

Vorige-eeuwse betutteling

Op 7 oktober 2019 heeft Lilianne Ploumen (PVDA) een interpellatie over de schadelijkheid van borstvergroterende preparaten en waarom zulke, volgens de politica dure, producten verkocht mogen worden. Kent u ze nog?

Waarschijnlijk niet, want er worden hiervan slechts 127 verpakkingen per jaar verkocht bij 3.000 drogisterijen. Naar aanleiding van deze Kamervraag is er een enorme beerput opgetrokken over de schadelijkheid van voedings-supplementen voor de gezondheid en wil het ministerie doorpakken op een verbeterde aanpak voor de veiligheid in supplementen. Ik vraag me dan af hoe zo'n proces tot stand komt. Lareb wordt van stal gehaald met een schamele 165 jaarlijkse meldingen. De NVWA heeft het over 891 niet nader gespecificeerde meldingen. Rode Gist, melatonine, valeriaan en sint-janskruid komen niet voor de eerste keer onder vuur te staan. Allemaal uitstekende zelfzorgproducten die bij juist gebruik een uitstekende bijdrage kunnen leveren aan het welzijn. Ik wil het initiatief niet bagatelliseren en excessen moeten worden aangepakt. Maar hoeveel mensen hebben bijwerkingen en contra-indicaties van geneesmiddelen die vaak te ongecontroleerd worden voorgeschreven en gebruikt met soms zelfs de dood tot gevolg? En waarom vindt hetzelfde ministerie het niet nodig om net als in de meeste andere landen een bindend advies te geven om dagelijks vitamine D te slikken aan de hand van verschillend wetenschappelijk bewijs uit toonaangevende bronnen in de strijd tegen corona? Ik heb al jaren het idee dat er niet objectief gekeken wordt naar de ongekende mogelijkheden die supplementen hebben om Nederland gezonder te maken en de kosten van de gezondheidszorg te beteugelen (een heet hangijzer!). De supplementenmarkt is € 693 miljoen groot (bron: Info2Action – juni 2020), waarvan 46% bij de drogist omgaat. Een productgroep bovendien die in 2020 het sterkst is gestegen binnen drogmetica. Weet men eigenlijk wel hoe de 14.2 miljoen volwassen Nederlanders hiermee omgaan? Slikt men zomaar klakkeloos om ongezond gedrag te verbloemen?

Gezonder leven

Info2Action brengt regulier het aantal Nederlanders in beeld die lijden aan verschillende chronische of serieuze aandoeningen. Zo zien we welke aandoeningen stijgen, stabiel blijven en hoe zich dit verhoudt naar doelgroep. Een goede zelfzorg hangt o.a. nauw samen

met een gezonde leefstijl. Dit is voornamelijk voeding en bewegen. We kennen intussen een immense database vanaf 2015 die we gestratificeerd hebben opgebouwd met personen die wel of niet supplementen gebruiken. Hierdoor kunnen we wetenschappelijk gevalideerd aantonen dat de gebruiker van vitamines, mineralen en supplementen behoort tot de groep met een verantwoorde gezonde levensstijl. En dat niet supplementengebruikers een ongezonder levensstijl hebben. Er is een kleine groep gebruikers die minder begaan is met gezondheid en toch supplementen gebruikt. We zagen dat deze jonge groep in 2020 veel vitamine C, D en magnesium kocht ter voorkoming van Covid-19 klachten, waarbij men minder loyaal stond t.o.v. de 1.5 meter regels. We kunnen veel zeggen over de kleine minderheid die eventueel niet zorgvuldig omgaat met supplementen. Vrijwel iedereen weet dondersgoed waar men naar op zoek is, actief zoekend naar een gezondere levensstijl met genoeg opgedane kennis over een klacht of een gezondheidsconditie en waarbij men eventueel ook een supplement gebruikt dat zich al wetenschappelijk of via toegepast onderzoek heeft bewezen. De initiatieven lijken op vorige-eeuwse betutteling. Laat deze vitale categorie ook met het oog op het welbevinden van de Nederlander met rust en stimuleer supplementen; want dan stimuleer je ook gezond gedrag en lagere zorgkosten. ■



“Laat deze vitale categorie met rust, dan stimuleer je gezond gedrag”

Informatie is ontleend uit verschillende wetenschappelijke publicaties en verschillende onderzoeksprojecten op het gebied van gezondheid en medicatie bij de consument/patiënt door mijn bedrijf Info2Action sinds 2012. jhrutte@info2action.nl



jhrutte@info2action.nl

