen dat er positieve preventieve effecten werden verwacht van alternatieve geneeswijzen. Op de valreep is die passage gelukkig geschrappt, maar onze ongerustheid is - na deze 'narrow escape' - nog niet geheel weggenomen. In ons gesprek zouden wij m.n. aan de orde willen stellen:

- de (te) liberale wet BIG, die geneeskunde tot een vrij beroep maakt
- de situatie dat ziektekostenverzekeraars in hun aanvullingsfondsen bijna zonder uitzondering alternatieve behandelwijzen tezamen met wel nuttige behandelingen verzekeren. Die koppelverkoop werd door uw voorganger krachtig veroordeeld, maar dat richtte helaas weinig uit.
- het gebrek aan medisch expertise binnen het OM, waardoor er weinig neiging bestaat om zaken tegen gevaarlijke kwakzalvers door te zetten (voorbeeld: Millecam-kwaks)
- de schadelijkheid van alternatieve behandelwijzen in het algemeen, zowel voor de gezondheid als financieel.

In de hoop op een positieve reactie uwerzijds, tekent met de meeste hoogachting, *w.g.*

Dr. C.N.M. Renckens

Op 1 mei werd een reactie ontvangen van VWS. De minister vond in zijn agenda geen tijd voor een persoonlijk gesprek met het bestuur. Als alternatief bood hij een onderhoud aan met ambtenaren van het departement. Van dit aanbod heeft uw bestuur vooralsnog geen gebruik gemaakt.

Acupunctuur-opleiding als economische stimulans

Op 22 maart verzond het bestuur onderstaand schrijven aan Gedeputeerde Staten van Friesland na berichten in de media over subsidie aan een acupunctuuropleiding aan een Christelijke HBO te Leeuwarden.

Geacht college,

Met een mengeling van verbazing en verontwaardiging heeft de in het briefhoofd genoem-

de Vereniging, waarvan schrijver dezes het voorzitterschap bekleedt, kennis genomen van het feit dat U een heilloos initiatief van de Christelijke Hogeschool Nederland (CHN) om te beginnen met een Kenniscentrum Toegepaste Chinese Geneeskunst met een financiële garantieregeling gaat steunen. Dat kan U in de komende twee jaar € 100.000,- gaan kosten.

Nadat de Noordelijke Hogeschool in Leeuwarden eerder feestelijk bedankte voor het verzoek van de Nieuwegeinse genezer Jan Schroën om zijn zieltogende en nergens erkende acupunctuuropleiding over te nemen, was men bij de CHN wel zo naïef om met deze natuur-, kruiden- en acupunctuurgenezer in zee te gaan. Dat feit is al ernstig genoeg en wij zullen de minister van Onderwijs hiervan verwittigen, die hopelijk ook zal optreden. Ook U willen wij echter wijzen op deze stomiteit van de CHN en wij dringen er tevens op aan met overheidsgeld zorgvuldiger om te gaan dan u nu doet.

Acupunctuur is een absurde, achterhaalde en nutteloze geneeswijze, die dateert uit een tijd toen men nog geen idee had hoe het menselijk lichaam gebouwd was en hoe het functioneerde. Ook over het ontstaan van ziekten was vrijwel niets bekend. De Chinese geneeskunde was en is gebaseerd op speculatie en mythologie en serieus wetenschappelijk onderzoek naar de werkzaamheid, ook uitgevoerd in het Westen, is volledig negatief uitgevallen. Haar voornaamste prestatie is een aantal plekken op het menselijk lichaam te hebben gevonden waarin kennelijk zonder veel risico naalden kunnen worden gestoken! Als u dat soms niet gelooft, dan verwijz ik u naar het recente overzichtsartikel van Derry c.s. Met betrekking tot acupunctuur zijn momenteel meer dan 10.000 wetenschappelijke artikelen gepubliceerd, waarvan 35 overzichtsartikelen. In recente overzichtsartikelen werd geen enkele aanwijzing gevonden voor de werkzaamheid van acupunctuur. (Derry CJ et al. Systematic review of systematic reviews of acupuncture published 1996-2005. *Clin Med* 2006, 6: 381-6). De samenvatting van dit artikel sluit ik bij.

Die onwerkzaamheid van acupunctuur is ook de reden dat aan geen enkele medische faculteit acupunctuur wordt onderwezen, hoewel er - ook een klein schandaal - aan de Gronings medische faculteit sinds 1989 een Hwa To Centre bestaat waar op kleine schaal Chinese geneeskunde wordt bedreven. Het instituut heeft in zijn gehele bestaan geen enkele wetenschappelijke publicatie opgeleverd!

Het ledental van de Nederlandse Artsen Acupunctuur Vereniging, overigens ook een ge-

mankeerd gezelschap, vertoont de laatste jaren een fors dalende tendens en niet-artsen zoals fysiotherapeuten maar ook natuurgenezers als Schroën vullen dat gat nu op, totdat ook deze mensen er achter komen dat acupunctuur flauwekul is. Dat zal overigens nog wel even gaan duren.

Te verwachten dat de acupunctuuropleiding aan de CHN tot economische groei in de regio en tot verbetering van de medische zorg in Friesland zal leiden is ronduit naïef c.q. onjuist. Integendeel het zal de kwakzalverij in uw provincie gaan bevorderen en overheidsgeld wordt verkwest aan dure reisesjes tussen Leeuwarden en China, gemaakt door 'docenten' en stagiairs die van geneeskunde weinig begrijpen.

Wij dringen er derhalve op aan uw financiële steuntoezegging zo spoedig mogelijk in te trekken en de leiding van de CHN op andere gedachten te brengen inzake introductie van de Chinese naaldvakken in hun opleidingsaanbod. w.g.

Dr. C.N.M. Renckens

Bijlage

Systematic review of systematic reviews of acupuncture published 1996-2005. Derry CJ, Derry S, McQuay HJ, Moore RA. *Clin Med* 2006(4):381-6. Pain Research and Nuffield, Department of Anaesthetics, The Churchill, Oxford.

Systematic reviews of acupuncture have tended to support its use, but few applied rigorous inclusion criteria. We tested the credibility of conclusions of systematic reviews of acupuncture published since 1996 by applying rigorous inclusion criteria. Reinterpretation used randomised and double blind trials with valid outcomes or design, and with information available from at least four trials or from 200 patients. Qualified support for acupuncture was originally reported in 12 out of 35 systematic reviews, and strong support was found in another six. Applying stricter inclusion criteria, however, showed that none of the 35 reviews supported acupuncture, predominantly because

there were too few patients in the randomised, double blind studies. Six reviews with more than 200 patients in randomised, double blind studies had good evidence of no benefit. Systematic reviews of acupuncture have overstated effectiveness by including studies likely to be biased. They provide no robust evidence that acupuncture works for any indication.

De reactie van GS was teleurstellend. Op 18 april werd van de Afdeling Economie, Recreatie en Toerisme onderstaande brief ontvangen.

Geachte heer Renckens

Naar aanleiding van uw brief d.d. 22 maart 2007 delen wij u mee deze brief in goede orde te hebben ontvangen en wij nota hebben genomen van de inhoud ervan.

Wij hopen u hiermee voldoende geïnformeerd te hebben.

Gedeputeerde Staten van Fryslân

Drs. E.H.T.M. Nijpels, voorzitter

Mr. J. Wibier, secretaris

Het bestuur heeft GS inmiddels laten weten dat het zich met deze brief nog niet 'voldoende geïnformeerd' acht en verzocht een iets inhoudelijker reactie.



Nijpels, onvoldoende geïnformeerd