

# Goede raad is (niet) duur

Frits van Dam

**Enige tijd geleden moest ik een kleine plastisch-chirurgische ingreep, een ooglidcorrectie, ondergaan, niets bijzonders, het is goed afgelopen. Maar er zat toch een onverwacht kantje aan. De plastisch chirurg adviseerde mij namelijk om twee weken vóór de ingreep geen koffie en Coca-Cola te gebruiken, en voor en na de operatie multivitaminen en Arnica D6 (Arnica montana ofwel valkruid of wolverlei) in te nemen, dat laatste om bloeduitstortingen te voorkomen.**

**T**oen ik van mijn verbazing was bekomen vroeg ik: 'U weet toch dat Arnica D6 een homeopathisch middel is dat zo vaak is verdund dat er nauwelijks werkbare stof meer in zit?'. Daar had hij nooit echt over nagedacht, en waarom geen koffie en Coca-Cola dat wist hij ook niet zo goed. Maar als ik dat allemaal niet wilde, moest ik het zelf maar weten. Een paar dagen later zat ik bij mijn tandarts die die ingreep al had ondergaan en ik vertelde haar wat lacherig dat mijn behandelaar geadviseerd had om het homeopathisch middel Arnica D6 te nemen. Tot mijn verbazing zei ze dat zij het wel had genomen, het had haar goed geholpen, nauwelijks bloeduitstortingen. 'Ja maar', protesteerde ik, 'dat kan toch helemaal niet, er zit vrijwel geen werkzame stof in dat middel'. Daar was ze het wel mee eens, maar toch, je wist het maar nooit.

Hoe zit het nu met Arnica D6? Stel dat de werkzame oplossing van een stof een volume heeft van één liter dan wordt het werkzame middel bij D6 opgelost in één miljoen liter water. Dat is zoiets als een liter melk leeggooiën in een fors zwembad en dan denken dat als je een schepje water uit dat zwembad neemt, je nog steeds melk drinkt. Ik heb eens op Google gekeken of ik nou bij toeval een behandelaar had getroffen die rare adviezen geeft en wat blijkt, hij blijkt lang niet de enige te zijn.

Arnica D6 wordt in Nederland in de plastische chirurgie veel toegepast om bloeduitstortingen te voorkomen, terwijl er geen enkele studie is waaruit blijkt dat Arnica D6 het beter doet dan een placebo, een nepmiddel. Het is overigens pikant dat de Nederlandse Vereniging voor Plastische Chirurgie in haar richtlijn voor ble-

faroplastiek voor bovenoogleden het volgende meldt over Arnica: 'Het nut van het voorschrijven van Arnica om postoperatieve zwelling en ecchymosis te verminderen is niet aangetoond in een systematische review van placebo-gecontroleerde studies.

Er zijn geen studies met Arnica bij blefaroplastieken bekend.' Niet alleen trekken artsen zich klaarblijkelijk niets aan van wat zij tijdens hun opleiding hebben geleerd over scheikunde, ze hebben lak aan de richtlijn van hun eigen beroepsgroep. Erger nog, ze beduvelen met die onwerkzame middelen ook nog hun patiënten.



Arnica montana



De secretaris zonder Arnica D6

De mantra in de reguliere geneeskunde is dat alles wetenschappelijk bewezen, evidence based, moet zijn. Van homeopathische middelen is onomstotelijk bewezen dat ze niet werkzaam zijn. Mijn plastisch chirurg moest uiteindelijk wel toegeven dat het raar was om Arnica D6 voor te schrijven. 'Maar waarom doet u het dan toch?' vroeg ik, 'Ja zei hij, dat heb ik nu eenmaal van mijn opleider zo geleerd'. Er is nog een lange weg te gaan in de reguliere geneeskunde voordat de principes van *evidence-based medicine* overal zijn doorgedrongen. Oh ja, ik heb wel een paar weken rondgelopen met fikse bloeduitstortingen. Had ik maar beter naar de dokter geluisterd en Arnica D6 geslikt. ■