

Maandblad over onderzoek als mensenwerk | uitgave van vzw Science Press – Gent | nr 05 – mei 2005

E-mail: jpdubois@sciencepress.be | algemene webstek: www.sciencepress.be

INTERVIEW | JAN GEUNS NEEMT HET OP VOOR CALORIELOZE ZOETSTOF UIT STEVIA



© Foto Jean-Pierre Dubois

HEVERLEE – DOOR JEAN-PIERRE DUBOIS

Voor dringend nieuw onderzoek heeft professor Jan Geuns niet minder dan 600.000 euro nodig. Maar is dat wel zo? Zijn er geen andere oplossingen te vinden? Zelfs van hem mogen we daar rustig enkele vraagtekens bij plaatsen. Hij onderzoekt stevioside en daar wordt nog veel onzin over verteld. Ook doelbewust. Door personen die

bepaalde politieke beslissingen proberen te beïnvloeden of door lobbyisten van de suiker- of farma-industrie. "Als je daartegenaan gaat, halen ze je onderuit met alle mogelijke middelen", zegt hij. Toch staat veel op het spel en daarom geeft hij het niet op. Met name de doorbraak van stevioside in Europa, als natuurlijke zoetstof uit de bladeren van het Zuid-Amerikaanse plantje

Stevia. Want stevioside is niet alleen 300 keer zoeter dan gewone suiker. Het is ook een stof die volledig veilig en voordelig is voor menselijke consumptie. Bovendien levert ze ons helemaal geen energie. Daardoor kan ze heel belangrijk worden tegen tandbederf, overgewicht, diabetes, verhoogde bloeddruk, hart- en bloedvatziekten. Welvaartskwalen door een ongezonde levensstijl met te veel, te zoet, te vet en te zout voedsel en te weinig dagelijkse lichaamsbeweging.

Jan Geuns is hoofd van het Lab voor Functionele Biologie van de KU Leuven. Hij studeerde biologie en scheikunde. Iedereen kent hem intussen voor zijn onderzoek rond het zoete plantje en de calorieuze zoetstof. Al in de jaren zeventig kwam hij in contact met het plantje Stevia. Sinds 1993 spitte hij zijn onderzoek toe op de biosynthese van de natuurlijke zoetstoffen uit de bladeren van dat Steviaplantje. Sindsdien werd hij het aanspreekpunt voor betrouwbare informatie over dat onderwerp. Om het onderzoekswerk vanuit zijn lab te coördineren, richtte hij het *European Stevia Research Center* op en in 2003 kwam daar de *European Stevia Association* bij om steun te werven bij bedrijven en particulieren. Samen met zijn Leuvense collega professor Johan Buyse, gespecialiseerd in de fysiologie van huisdieren, hield hij op 16 april 2004 een eerste symposium over de veiligheid van stevioside. Een studiedag die heeft bijgedragen tot de conclusie dat stevioside volledig veilig is. Door recent wetenschappelijk onderzoek zijn wetenschappers van over de hele wereld het daar intussen over eens.

Door bizar gekrakeel moet Jan Geuns niettemin intens blijven investeren in glasheldere communicatie. Meer nog dan de gemiddelde onderzoeker. **“Valse profeten verkondigen dwalingen. Zij bewijzen in de eerste plaats dat zij de oorspronkelijke wetenschappelijke literatuur niet kennen. Maar het is inderdaad een extra zware taak boven op het onderzoekswerk om die ongefundeerde beweringen te ontzenuwen.”**

CONTROVERSE

Buiten Europa bewijzen verbruikers en bedrijven dat stevioside heel goed is om dranken en voedsel caloriearm te zoeten. In landen als China, Taiwan, Maleisië, Korea, Japan, Israël, Uruguay, Brazilië en Paraguay gebruiken ze het product officieel als een zoetstof met een laag caloriegehalte. In de Verenigde Staten is de toestand dan weer merkwaardig. Als zoetstof

mag ze niet worden verkocht, maar als dieetsupplement mag het er wel sinds 1995.

“Als er gewoon op staat: ‘bevat Stevia of stevioside’ mag het niet, maar als er op de verpakking staat dat ze ‘Stevia als dieetsupplement’ bevat, mag het wel”, verduidelijkt Jan Geuns. Het resultaat van de machtige Amerikaanse groene beweging, want tot dan was de houding tegen de producten er ook nog strenger. In Europa is de toestand veel ingewikkelder. De Europese Commissie heeft in 2000 beslist dat stevioside niet voldoende gekend is om als voedingsadditief te laten gebruiken.

Een voorbeeld van de controverse? In het kaderstukje ‘Verboden’ staat dat heel wat controverse voorafging aan de negatieve beslissing van de Europese Commissie. Voor dat stukje vroeg ik ook een reactie aan iemand, die bijvoorbeeld op zijn webstek beweert dat de weigering werd uitgelokt door professor Geuns zelf. Dick van der Snoek van Vita-reform in Nederland antwoordde met scherpe woorden: **“...wij vinden het nog steeds jammer dat dhr Geuns toestemming heeft gevraagd aan de Europese Commissie om het als nieuw voedingsproduct op de markt te mogen brengen, terwijl het een oud product is wat al jaren te verkrijgen was.”** Nadat ik deze e-mail naar professor Geuns had doorgestuurd, schreef hij Dick van der Snoek prompt dat dit een misverstand is. Het was de Belgische Eetwareninspectie die hem heeft verplicht om een dossier te schrijven om levende exemplaren van het Steviaplantje in de handel te mogen brengen. Iets dat in 1997, toen hij de aanvraag deed, al was gebeurd en toen door de Eetwareninspectie werd tegengewerkt. Inderdaad, een bitterzoet verhaal...

AANVAARBARE DAGELIJKSE INNAME

In 2000 oordeelde de Europese Commissie dat er een gebrek was aan onafhankelijk wetenschappelijk onderzoek in Europa. Zo staat het toch ook op de webstek van dezelfde Nederlandse reformwinkel Vita-reform. Maar nu, na vijf jaren, koestert Jan Geuns goede hoop. In juni 2004 heeft een expertgroep voor voedingsadditieven in de Wereldgezondheidsorganisatie WHO een voorlopige ADI-waarde goedgekeurd.

Anders gezegd: dat *‘Joint Expert Committee for Food Additives of the WHO’ (Jecfa)* heeft vertrouwen in de consumptie van stevioside. Een ADI-waarde of voluit een ‘aanvaardbare dagelijkse inname’ is een aanbe-

veling voor stoffen die mogelijk een schadelijke werking kunnen hebben. De maximale hoeveelheid of ADI-waarde wordt aangegeven in een hoeveelheid per kilogram lichaamsgewicht van een volwassene. De ADI-waarde is vastgesteld voor kunstmatige zoetstoffen (als aspartaam en cyclamaat) en contaminanten (zware metalen als kwik, lood en cadmium, maar ook resten van diergeneesmiddelen, zoals antibiotica en groeihormonen).

De ADI-waarde voor aspartaam in ‘light’ dranken bijvoorbeeld is 40 mg per kilogram lichaamsgewicht van een volwassene. Voor stevioside heeft de expertgroep in de WHO een voorlopige ADI-waarde goedgekeurd van 2 mg steviol-equivalenten per kilogram lichaamsgewicht van een volwassene per dag. Door de hoge zoetkracht van stevioside zal niemand er zoveel van eten, zodat deze grens niet echt zal worden overschreden. Terwijl er slechts een snuifje nodig is om iets te zoeten. Jan Geuns eet al jaren confituur die zijn vrouw maakt met slechts 700 mg stevioside per kilogram vruchten. Ze gebruikt gemalen gedroogde bladeren. De bladeren hebben een zoetkracht van 30 tot 45 keer die van gewone suiker, de geëxtraheerde zoetstof stevioside is driehonderd keer zoeter dan suiker. **“Normaal gebruik je 1 kg tafelsuiker per kg vruchten. Stevioside is 300 keer zoeter. Je kan dat echter niet lineair berekenen. Want... als je 3,3 gram stevioside aan 1 kilogram vruchten toevoegt is die confituur al niet meer te eten omdat ze veel te zoet zou zijn. Bij gewone suiker proef je het verschil niet als je enkele honderden grammen meer suiker in de confituur deed. Hier wel. Je hebt dus maar heel weinig van dat product nodig en er zijn nog andere voordelen die kunstmatige zoetstoffen niet hebben.”**

Aspartaam bijvoorbeeld is tweehonderd keer zoeter dan tafelsuiker. Stevioside heeft veel kwaliteiten die caloriearme kunstmatige zoetstoffen niet hebben. Deze natuurlijke zoetstof kan verhit worden en mag ook verbruikt worden door diabetici en door mensen met PKU (fenyلكetonurie). Aspartaam kan niet verhit worden en is ook niet geschikt voor mensen die lijden aan deze aangeboren stofwisselingsstoornis.

STEVIOLE WORDT UITGEPLAST

De voorlopige ADI-waarde voor stevioside gaat over de hoeveelheid ‘steviol-equivalenten’: ze is bepaald op 2 mg steviol-equivalenten (zie kadertje in blauw; dat stemt overeen met 5 mg stevioside per kg lichaamsgewicht van een volwassene per dag). Bepaalde bacteriën in onze dikke darm (of colon) breken stevioside af tot *steviol*. Onze lever zet steviol onmiddellijk om tot *steviol-glucuronide*, een typisch

uitscheidingsproduct dat we uitplassen met onze urine. **Jan Geuns:** “Stevioside op zich is een te grote molecule, die niet door de darmwand kan dringen. En als ze al binnengaat is dat als je echt enorme concentraties van stevioside inneemt.”

Bacteriën in onze dikke darm breken stevioside af tot steviol en dat wordt dan weer door onze lever omgezet tot een typisch uitscheidingsproduct in onze urine. In feite gaat de voorlopige ADI-waarde uit van een verbruik van 5 mg stevioside per kg volwassen lichaamsgewicht per dag. Voor een volwassen persoon van 65 kg gaat het om 325 mg per dag. De experts van Jecfa vinden de zoetstof dus wel heel veilig? **“Ze willen die 2 mg steviol zelfs verhogen tot het dubbele of 4 mg. Dan zit je aan 10 mg stevioside per kg lichaamsgewicht. Dat verbruik haal je zeker nooit”**, zegt professor Geuns.

HEEL WAT GEZONDHEIDSVORDELEN

Stevioside wordt niet opgenomen door ons lichaam. Uit klinische studies met vrijwilligers bleek dat een deel steviol in onze dikke darm wordt geabsorbeerd en dan door de lever wordt omgezet tot steviolglucuronide en uiteindelijk wordt uitgeplast. Er werd geen ‘vrij’ steviol gevonden in het bloed van de onderzochte mensen.

Kortom, van deze ‘zoetstof van de toekomst’ – zoals ze op sommige webstekken wordt bejubeld – blijft niets in ons lichaam achter. Steviol zou kankerverwekkend zijn, werd een enkele keer geformuleerd. Een oordeel dat – zo zegt professor Geuns - alleen steunde op een enkel onderzoek met fout geïnterpreteerde gegevens. Intussen zijn er geen redenen meer om te twijfelen. Wereldwijd concludeerden wetenschappers intussen dat Stevia en stevioside of de omzettingstof steviol volledig veilig zijn voor de mens. Er zijn geen kankerverwekkende effecten. Integendeel, er zijn al heel wat gezondheidsvoordelen vastgesteld.

Er zijn de voordelen van stevioside als ze wordt gebruikt als voedingssupplement (een dagelijkse inname onder de 200 mg): ze is stabiel, is calorieeloos, geeft geen tandbederf, en is geschikt voor PKU-patiënten, diabetici en mensen met obesitas en zwaarlijvigheid. Hogere hoeveelheden zoals drie keer een dosis van 250 mg per dag of tot drie keer 500 mg verlagen de bloeddruk van mensen met een verhoogde bloeddruk.

Jan Geuns zegt en schrijft het zo: “Naast al de wetenschappelijke studies die bewijzen dat stevioside volledig veilig is, zijn er nooit rapporten verschenen

die aantonen dat het gebruik van Stevia of stevioside het aantal kankergevallen verhoogt, zelfs niet na een langdurig gebruik ervan (Paraguay: meer dan 500 jaar; Japan: meer dan 25 jaar; Zuid-Korea: 16 jaar; Brazilië: 13 jaar; China: 12 jaar; Verenigde Staten: sinds 1995 gedoogd als dieetsupplement). Het besluit kan zeker zijn dat Stevia en stevioside volledig veilig zijn op gebied van carcinogene activiteit.”

BIJKOMEND ONDERZOEK VOOR JECFA

De voorlopige ADI-waarde van de expertgroep Jecfa in de WHO is dus zeker een belangrijk signaal voor de Europese Commissie. Maar dat zet echter niet alleen de deur op een kier voor een nieuwe beslissing. Het is ook een huizenhoge uitdaging voor Jan Geuns en andere onderzoekers die met het onderzoek bezig zijn.

Want, datzelfde Jecfa vraagt ook nog bijkomend onderzoek van de effecten van lage en hoge concentraties stevioside (of steviol) bij patiënten met verhoogde of normale bloeddruk en bij suikerzieken van type I die afhankelijk zijn van insuline (en die bijna altijd insuline-injecties krijgen) of van type II die geen insuline-injecties nodig hebben (de grootste groep van diabetici, die het glucosehalte in hun bloed vaak weer bijna normaal krijgen door meer lichaamsbeweging, aangepaste voeding en te vermageren als ze overgewicht hebben).

Daarnaast vraagt Jecfa nog meer technische labonderzoeken zoals studies van de stabiliteit van de natuurlijke zoetstof en een betere beschrijving van de plantglycosiden met dit steviol.

Anders gezegd: alle aanwezige moleculen of stoffen moeten bekend zijn en haarscherp worden onderzocht en beschreven voor het pad helemaal wordt geëffend voor een meer definitieve ADI-waarde. Veel deed Jan Geuns al eerder, maar er is nog veel te doen.

Juist voor dat nieuw bijkomend onderzoek heeft de Leuvense onderzoeker niet minder dan 600.000 euro nodig. Bovendien is er haast mee gemoeid. Hij wil nieuwe onderzoeksgegevens klaarhebben voor de volgende vergadering van Jecfa, voorjaar 2007.

Komt daarbij dat het doen van proeven met vrijwilligers enorm wordt bemoeilijkt.

Jan Geuns: “Sinds 2004 is de wetgeving om klinische proeven te doen met mensen nog strenger geworden. Dat betekent - zelfs als wij een volstrekt veilig product als stevioside moeten testen – dat wij een heel dossier moeten klaarmaken.”

Het is even zwaar als voor de farmaceutische industrie maar met dit verschil dat u hun financiële draagkracht niet heeft.

“We hebben geen geld achter ons staan, dat is ons probleem. En ik heb nu een ruwe schatting, want met alle bijkomende verzekeringen en zo, hebben wij 600.000 euro nodig om tegen juli 2006 nieuwe resultaten te kunnen sturen naar Jecfa (WHO).”

Waar gaat al dat geld naartoe, waarvoor heeft u dat nodig?

“Er moeten bijvoorbeeld metingen gebeuren van de bloeddruk en daarvoor moeten we zo’n 75 bloeddrukmeters kopen. Alleen die gevalideerde bloeddrukmetertjes kosten 100 euro per stuk.”

“Waarschijnlijk zien ze in Jecfa niet in voor welke problemen dat hun bijkomende vraag zorgt. De verzekeringskosten voor klinische proeven zijn spectaculair gestegen – de universiteit zou dat oplossen met een globaal contract.

Voor het ogenblik hebben we in alle geval een waarschuwing gekregen om op te passen met klinische proeven.

Ons product dat we willen testen, moet nog verder gezuiverd worden. Dus de stevioside moet van een zeer hoge kwaliteit zijn en bovendien – ik moet de wetgeving nog allemaal napluizen; dat zal me nog een paar dagen kosten – moet zelfs van de Steviaplant bekend zijn wat de inhoud is van pesticiden als ze gebruikt zijn, van zware metalen en noem maar op.

Uiteindelijk wordt er een extract gemaakt van de Steviaplant. Dat extract moeten we heel goed kunnen omschrijven: wat zit er in... enzovoort. Dat moet gestandaardiseerd zijn en gelijktijdig met de experimenten op mensen, moeten we ook proeven doen op stabiliteit van het product dat we afleveren. Dat moet volledig gemaakt worden volgens de procedure die ze in de farmaceutische industrie volgen. Ja, dat kost evenveel geld en al die analyses – het gaat om duizenden analyses – moeten gebeuren. We willen die studie in een keer goed doen. Want ze vragen bloeddrukmetingen, maar als je geen bloedparameters meet, zullen ze daarna zeggen of zal een of andere lobby zeggen dat het onderzoek onvolledig is en dat je dat nog moet doen. Dat is de klassieke truc, hé.

We zijn tegen september 2005 van plan een uitvoerig dossier te schrijven voor een project waar verscheidene mensen van de KU Leuven bij betrokken zijn. Multidisciplinair. Eventueel ook mensen uit Brussel en uit Denemarken, die we reeds goed kennen.

Maar om resultaten tegen juli 2006 te hebben, moeten we zo snel mogelijk met die proeven kunnen beginnen.”

Waarom moet dat tegen juli 2006 zijn?

“Om tijdig resultaten te verwerken en een rapport te kunnen schrijven tegen de volgende vergadering van Jecfa.”

Daar zou u natuurlijk weer resultaten willen tonen?

“Ja, want kijk, als wij een project aanvragen, om het even waar, duurt dat meestal een jaar. Dus als we nu een projectaanvraag doen, komt dat geld pas ten vroegste beschikbaar op 1 januari 2006. Dat is veel te laat.”

Intussen moet u oplossingen vinden?

“Ja, want het zal zeker twee tot drie maanden tijd kosten om de proefpersonen te selecteren voor zo’n uitgebreid onderzoek. Zelfs als we nu geld zouden hebben, kunnen we pas begin mei, juni 2005 starten. Maar dan zit je met een vakantieperiode.”

Kortom, het levert praktische problemen op. Maar kan dat onderzoek niet buiten Europa gebeuren? Waar het misschien dan wel beter kan, makkelijker en met minder kosten? In Japan bijvoorbeeld?

“Japan? Daar kost het onderzoek nog meer. Kijk, we hebben naast het *European Stevia Research Center* nu ook een *European Stevia Association* opgericht. Er zit ook een Japanner in. Met het *European Stevia Research Center* coördineren we in het Leuvense lab het onderzoek rond Stevia.

De *European Stevia Associatie* is er meer om een nieuwe aanvraag voor te bereiden voor Europa, om contacten te leggen tussen verschillende firma’s... In de associatie zitten voor het ogenblik een Japanner, een Duitser, een Spaans bedrijf, een Italiaans bedrijf, een Nederlander, een Braziliaans bedrijf, een uit Maleisië, een uit Hawaï.”

Dus het zijn niet altijd wetenschappers maar ook soms bedrijven, die er belang bij hebben dat ze kunnen doorbreken op de Europese markt?

“Wij kunnen niet anders dan ons verenigen om een beetje een groep te vormen met wat kapitaal.”

Daar ligt toch een deel van de oplossing? Die leden hebben er toch belang bij? Kunnen zij dat onderzoek niet betalen? Voor die leden is 600.000 euro toch niet zo veel?

“Ja, voor die firma’s is dat toch veel geld. In Brazilië bijvoorbeeld extraheren ze 30 ton, 30.000 kg Stevia-blaadjes. Dat is hun jaarproductie.”

Is dat veel?

“Dat is een serieuze berg droge blaadjes, maar ze produceren daaruit 3.000 kg stevioside, ongeveer. Nu, de marktprijs van stevioside – voor de kwaliteit die ze momenteel hebben – is ongeveer 50 euro voor een kilogram.”

Dat is niet echt veel.

“Nee, daar kunnen ze nooit van leven. Maar daarom maken ze van hun product eindproducten. Dit is een eindproduct van Stevita” (wijst op de doos met zakjes zoetstof van het Braziliaanse bedrijf Stevita; een mengeling van wat stevioside met melkpoeder, jpd). “Maar kijk, 3.000 kg stevioside maal 300 is 900.000 kg gewone suiker.”

Dus die 3 ton stevioside komt overeen met 900.000 kg gewone suiker?

“Dat is echt een probleem. Het zijn allemaal relatief kleine bedrijven.”

KMO’s in feite.

“Brazilië heeft me uitgenodigd om daar te komen kijken.”

En die zakjes Stevita, die zijn het hoofdproduct van die firma?

“Jawel, dat is hun hoofdproduct. Er werken honderd mensen in dat bedrijf” (Stevita, jpd).



© Foto Jean-Pierre Dubois

De Braziliaanse firma Stevita produceert en verkoopt verscheidene producten met stevioside, bijvoorbeeld zakjes met zoetstof en wat melksuiker (lactose) om een drankje te zoeten. Meer op www.stevita.com.br

Die productie van stevioside is wel elke keer buiten Europa?

“Ja, alles zit momenteel buiten Europa, behalve een bedrijf in Spanje.”

Hoe ziet de markt er uit in Brazilië? Hebben ze daar ook de concurrentie van gewone suiker?

“Nee, want dat is een familie die zowel de suikerraffinaderij bezit als Stevita. Dat is broer en zus.”

Jan Geuns: “Waar ik op hoop? Brazilië heeft Europa voor de rechter gedaagd – voor het Internationaal Gerechtshof – omdat Europa subsidies geeft voor de suiker én Brazilië kan zijn geproduceerde suiker goedkoper leveren dan de subsidie die Europa uitbetaalt. En Europa verloor dat proces. Vanaf 2007 – denk ik – mag Europa geen subsidies meer geven en de hele suikerindustrie in Europa heeft het zeer kwaad te verduren. Hopelijk zal de suikerindustrie daardoor beseffen dat ze zich beter op iets anders kan concentreren.”

Maar... het moet toch mogelijk zijn om het over een andere boeg te gooien?

Het moet toch mogelijk zijn om dit een halt toe te roepen en te zeggen dat er iets gebeurt dat extreem onjuist is?

Met een groot aantal wetenschappers met gezag?

Haal er desnoods een Nobelprijswinnaar bij. Die is toch ook te vinden?

“Dan halen ze u onderuit met alle mogelijk middelen.”

Wie zijn ze?

“Ik wil daar niet verder op ingaan.”

U bedoelt: degene die de grote financiële belangen hebben?

“Ja, natuurlijk. Wie zetelt er bijvoorbeeld in onze Hoge Gezondheidsraad? Ik heb er indertijd...”

Ik ken de huidige samenstelling niet.

“Ik ken die ook niet en het interesseert me eigenlijk niet meer. Maar ik heb indertijd een aangetekende brief naar de minister van Volksgezondheid gestuurd toen het Steviadossier definitief *afgeschoten* is door iemand die altijd maar bijkomende vragen stelt...”

Vanuit de Hoge Gezondheidsraad?

“Ja, natuurlijk.”

Maar dat gebeurt met andere onderzoeksvragen toch ook? Ook dan zijn er die toch absurde vragen stellen om een onderzoeksvraag te kelderen?

“Ja, maar kijk... Als er mensen in de Hoge Gezondheidsraad zitten die andere belangen hebben dan de menselijke gezondheid, dan vind ik dat die er niet thuis horen. En ik heb dat al aan heel veel mensen in het buitenland verteld en die lachen zich krom...”

Maar in het buitenland hoort het binnenland dat niet.

“Ik heb dat op tv gezegd. Hier op TV1. En wat doen de journalisten – en daar zit de fout bij de journalisten: die willen sensatie scheppen...”

TV-journalisten hebben niet veel tijd, dat is het probleem.

“Kijk, ze hebben mij ook een interview afgenomen en ze hebben mij vragen gesteld en ik antwoordde op die vragen. Maar ze knipten er alleen de pikante dingen uit.”

NIET VOOR STOERE MANNEN?

“Er is net een Amerikaans boek uit. Ik had nog geen tijd om dat verder te lezen omdat het ook onzin is. Dat is voor macho mannen die stoer willen doen en spierbundels willen kweken.”

Dus daar wordt stevioside ook voor gebruikt?

“Nee, nee. In dat boek staat juist: ‘Als je een echte man wil worden, vermijd stevioside want de mannelijke potentie neemt af’ en zo verder. Het is ook daarom dat ik op papier uitleg geef. Er is een proefje waar men aan jonge ratjes van enkele weken oud extracten inspoot afkomstig van een hoeveelheid droge bladeren die meer was dan de helft van hun lichaamsgewicht. Ik vergeleek dat met een mens van 65 kg. Die krijgt elke dag een extract van 34,7 kg van verse Steviablaadjes ingespoten.”

Te gek?

“Ik zou ook niet willen dat ze me elke dag een extract van 34 of 35 kg sla zouden geven.”

Dat is een proef die gewoon onzin is. Ik heb er bij berekend hoeveel stevioside je zo geeft per dag.”

Zijn dat daar dan nog wetenschappers, of hoe zit dat? Hoe werken zij daar?

“Die gaan door voor wetenschappers. En in de Hoge Gezondheidsraad van België zit een zelfde type mens, die in de ziekenhuizen gaat waarschuwen: Pas op mensen, want stevioside is gevaarlijk.”

Waar haalt hij zijn informatie?

“Zijn informatie haalt hij hier” (klopt op blad met tekst over de onzin en de foute beweringen die de Europese Commissie kreeg, jpd).

“En ik ben zeker dat hij zelf de wetenschappelijke literatuur nooit gezien heeft. Want dat is zo: de mensen weten dat ik met Stevia bezig ben en ik krijg altijd wel een kopietje toegestuurd met de afdrucken van zijn presentaties, dia’s enz. Mensen sturen mij dat toe: Kijk eens, wat een onzin.”

Zonder nu het proces te maken van die man, maar waarom doet zo iemand dat?

“Hij zit in de Hoge Gezondheidsraad van België en hij zit in een groot bedrijf.”

Een belangenconflict dus?

“Ja, het is niet meer dan dat.”

Is het dan niet zo eenvoudig om dat bekend te maken?

“Ik heb destijds per aangetekende brief aan de minister van Volksgezondheid Magda Aelvoet (toen Agalev, jpd) gemeld dat de aanwezigheid van die persoon volgens mij puur belangenvermenging was. Zij heeft mij zelfs geen antwoord gestuurd.”

Heeft ze uw brief wel ooit zelf gezien?

“Als dat aangetekend komt, dan moet dat toch wel?”

Ik weet het nog niet, hoor. Ze hebben gevolmachtigden die een brief in de plaats van de minister mogen ontvangen.

“Ja, maar als ze dat niet doorsturen... “

Ik suggereer niets, maar...

“Dat kan hé, maar toen was ik zelf heel erg ontgoocheld.”

Waarom stapt u dan niet naar de pers? Er zijn toch ook goede journalisten?

“Ja, maar wat krijg ik dan over mijn nek? Als je teveel in dat potje roert, dan begint iedereen weer en dan zitten ze te bellen. U kunt niet geloven hoeveel telefoons en e-mails ik elke dag krijg. Nog altijd, van over de hele wereld.”

Alles waarmee u zit is wel te begrijpen als een communicatieprobleem. Ik zeg niet dat het probleem bij u zit. Maar u ziet dat er een communicatieprobleem is en dat er valse verhalen worden verteld, dat de boodschap

wordt vervalst, dat het nodeloos moeilijk wordt gemaakt, dat u in een patroon wordt gedrongen om onderzoek te doen dat in feite niet nodig is, denk ik – misschien...

“Nee, dat is niet nodig. Daar ben ik zeker van.”

En toch blijft u met dat probleem zitten?

“Ja, maar dan moet u zich ook eens afvragen: wie zit in de Wereldgezondheidsorganisatie? Ik weet niet wie de Belg is die er in zit. Wat voor iemand is dat? En dat moet je voor elk van die mensen nagaan. En de lobby’s zitten ook te trekken aan de jasjes van de mensen die in de WHO zitten. Zo simpel is het ten andere.”

Waar ligt dan voor u nog uw ambitie – een wetenschapper heeft toch altijd ergens een kloppend hart voor iets – waar zit dat bij u, wat houdt u bezig? Het is bijna titanenwerk.

“Ja, ja, wat mij bezighoudt is om de waarheid boven te spitten, om eventueel dat bijkomend onderzoek te doen als we het geld vinden zodat Jecfa van de WHO niet anders kan dan besluiten dat het nu toch oké is.

Want, ik was gisteren anderhalve dag in Duitsland en het eerste wat ze me daar toonden was een knipsel: de suikerlobby is tegen de Jecfa-beslissing voor Stevia. Het gaat ver. Iemand van Europa, die nu niet meer met voeding bezig is maar voor een andere dienst werkt, zei me: Kijk, nu mag je aantonen dat stevioside volledig veilig is, dat er geen enkel – en er is geen enkel serieus wetenschappelijk artikel dat ook maar enig nefast gevolg beschrijft – dan nog wil dat niet zeggen dat Europa het zal goedkeuren.”

Want?

“Economische belangen. Kijk, in welke maatschappij leven wij eigenlijk? Als je naar primitieve culturen kijkt, bosjesmannen en om het even wat: ik ken geen enkele leider die zou toelaten dat minstens tien procent van zijn mensen ziek gemaakt wordt door om het even welk product. Ik ken geen enkele. Er is geen enkel natuervolk dat dit zou accepteren. Nu, in België en in Europa, aanvaarden we zondermeer dat minstens tien procent van de bevolking ziek wordt gemaakt door toegevoegde producten.”

J.P.D.

FABELS EN INDIANENVERHALEN?

Stevioside lijkt al ideaal voor mensen met een gezondheidsprobleem? Professor Geuns raadt toch aan voorzichtig te zijn. De al vastgestelde invloeden op de gezondheid, vergen nog meer onderzoek. Dat is de kernvraag van het expertcomité Jecfa van de Wereldgezondheidsorganisatie.

“Ik kan begrijpen dat je mensen met een hoge bloeddruk ook niet zomaar voorstelt dat ze hun medicijnen vervangen door stevioside. Dergelijke raad geef ik ook niet, want ik ben geen dokter en ik kan daar niet over beslissen. Het is ook nooit de bedoeling geweest om zoiets aan te raden. Daarom ook vind ik het nuttig die bijkomende proeven te doen”, zegt Jan Geuns.

Eerdere klinische onderzoeken met mensen waren alvast veelbelovend. Stevioside zou wel eens veel kunnen betekenen voor diabetici van type I of II.

“Er zijn al proeven op gebeurd, kleinschalige, en die mensen kunnen voor een stuk opnieuw insuline beginnen aan te maken. Diabetici van type I die genetisch bepaald geen insuline kunnen produceren, kan men bètacellen inspuiten waardoor ze voor tweederde onafhankelijk worden van insuline. De mogelijkheid bestaat – ik zeg dat dit moet onderzocht worden – dat die mensen verder te helpen zijn door ze een beetje stevioside te geven.”

Bètacellen in de Eilandjes van Langerhans in de alvleesklier produceren insuline. Jan Geuns wil dat heel graag verder bestuderen. Ook met klinische proeven met mensen.

BELANGRIJK CHINEES ONDERZOEK

Een Chinees onderzoek is ook belangrijk om verder uit te spitten. De Chinese onderzoekers gaven hun proefpersonen grote hoeveelheden stevioside: gedurende een tot twee jaar kregen ze 750 mg tot zelfs anderhalve gram per dag. “In capsules”, lacht professor Geuns, “want anders zou zoiets zoiets niet binnen te krijgen zijn.”

“Tijdens die proeven – dat was met mensen met hoge bloeddruk – konden ze na enkele weken een serieuze verlaging van de hoge bloeddruk waarnemen, en geen enkel, maar dan ook geen enkel negatief effect. Integendeel zelfs, de mensen voelden zich allemaal beter omdat ze een normale, gezonde bloeddruk hadden. De mannen hadden geen last van impotentie. Die gegevens wil ik graag nog verder onderzoeken.”

GEBRUIK IN AZIË EN LATIJNS-AMERIKA

Landen als Brazilië of Japan zijn in feite ook volledige laboratoria met enorm veel mensen die al decennia lang stevioside gebruiken. In Japan staan hele warenhuisrekken vol met producten die deze natuurlijke zoetstof bevatten. In Azië gebruiken ze stevioside vaak al decennia als de belangrijkste zoetstof.

Dat betekent toch dat hele bevolkingsgroepen daar ook buiten de klassieke klinische omstandigheden te volgen zijn?

“Ja, in Japan bijvoorbeeld. In Japan ligt het aantal kankers lager. Een van de laagste aantallen in de wereld en ze gebruiken stevioside al meer dan dertig jaar.”

Het is nog niet echt helemaal duidelijk waarom dat aantal lager is, men verwacht het wel...

“Ja, ze eten ook over het algemeen gezonder. Minder vlees en meer vis en groenten.”



© Foto Jean-Pierre Dubois

Stevioside is de voornaamste zoetstof uit de bladeren van de plant Stevia. Het zuivere extract heeft een zoetkracht tot 300 keer die van gewone suiker. De bladeren zijn 30 tot 45 keer zoeter. Daardoor is er maar een heel kleine hoeveelheid van de zoetstof nodig om iets te zoeten. Te veel is echt oneetbaar. Zo afschuwelijk zoet is zelfs niet meer lekker. Met weinig stevioside is veel mogelijk en de zoetstof is caloriearm en niet verslavend.

Een medestander van u is een gewezen baas van Coca-Cola. Kan Coca-Cola niet perfect gemaakt worden met stevioside?

“Ja, in Japan deden ze dat ook. Vroeger was er geen enkele synthetische zoetstof toegelaten en Coca-Cola bracht er zijn Cola light op de markt met stevioside. Maar onder druk van Coca-Cola heeft Japan moeten zwichten en nu bevat Cola light in Japan ook aspartaam. Waarom? Omdat aspartaam goedkoper is.”

WETENSCHAPPELIJKE LITERATUUR?

Over die steviol is veel te doen geweest. Door onderzoek van over de hele wereld is de vrees voor mogelijke kankerverwekkende effecten van de kaart geveegd. “Ook door Jecfa (WHO)”, zegt Jan Geuns.

“Vooral de Japanners deden veel bijkomend onderzoek. En ook wij konden aantonen dat de steviol die

in het menselijke lichaam wordt gevormd, niet als ‘vrije’ steviol is te vinden in het bloed. Hoewel we zeer gevoelige technieken ontwikkelden.”

Jan Geuns strijdt soms tegen hardnekkige fabels, onjuiste beweringen en regelrechte indianenverhalen.

Wetenschappelijke gegevens werden verdraaid en pseudo-wetenschappelijk gemaakt?

“Er werd juist aangetoond dat stevioside het aantal kankers vermindert als men zelfs kankerverwekkende producten én stevioside op de huid van muizen smeert. Dan treden er praktisch geen kankers op. Stevioside is dus anti-carcinogeen en vermijdt juist huidkankers op muizen. Dat werd met testen duidelijk aangetoond.”

Jean-Pierre Dubois
wetenschapsjournalist

“Eén keer per week zondigen mag best!”



© Foto Jean-Pierre Dubois

Jan Geuns: “Ik ben helemaal geen voorstander van industriële bakkerijen. Ik ben voor de kleine warme bakker. Het is niet de bakker die onze gezondheid schaadt. Die bezoeken we elke zondag voor om het even wat: met slagroom en alles erop en eraan. Want één keer per week mag je serieus zondigen. Al die industriële voedingsmiddelen zijn niet goed. De mensen zouden moeten omschakelen in hun hoofd en dat niet meer kopen. Zelfs de kindervoeding zit al vol suiker, vol nitriet, vol sulfiet en noem maar op. Daar zit het probleem. Stevioside zal dus ook niet alle suiker vervangen en dat is ook niet de bedoeling.” Wetenschapper Geuns is in de eerste plaats tegen het verborgen suikerver-

bruik. Tegen het feit dat suiker heel vaak in grote hoeveelheden wordt toegevoegd aan industrieel bereid voedsel. Aan verbruik van gewone suiker valt niet helemaal te ontsnappen. “Mijn vrouw en ik, wij voegen hoe dan ook nergens suiker aan toe. We hebben enkel suiker in huis voor als we bezoekers krijgen die echt suiker willen.”

DE ZUIVERE FEITEN

De plant Stevia groeide oorspronkelijk alleen in de noordelijke regio van Zuid-Amerika. Ze werd vaak beschreven als het 'zoete kruid van Paraguay'. De geschiedenis van de teelt is dan ook vooral te situeren in Paraguay en Brazilië. Stevia kan groeien op vrij schrale bodems. Planten in het wild, groeien 40 tot 80 centimeter hoog en in een teeltcultuur tot een meter. De inheemse Guaranay-indianen kenden al eeuwenlang de kwaliteiten en gebruikten de bladeren om zoete kruidenthee te maken. Toch werd de plant pas voor het eerst beschreven in 1899, door de Paraguayase plantkundige M.S. Bertoni. De plant *Stevia Rebaudiana Bertoni* is botanisch familie van planten zoals de zonnebloem en onze cichorei.

Pas in 1931 werd het mogelijk de voornaamste zoetstof uit de bladeren, stevioside, te kristalliseren.

Tijdens de Tweede Wereldoorlog dachten de geallieerden er aan stevioside te extraheren en op commerciële schaal te gebruiken als vervanger van de schaars geworden tafelsuiker. Dat is mislukt, omdat ze toen nog niet de geschikte technologie hadden en het Engelse weer was ook niet geschikt voor die teelt.

EEN NOBELE MOLECULE

Professor Geuns kwam zelf al in de jaren zeventig in contact met de plant. "Temand die in Paraguay een stuk grond kocht en daarop Stevia begon te telen is toen bij mij in het lab op bezoek gekomen. Het was de tijd dat heel veel mystiek hing rond Stevia. Er werden onjuiste eigenschappen aan toegeschreven. Begin de jaren negentig heb ik op reis in Roemenië voor het eerst Stevia gezien."

Op de Japanse en Koreaanse markt is stevioside momenteel de meest gebruikte zoetstof. De commerciële productie gebeurt vooral in Paraguay, Uruguay, Midden-Amerika, de Verenigde Staten, Israël, Thailand en China.

"Wetenschappers noemen stevioside een nobele molecule", zegt professor Geuns. Wereldwijd is hij bekend geraakt als een spilfiguur in het onderzoek van Stevia en stevioside. Over het plantje *Stevia rebaudiana Bertoni* en stevioside circuleren nog veel onwaarheden en onzin. "De fabeltjes die worden verkondigd zijn onder andere dat het gebruik van Stevia of stevioside kankerverwekkend zou kunnen zijn of dat de vruchtbaarheid zou worden aangetast, vooral de mannelijke. Wat het grootste psychologisch effect blijkt te hebben", zegt Jan Geuns. Als antwoord zette hij de zuivere feiten en kwaliteiten op zijn webstek www.kuleuven.ac.be/bio/biofys.

In de eerste plaats is de geëxtraheerde zuivere zoetstof stevioside ongelooflijk zoet. De zoetkracht van stevioside is driehonderd maal die van gewone suiker.

De gedroogde bladeren zijn ongeveer tot veertig keer zoeter dan suiker.

Verder dit rijtje van Jan Geuns:

- Stevia is een volledig natuurlijk product;
- De zoetstof stevioside is volledig caloriearm;
- De bladeren zijn bruikbaar in hun natuurlijke toestand;
- Door de enorme zoetkracht is er slechts een kleine hoeveelheid nodig om iets te zoeten;
- De plant is niet giftig;
- De bladeren en het extract (de zuivere stevioside) kunnen worden gekookt;
- Er is geen nasmaak of bitterheid;
- De zoetstof kan gekookt worden en blijft stabiel tot 200 graden Celsius;
- De zoetstof fermenteert of vergist niet;
- De zoetstof verbetert de smaak van een product;
- De zoetstof werd klinisch getest en wordt in Japan b.v. al meer dan 25 jaren gebruikt zonder negatieve effecten;
- De zoetstof is een ideale, niet verslavende zoetstof voor kinderen;
- De zoetstof is helemaal veilig en geschikt voor diabetici en mensen met PKU (of phenylketonurie, een aangeboren stofwisselingsstoornis).

Professor Geuns bevestigt wat ook met Google op internet te vinden is: stevioside en Stevia worden gebruikt om heel veel producten te zoeten. Buiten Europa welteverstaan.

Stevioside wordt er gebruikt als tafelsuiker, in frisdranken, gebak, pickles, tabakswaars, snoep, confituur, jam, yoghurt, kauwgom, sorbets... Door de beslissing van de Europese Commissie in 2000 is het gebruik in Europa echter nog helemaal verboden. Al wordt Stevia wel stiekem of openlijk aangeboden op het internet.

WANNEER IN EUROPA?

De Europeanen maakten in de zestiende eeuw al kennis met het plantje. Nu is het de vraag wanneer zij Stevia, die vroeger ook als de zoetste plant ter wereld werd geprezen, ook op ons continent mogen gebruiken. Europarlementslid Bart Staes (Groenen/EVA) heeft daarover onlangs een schriftelijke vraag gesteld aan de Europese Commissie. Hij wees op het feit dat onderzoekers van over de hele wereld tot het besluit kwamen dat stevioside volledig veilig is voor menselijke consumptie.

Verder zou stevioside ook nuttig kunnen zijn voor dieren.

“Omwille van mogelijke resistentieproblemen zijn antibiotica in de diervoeding verboden”, schreef Staes in zijn parlementaire vraag. “Voorlopige resultaten geven aan dat Steviastengels en blaadjes mogelijk als vervanger kunnen dienen voor antibiotica in de diervoeding (bevatten interessante polyfenolen). Dit zou enorme mogelijkheden openen in de diervoedingsproblematiek. Dit zou een groot maatschappelijk belang kunnen hebben, maar er is in dit verband nog verder onderzoek vereist waar middelen voor vereist zijn.”

“Staat de Commissie met deze gegevens, erkend door wetenschappers van over de hele wereld, nog steeds achter haar besluit om stevioside te verbieden op de Europese markt en zo ja waarom?” vraagt Bart Staes nu. “Zal zij in voorkomend geval middelen vrijmaken voor uitgebreid wetenschappelijk onderzoek naar het gebruik van dit natuurlijk product dat veel ziekte kan voorkomen?”

Het gebruik ervan kan het aantal mensen met diabetes en obesitas verminderen. “De jaarlijkse kost voor deze aandoeningen kan in de EU-25 (al de huidige lidstaten, jpd) geraamd worden op 227 miljard euro, de afname van sociale gevolgen van deze ziektes of van tandbederf niet eens in acht genomen”, onderstreept het europarlementslid nog. Wordt vervolgd? We houden u op de hoogte in een latere editie van Wegwijs in wetenschappen.

J.P.D.

‘Ik ben niet voor industrieel bereid voedsel’



© Foto Jean-Pierre Dubois

“Eigenlijk moeten wij gewoon eens nadenken over waar we mee bezig zijn”, zegt Jan Geuns.

Door zijn onderzoek heeft hij ook een eigen kijk op de gezondheid van ons volk. Hij heeft niets tegen suiker als dusdanig, zegt hij, maar hij heeft wel ernstige bezwaren tegen de aanwezigheid van grote hoeveelheden van die suiker in industrieel bereid voedsel. Ons voedsel is tegenwoordig wel veilig, beaamt hij. Te veilig soms, en dan vooral voor de fabrikanten. Industrieel bereid voedsel bevat vaak grote hoeveelheden suiker, omdat bacteriën er dan niet kunnen in groeien.

“We leven met een schijnveiligheid volgens mij, en dat is geen veiligheid meer. Voedselveiligheid is er vooral voor de producenten. De processen in hun fabrieken moeten veilig verlopen.”

“Ik bekijk voedselveiligheid echter vanuit een ander standpunt. Vanuit de vraag wat er allemaal in de voeding zit. Alles wat er extra aan toegevoegd is, hoort er voor mij niet in. Dat teveel aan suiker, aan vet, aan zout en aan smaakmakers: dat zijn vier dingen die volgens mij niet in goed voedsel hoeven te zitten. Ik ken geen enkele leider van een natuurliefhebber, bosjesmannen en andere, die zou dulden dat minstens tien procent van zijn bevolking ziek gemaakt wordt door om het even welk product. Geen enkele. Maar in

België en in Europa accepteren we zondermeer dat minstens – en ik benadruk: ‘minstens tien procent’ – van de bevolking ziek gemaakt wordt door toegevoegde producten. Ik heb het dan nog niet over het feit dat men niet kan ingrijpen als er ergens iemand vleesafval in onze saucissen zit te draaien, en wat weet ik nog allemaal. Ik heb het maar over heel eenvoudige dingen, over misbruiken wil ik nog zwijgen. Maar, ik ken geen enkel primitief volk waar ze zelfs maar zouden aanvaarden dat zelfs één procent van hun volk ziek wordt gemaakt. En in België en Europa vinden ze dat de normaalste zaak, want het geld is belangrijker dan de volksgezondheid.”

Is die suiker in industrieel bereid en klaar-gemaakt voedsel niet vervangbaar?

“Dat is vervangbaar, maar in feite als het om voeding gaat zouden we al die voorgefabriceerde producten gewoon niet moeten kopen. Dat is het gezondste.”

“We moeten de mensen – en daar zit de taak van de journalisten – weer leren wat normaal is. Dat weten ze niet meer. Elk jaar leg ik mijn studenten uit dat een biefstuk moet verkleurd zijn als je er mee van de slager komt. Want, als ze niet verkleurd is dan is er met dat vlees geknoeid. Eet dat dan niet op!”

“Ik zeg altijd dat onze appels zo slecht zijn dat zelfs de maden ze niet willen”, lacht hij. Naast zijn onderzoek- en doceerwerk in de KU Leuven, heeft hij ook een lesopdracht van vijf jaar in de universiteit van Cluj-Napoca in Roemenië. Er zijn contacten en hij probeert ook samen te werken met onderzoekers in landen van Oost-Europa, zoals Roemenië.

“Ik ben al heel dikwijls naar Roemenië geweest. Als ik daar ben, ga ik gewoon in een klein restaurantje eten. Daar kan je nog kip eten die naar kip smaakt.

Varkensvlees proeft daar nog naar echt varkensvlees. Als je hier een biefstuk eet, smaakt het allemaal bijna hetzelfde want het is allemaal bijna water. Hier kan je vlees niet meer dichtschrœien. Gewoon tomaten en aardbeien, die smaken ginds nog. Je hebt er ik weet niet hoeveel soorten appels. Men moet onze consumenten eens duidelijk maken dat het zo en zo moet zijn en uitleggen waarom vlees verkleurt.”

Slechte eet- en leefgewoonten zijn ook ongezond voor de ziekteverzekering

“Dat probeer ik aan te tonen met berekeningen, en ik sta daar niet alleen met die getallen. Die getallen komen ook van een Amerikaan”, zegt Jan Geuns.

“In België neemt men aan dat ongeveer de helft van de bevolking veel te dik is, en we hebben zeer veel diabetici, vooral van type II.”

SYMPTOOMBEHANDELING

Professor Geuns kwam in contact met een Amerikaan, die een van zijn medestanders werd. “Jim Emmerson is een van de hoge bazen geweest van Coca-Cola. Hij is nu op pensioen en nu is hij een topfiguur in de wereldvereniging van diabetici van type I. Welnu, deze *Jim Emmerson* heeft uitgerekend dat de symptoombehandeling van de gevolgen van toegevoegde suiker alleen al in Amerika 300 miljard dollar per jaar kost.”

Is gewone tafelsuiker verslavend als een drug?

“Ook ja! Maar daar hoeft ik geen uitspraken over te doen, ik heb niets tegen suiker”, zegt Jan Geuns. Het probleem van suiker is in de eerste plaats dat het overal aan wordt toegevoegd. In grote hoeveelheden.

Maar u schrijft wel dat stevioside geen verslavende drug is? Dat staat dus wel vast?

“Ja, dat is zo.”

***Jan Geuns wil vooral
beklemtonen wat de gevolgen
zijn van de huidige
voedselconsumptie.
Overduidelijk gelooft hij dat
dat zijn plicht is als
wetenschapper en burger.***

“In Duitsland schatten ze de kosten van het behandelen van de ziektesymptomen te wijten aan diabetes op dertig miljard euro per jaar. In België – dat kan je daarvan afleiden – gaat het om ongeveer vijf miljard euro per jaar.

Ik ben niet gewoon met zulke grote getallen te rekenen. Als de overheid dat geld zou kunnen besparen omdat er minder mensen ziek worden, zou er al veel mee mogelijk zijn. Een stuk van de witte woede mee wegnemen, bijvoorbeeld.”

“Wat is ons probleem? Niet alleen in België maar in heel Europa? We worden afhankelijk gemaakt van de grootindustrie. Ons voedsel dat massaal geproduceerd wordt, heeft geen smaak meer. Om de smaak te corrigeren, gaat men heel veel suiker toevoegen, heel veel vet, heel veel zout, smaakversterkers zoals glutamaat enzovoorts. Ergens moeten wij gewoon eens nadenken over waar we mee bezig zijn.”

Mensen eten te veel en te onevenwichtig, daar is Jan Geuns van overtuigd. Ze beseffen ook niet meer wat ze eten.

“Ik zag eens een reeks op de BBC over mensen die weer moesten leven met schaarse middelen zoals tijdens de Tweede Wereldoorlog. Daarna was bijna iedereen gezond. Zonder overgewicht. Dat is ons probleem. Ik ben zelf bijna tien kilogram vermagerd, omdat ik moest van de dokter. Daar ben ik in geslaagd zonder er iets voor te doen. Zonder dieet. Het enige dieet dat ik volg is minder vlees eten. En geen suiker, voor zover dat te vermijden is want suiker zit overal in. En geen vetten, geen vette kaas... en voor de rest gedaan alsof er niets is. Ik drink nog elke dag mijn glaasje wijn.”

J.P.D.

TE DIK IN EUROPA

In België is de helft van de bevolking te dik. Ook in Europa zijn overgewicht, obesitas en de beschavingskwalen zoals verhoogde bloeddruk, hart- en vaatziekten en diabetes almaar grotere problemen. Die wegen op de volksgezondheid en op de huidige en toekomstige budgetten voor de gezondheidszorg. De Europese Commissie maakte onlangs ook een alarmerend bericht bekend. Binnen de vijftientig lidstaten van de Europese Unie zijn mogelijk meer dan tweehonderd miljoen burgers te dik: dat staat gelijk aan bijna één inwoner op de twee die kampt met overgewicht of obesitas.

De Europese Unie richtte half maart 2005 een EU-platform tegen overgewicht op. De Europese Unie moet immers dringend iets doen en actie ondernemen tegen zwaarlijvigheid. Alleen zo zijn grote gezondheidsproblemen te vermijden, zoals massale toename van het aantal diabetes- of hartpatiënten. Binnen dat EU-platform willen ze met de industrie komen tot afspraken voor zelfregulering. De eurocommissaris voor Volksgezondheid wil voorlopig nog geen maatregelen opleggen aan de voedingsindustrie en reclamesector. Als de zelfregulering geen effect heeft, zal de eurocommissaris ‘over enkele jaren alsnog verplichtingen opleggen om suiker- en vetgehalten in voeding te verminderen.’

EEN SNUIFJE DAT 300 KEER ZOETER IS DAN SUIKER?

Ten huize Geuns eten ze zelfgemaakte confituur. “Nu ben ik met abrikozen bezig”, zegt Jan Geuns. Zijn vrouw maakt die confituur met een voorzichtig snuifje fijngemalen, gedroogde blaadjes van de Steviaplant. “Ik eet elke dag van die confituur.”

Dan nog gaat het om een heel geringe dagelijkse consumptie van stevioside; diep onder de voorlopige ADI-waarde die de expertgroep Jecfa van de WHO in 2004 heeft bepaald. Dat is zonneklaar.

Zelfs als deze natuurlijke zoetstof in al onze voedingsmiddelen aanwezig zou zijn, dan nog zouden we een veilige drempel niet overschrijden?

“Nee, nee”, beaamt Jan Geuns. Voor het boekje van het eerste symposium over de veiligheid van stevioside, berekende hij hoeveel we in het slechtste geval zouden kunnen opnemen van de natuurlijke zoetstof. “Ik maak een ruwe schatting dat we nooit meer dan 200 tot 250 mg zullen opnemen per dag, als we alle suiker en alle andere zoetstoffen zouden vervangen door stevioside. Dat zal nooit gebeuren.”

Er bestaat ook geen risico dat mensen massaal een eigen teelt beginnen om de zoete bladeren te oogsten. Het is niet zo eenvoudig om het Steviaplantje in onze streken te telen. Het is immers een plant van Zuid-Amerika, die zon en warmte nodig heeft. Voor een jaarverbruik zoetstof in een gezin heb je ook veel plantjes nodig.

“Ik heb ooit eens berekend dat je voor een jaarvoorraad dan per persoon iets van een vijftig plantjes nodig hebt”, lacht Geuns. “Het is een plant die onze winters niet verdraagt. Je moet ze eigenlijk in Zuid-Amerika kweken of je moet ze selecteren. En daar waren wij mee bezig, samen met een laboratorium in Engeland waar we dus resistente Steviaplantjes kweekten. Toen Europa in 2000 die verordening tegen Stevia en stevioside heeft gepubliceerd, heeft iemand in de universiteit van Bristol al ons selectiemateriaal vernietigd. Zonder dat we het wisten.”

Hoe zit het met de biotechnologen? De genetische kenmerken van *Stevia Rebaudiana Bertoni* kunnen toch interessant zijn om ergens in te bouwen?

“Ja, maar dat mag nog niet, gentechnologie. Voor niets.” **Maar dat belet niet dat biotechnologen daar toch gewoon interesse voor hebben?**

“Ja, maar daar zijn we zelf op aan het werken en het is niet zo simpel om dat gen in kaart te krijgen.”

Dat bent u hier ook in Heverlee aan het ont-rafelen?

“Ja, we zitten daar al lang op te werken, hoor. Het wil niet zo goed lukken.”

Dus u kent wel de chemische samenstelling van stevioside en de overige zoetstoffen, maar het gen uit de plant halen is veel moeilijker?

“Dat gen eruit pikken en in andere planten transferen, is moeilijk, ja. Maar kom, daarnaast is er nog heel wat ander werk dat kan gedaan worden.”

Zoals?

“Ja, gewoon teelttechnische zaken. De teelt verbeteren. Ook er voor zorgen dat de plant aangepast geraakt aan een gematigder klimaat. Dat is de gewone veredeling.”

Die nog altijd belangrijk blijft voor heel veel planten?

“Ja, ja, en ook dat is perfect mogelijk. Wat ook een mogelijkheid is voor onderzoek, dat is gewoon

planten uitselcteren die veel meer *rebaudioside A* maken dan stevioside. Het Steviaplantje bevat ongeveer tien verschillende zoetstoffen, tien producten, en rebaudioside A is eigenlijk nog iets zoeter en heeft minder van die zoethoutachtige nasmaak dan stevioside.”

Die zoethoutachtige nasmaak blijft aanwezig in het product?

“Hier praktisch niet” (wijst op zuiver poeder, jpd.).

Maar ook in het verdunde product?

“Die zakjes van Stevita bevatten stevioside die verdund is met lactose” (melksuiker, jpd.).

Heeft dat product van Stevita nog altijd die lichte zoethoutachtige nasmaak?

“Minder.”

En de pilletjes?

“In thee bijvoorbeeld proef je dat niet. Maar als je rebaudioside A hebt, is dat verwaarloosbaar. Als je niet teveel zoetstof neemt. Maar het probleem is dat de mensen teveel nemen. Dan word je gestraft door de extreme zoetheit van het product.”

J.P.D.

VERBODEN

In 1997 kreeg professor Geuns steun van het IWT, het Instituut voor de aanmoediging van Innovatie door Wetenschap en Technologie in Vlaanderen (www.iwt.be). Het was toen de bedoeling dat een teler de Steviaplantjes zou telen en verkopen. Een deeltje van de opbrengst zou bestemd zijn voor het onderzoekslab voor Functionele Biologie in de KU Leuven.

‘ZE Vernietigden alle planten’

Teler Patrick Naudts was toen erg enthousiast over het mierzoete plantje. “Ik had hem toen trouwens gezegd het niet te riskeren volledig naar de teelt van Stevia over te schakelen. Hij had toen een hele kas vol grote planten. Die waren dan groot en plotseling kon hij ze niet verkopen, omdat de federale Eetwareninspectie dat verbod”, herinnert Jan Geuns zich. “Met 42 tuincentra hebben ze dan besloten om ze toch te verkopen. De Eetwareninspectie is daarna bij die 42 tuincentra binnengevallen en is er echt alle plantjes gaan vernietigen.” Nadat de teler een rechtszaak begon tegen de Belgische staat, konden ze de

voorraad plantjes uiteindelijk toch verkopen. Op een typisch Belgische manier, welteverstaan, want ze hadden dan wel die rechtszaak gewonnen... Maar, als ze de rechterlijke uitspraak hadden laten betekenen of meedelen aan de tegenpartij, was de overheid zeker in beroep gegaan en was de verkoop toch onmogelijk geweest. “Dat was zo een beetje een compromissituatie. Eigenlijk hadden ze het vonnis moeten laten betekenen, maar dan had de overheid wellicht het proces verdergezet.” De teler mocht zijn voorraad uitverkopen, omdat hij anders failliet was gegaan. “Er was een vonnis waarin stond dat het toegestaan was de Steviaplantjes te verkopen en op zeer korte tijd

heeft hij bijna alle planten verkocht”, zegt professor Geuns. “Naar het schijnt zijn de Hollanders en de Duitsers daarna massaal op die teelt gesprongen.” Vreemd, want door de reactie van de Belgische Eetwareninspectie ontstond juist ook het probleem dat Europa de teelt en verkoop van Stevia en stevioside verbood op het hele continent. Een verbod dat soms dode letter bleef en blijft, blijkbaar...

HARDE TAAL VAN VITA-REFORM

Tot vandaag bestaan er nog misverstanden over wat er toen in Lochristi is gebeurd. Op de webstek van een Nederlandse reformwinkel, Vita-reform, staat zelfs heel harde taal. De auteur beweert op www.vita-reform.nl/commotie.htm dat de Europese Commissie in 2000 een aanvraag van Jan Geuns in 1997 heeft afgewezen, ‘omdat er een gebrek is aan onafhankelijk ‘Europees’ wetenschappelijk onderzoek’. Die aanvraag zou slapende honden wakker gemaakt hebben. Anders gezegd: Jan Geuns heeft de problemen en het verbod van Stevia en stevioside in Europa zelf veroorzaakt.

Dick van der Snoek van Vita-reform zegt het zo:

“...wij vinden het nog steeds jammer dat de heer Geuns toestemming heeft gevraagd aan de Europese Commissie om het (Stevia en stevioside, jpd) als een nieuw voedingsproduct op de markt te mogen brengen, terwijl het een oud product is wat al jaren te verkrijgen was.”

‘ONDERZOEK IS GEDOEMD TE MISLUKKEN’

Nog scherper is de uitleg die de schrijver op zijn webstek toevoegt, als ‘achtergrondinformatie’:

‘Uit informatief overleg met TNO – Delft blijkt dat een dergelijk onderzoek gedoemd is te mislukken. Zeer hoge kosten van onderzoek en steeds mogelijke nieuwe vragen maken bewijsvoering tot – geëiste 100 % garantie – van veiligheid voor nu en in de toekomst vrijwel onmogelijk.’

ENKELE VRAGEN IN EEN E-MAIL

Met een e-mail vraag ik de eigenaar van die webstek om uitleg. Wie is de onderzoeker in TNO – Delft die zoiets schreef of zei? De daaropvolgende ochtend ontving ik al een e-mail met een sterk antwoord. Want, wat blijkt? Dick van der Snoek zet wel een referentie of bron als de onderzoeksinstelling TNO – Delft op zijn webstek, maar geeft nu toe, dat hij ‘een kleine twee jaar geleden telefonisch contact heeft gehad met TNO-Delft’ en ‘de naam van de persoon’ niet kent. Verder schrijft hij nog: “Wij produceren en verkopen Stevia-extract (het ruwe extract) vanaf 1998 met succes. Wij hebben op het etiket alleen staan “voor uitwendig gebruik”, hierdoor kunnen wij geen

reclame maken voor het product. Mensen moeten dus al geïnteresseerd zijn in de problematiek waar Stevia-extract een uitstekend alternatief voor is en dat zijn heel veel mensen, zo merken wij.”

De uitbater van deze reformwinkel geeft nog mee dat hij er ‘geen grote industrie’ wil van maken. Verder is zijn antwoord te haastig geschreven om nog verstaanbaar te zijn... maar blijkbaar is hij erg boos op professor Geuns die volgens hem een aanvraag deed om Stevia te mogen telen en verkopen als ‘novel food’, een term voor nieuwe voedingsmiddelen die ingrediënten bevatten die voorheen niet voor menselijke consumptie gebruikt werden. Dick van der Snoek verwijt Geuns, dat hij ‘het belang van de mensen voor wie het gebruik van Stevia-extract ‘van grote waarde is voor hun gezondheid’... door ‘zijn aanvraag, met welke intentie dan ook, ernstig heeft geschaad.’ “Als hij zich als wetenschapper had beperkt tot onderzoek, zonder zakelijk belang, had hij veel meer bijgedragen aan de bekendheid en informatieverspreiding aangaande Stevia”, beweert Dick van der Snoek nog.

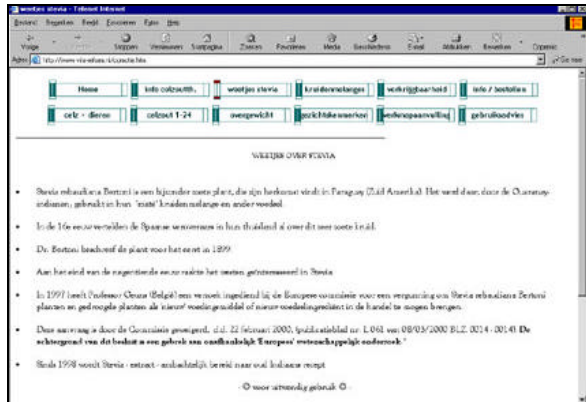
HET ANTWOORD VAN JAN GEUNS?

Om te weten wat professor Geuns hierover te zeggen heeft, stuurde ik hem ook de e-mails naar en van Vita-reform. Dit is zijn volledig antwoord in een e-mail naar mij en Vita-reform:

“Geachte,
Met deze zou ik graag een misverstand uit de wereld helpen. Ik heb nooit een initiatief genomen om Stevia als “Novel Food” te beschouwen, integendeel zelfs. Toen wij in 1997 besloten om wat plantjes te verkopen, is de voedselinspectie komen binnenvallen en hebben ze mij verplicht een dossier te schrijven om toelating te bekomen voor Stevia. Ik heb dan gezien dat er in de Belgische Hoge Gezondheidsraad corrupte mensen zetelen die absoluut Stevia wilden kelderen. Iemand van het ministerie van Volksgezondheid is er bij de EU voor gaan pleiten om Stevia als Novel Food te aanzien. Dat is volledig buiten mij om gebeurd. Voor meer informatie over Stevia: zie onze website www.kuleuven.ac.be/bio/biofys .

Met vriendelijke groet,

J. Geuns.”



Op het ogenblik dat we dit artikel beëindigden, was de webstek van Vita-reform echter nog ongewijzigd. Ook nu nog staat er te lezen dat de heisa met de Commissie het gevolg is van de aanvraag van professor Geuns. Zie www.vita-reform.nl

WAT NU?

Tot op heden blijft de teler uit Lochristi geboeid door Stevia en de natuurlijke zoetstof stevioside. Toen brouwde hij daar zelfs enkele lekkere biertjes mee en nu is hij weer bezig met het ontwikkelen van bier voor de Amerikaanse markt. Hoe dat mogelijk wordt is nog niet duidelijk, denkt onderzoeker Geuns. Hij heeft nog geregeld contact met de plantenteler. Professor Geuns denkt dat hij zelf niet meer welkom is bij het IWT en van deze Vlaamse onderzoeksinstelling zeker geen geld meer zal krijgen voor nieuwe projecten met Stevia. Destijds heeft het teelten verkoopverbod immers zijn onderzoeksproject met IWT om zeep geholpen.

Is de verkoop en de teelt van Stevia en de zoetstof stevioside in Europa volledig verdwenen na de beslissing van de Commissie in 2000? Blijkbaar niet,

BELANGENCONFLICT IN DE HOGE GEZONDHEIDSRaad VAN BELGIË?

DOOR JEAN-PIERRE DUBOIS

“Als er mensen in de Hoge Gezondheidsraad zitten die andere belangen hebben dan de menselijke gezondheid, dan vind ik dat die er niet in thuis-horen”, zei Jan Geuns tijdens ons vraaggesprek. Een krasse uitspraak over zijn slechte ervaringen met een

want alleen al Vita-reform verkoopt stevioside voor uitwendig gebruik. Heel doorzichtig voor wie weet dat stevioside best eetbaar is. Een rare toestand, vind ik dat toch. “Maar in Europa is veel mogelijk”, lacht professor Geuns. Een voorbeeld? **Jan Geuns:** “Het is zelf zover dat Europa ik weet niet meer hoeveel miljoenen oude Belgische frank in een onderzoeksproject heeft gestopt om onderzoek te doen op de groei van Stevia en om een nieuwe oogstmachine te ontwikkelen. Het ging om een onderzoeksproject van een Duitse universiteit in samenwerking met een Spaanse. De plantage stond in Spanje. Dat is allemaal met Europees geld gebeurd, terwijl Europa langs de andere kant zegt dat Stevia absoluut verboden is. Stevia werd er geteeld voor de chlorofyl, het bladgroen. Zo stond het in de projectverslagen, die ik zelf heb gezien.”

(Interviewer lacht... groen). “Ja, maar dat komt door wetenschappelijke commissies!” **Dat betekent toch dat die commissieleden zich lieten en laten misleiden?** “Dat kan toch niet. Iedere biochemicus of zo weet toch wat bladgroen is?”

Je kan toch ook gras laten groeien voor het bladgroen? “Natuurlijk, en nog veel andere planten.” **En beter, denk ik.** “Maar dat (Stevia telen omwille van het bladgroen, jpd) staat letterlijk in de projectaanvraag.”

En daar trapt de Europese Commissie gewoon in? Moet u dan niet gewoon een sluwere vos worden?

J.P.D.

bepaalde ‘meneer X’ die ‘in de Hoge Gezondheidsraad zat en in een groot bedrijf’. Een geval van belangenvermenging dus? “Zeker, niets meer dan dat”, beaamt de Leuvense wetenschapper. Toen de Hoge Gezondheidsraad in 1997 dat dossier voor de Europese Commissie heeft behandeld, bleef deze ‘meneer X’ almaar vragen stellen. Volgens Jan Geuns duidelijk om de zaak om zeep te helpen. Eerder had die ‘meneer X’ hem gezegd, dat de Europese Commissie het dossier nooit goed zou keuren, **‘omdat stevioside veel te veel op suiker lijkt.’**

Professor Geuns meldde zijn vermoedens over het belangenconflict van deze ‘meneer X’ nog met een aantekende brief aan Magda Aelvoet, de toenmalige federale minister van Volksgezondheid. Hij zegt nu dat hij echter nooit een antwoord kreeg en daardoor erg teleurgesteld was. Nu wil hij deze zaken

uit 1997 laten rusten. Hij weet zelfs niet meer de naam van 'meneer X' en weet ook niet of deze persoon nu nog een lid is van de Hoge Gezondheidsraad van België. Toch is dit een te belangrijk ervaring om zomaar te vergeten. Want dat eerdere dossier leidde tot de negatieve beslissing van de Europese Commissie en houdt stevioside en Stevia tot nu op de lijst van verboden producten in Europa. Feit is nu wel dat Jan Geuns in juni 2004 nog de vraag kreeg om een nieuw dossier te bezorgen aan de huidige federale minister van Volksgezondheid. Een politicus die toen ook meegedeeld heeft dat hij de automaten met suikerrijke frisdranken wil weren uit onze scholen. Ook al is hij daar nog niet in geslaagd.

De Hoge Gezondheidsraad is een adviesraad met deskundigen die raad geven over gezondheidsvraagstukken die komen van de regering of van provincie- en gemeentebesturen. Volgens uitleg op de webstek, kan de raad ook iets op eigen initiatief onderzoeken en raad geven aan de overheden. Het is verder ook de bedoeling dat de Hoge Gezondheidsraad van België samenwerkt met de Europese Commissie door dossiers te helpen voorbereiden. Een 'meneer X' met verborgen gehouden commerciële of andere belangen kon de besluitvorming dus zeker negatief beïnvloeden. Jan Geuns heeft alleszins niet veel vertrouwen in wat er achter de schermen is gebeurd. Een duidelijk signaal voor de bevoegde politici? De opmerkingen van de professor zijn geen loze beschuldigingen. Maar los van zijn uitspraken over de slechte ervaringen van 1997, vroeg ik in e-mails aan de Hoge Gezondheidsraad hoe ze omspringen met een belangenconflict én hoe ze dat proberen te vermijden of te voorkomen. Over het verhaal van Jan Geuns had ik welbewust niets meegedeeld. Dat is niet de kern van het probleem. Hier mijn vragen en de antwoorden. Zoals ik ze ontving.

Mijn vraag aan de Hoge Gezondheidsraad van België: 'Weet u van elk lid of zijn of haar lidmaatschap geen belangenvermenging vormt, omdat het lid ook actief is in het bedrijfsleven, zoals bijvoorbeeld de farmaceutische industrie of de voedingssector?'

Een vraag die los staat van de nare ervaringen van professor Geuns. Maar die dan ook daardoor actueel is en blijft. Hoe voorkomt deze HGR immers een belangenconflict? Daar gaat het om!

Het antwoord van professor Guy De Backer, cardioloog aan de Universiteit Gent en voorzitter van de Hoge Gezondheidsraad van België.

----- Original Message -----
From: Guy De Backer
To: Science Press /Jean-Pierre Dubois
Cc: andre.pauwels@health.fgov.be
Sent: Wednesday, March 02, 2005 9:04 AM
Subject: Re: Belangenvermenging van een lid van de Hoge Gezondheidsraad?

Geachte Heer,

De HGR tilt zeer zwaar aan zijn opdracht adviezen af te leveren die enkel op wetenschappelijke basis stoelen en zijn ontwikkeld door experten die in volledige onafhankelijkheid aan het dossier hebben gewerkt.

In die zin wordt bij de aanstelling als lid of extern expert bij de HGR expliciet gewezen en gevraagd naar mogelijke belangenvermenging in het algemeen; zo zijn de leden vrijwel allemaal verbonden aan een universitaire instelling of een gelijkgestelde instelling. Van nog groter belang is evenwel dat voor elk dossier dat wordt geopend aan de leden van de werkgroep die het zullen behandelen nogmaals gevraagd wordt of voor die behandeling geen belangenconflict kan bestaan; met moet het probleem inderdaad ook dossier per dossier zien.

De definitie van belangenvermenging is echter al een punt van discussie zodat ik er van overtuigd ben dat op een particulier voorval altijd discussie kan bestaan; in de HGR trachten we deze problemen te voorkomen maar we doen niet aan heksenjacht. Ik aanzie het als een positief punt dat sinds mijn aantreden als voorzitter t.o.v. de tientallen adviezen die werden verstrekt vrijwel geen aantijgingen i.v.m. belangenvermenging zijn opgedoken.

Met vriendelijke groeten

Prof Dr G.De Backer

Maar toch nog eens mijn vraag herhalen? Weet de voorzitter wel zeker dat er geen 'X' in zijn raad zit? Kan hij dat wel zeker weten? Hoe? Toch vraag ik me af of een lid de HGR niet bewust kan misleiden door een verborgen agenda of door zijn of haar belangenvermenging niet mee te delen of buiten beeld te houden (b.v. bestuurder in een bedrijf, investeringen in een bedrijf, lobbywerk voor een belangengroep of sector - formeel of informeel).

Naast de duidelijke of verborgen belangenvermenging kan ook sprake zijn van een bepaalde voorkeur voor een of andere richting, sector of onderwerp, en ook dat kan toch wegen op het behandelen van een bepaald dossier. Ik weet alleszins dat b.v. een eerdere minister van Volksgezondheid nooit heeft gereageerd op een klacht of een vermoeden dat met een aangetekende brief werd meegedeeld. Vandaar vooral de vraag of de HGR een procedure heeft voor die gevallen.

Prompt weer een antwoord van voorzitter prof. dr Guy De Backer:

From: Guy De Backer
To: Science Press/Wegwijs in wetenschappen
Cc: andre.pauwels@health.fgov.be
Sent: Thursday, March 03, 2005 9:16 AM
Subject: Re: Belangenvermenging van een lid van de Hoge Gezondheidsraad?
Geachte Heer,

Als antwoord op Uw opmerkingen nog het volgende:

een lid of expert van de HGR kan inderdaad ter kwader trouw zijn en belangen die hij heeft niet rapporteren; dan handelt zij/hij in overtreding met het huishoudelijk reglement van de HGR dat zij/hij heeft aanvaard bij aantreden; nogmaals, wij organiseren geen heksenjacht en hebben niet de mogelijkheid om feiten te controleren; wij gaan af op de goede trouw van de leden.

Een sterk punt van de HGR is dat personen alleen worden aangetrokken

op basis van hun wetenschappelijke expertise; niemand "vertegenwoordigt" een instelling, een groep of wat ook; adviezen worden nooit door één persoon ontwikkeld maar is het werk van een groep; in een klein land als België weten Uw "peers" snel met wie ze te maken hebben.

Wij hebben formele formats om belangenvermenging te signaleren en voor elk geopend dossier worden die gebruikt; er is steeds veel aandacht besteed aan die materie maar de laatste jaren werd dit meer geformaliseerd.

Wij hebben geen formele procedure uitgewerkt om in geval van betwisting te gebruiken maar tot heden heeft zich die vraag niet gesteld.

Met beste groeten
prof Dr G.De Backer

Daarna ontving ik ook nog een gelijklopende bevestiging van André Pauwels, adviseur-generaal en coördinator ad interim van de Hoge Gezondheidsraad van België.

From: Pauwels André
To: 'jpdubois@stichting-wetenschapsinformatie.org'
Cc: Guy DE BACKER (E-mail); Waghemans Filip ; Devleeschouwer Guy
Sent: Thursday, March 03, 2005 9:41 AM
Subject: RE: Belangenvermenging van een lid van de Hoge Gezondheidsraad?

Geachte Heer,

Ik heb ondertussen ook kopie ontvangen van de antwoorden van Prof. Dr. Guy De Backer, Voorzitter van de HGR, en ik sluit mij volledig aan bij zijn zienswijze. Ik kan er nog aan toevoegen dat, in het kader van een reorganisatie van de Raad die vorig jaar is opgestart, opnieuw aandacht aan het punt van belangenvermenging zal worden besteed, hoe-

wel, zoals gezegd, zich daarmee tot hiertoe nog geen problemen hebben gesteld.

Hoogachtend,
André Pauwels
Adviseur-generaal
Coördinator a.i.
Hoge Gezondheidsraad

HET KAN VERKEREN

Een Vlaams spreekwoord is soms heel waar. Het kan verkeren. Of om het met James Bond te zeggen: 'Zeg nooit nooit.' Nadat professor Geuns en professor Buyse de verslagen van hun eerste symposium in 2004 publiceerden en verspreidden, kregen ze onverhoopt goede reacties. De suiker- en frisdrankenindustrie nam in maart 2005 contact op met Jan Geuns. Verder is ook de schriftelijke vraag van europarlementslid Bart Staes aan de Europese Commissie... een voltreffer die nog een staartje zal krijgen.

Eerder heeft Jan Geuns ook al contact gehad met medewerkers van de huidige federale minister van Volksgezondheid. Een dossier dat Jan Geuns heeft samengesteld, heeft er volgens hem zeker toe bijgedragen dat de deskundigen in de Wereldgezondheidsorganisatie al zo positief staan tegenover de zoetstof en al een goede voorlopige ADI-waarde voor consumptie bepaalden.

Tot slot werd de Europese Unie inderdaad eind april 2005 veroordeeld en mag ze geen subsidies meer geven aan de suikerproducenten in Europa. Of dat voordelig wordt voor dit dossier is echter nog niet zeker. In de Wegwijs 05 kreeg u weer een onderzoeksverhaal met klemtoon op communicatie en voorlichting. Dat is de kernbedoeling van Wegwijs in wetenschappen.

Jean-Pierre Dubois
wetenschapsjournalist

COLOFON

Wegwijs in wetenschappen

Maandblad over onderzoek als mensenwerk

Steunabonnement: 12,50 euro
voor een jaar. Girorekening 890-0144383-78
van vzw Science Press.

Uitgave: Science Press vzw, Verpleegstersstraat 190,
9000 Gent, België.

Overname niet toegestaan.
Copyright: Science Press vzw en de auteurs.

Wettelijk depot: D/2005/8829/5
ISSN 0774-0026

Verantwoordelijke uitgever namens Science Press
vzw: Jean-Pierre Dubois, wetenschapsjournalist.

Algemene webstek: www.sciencepress.be

Info en correspondentie:
jpdubois@sciencepress.be

UITGELEZEN

DIABETES

Over diagnose, behandeling en veelvoorkomende complicaties

Auteur: Dr Jan Willem Elte
Uitgeverij: Davidsfonds/Leuven, 2003

€12,95, 100 blz.
ISBN 90 5826 241 3

Wilt u een inzicht krijgen in diabetes of suikerziekte? Weten wat het verschil is tussen diabetes type 1 of type 2? Mee kunnen praten met de kennis over ontstaan en preventie, die de laatste jaren is toegenomen? Of over de behandeling en begeleiding van de diabeet die sterk zijn veranderd? De plaats die de diabeet daarbij inneemt en die drastisch is gewijzigd?

“Vroeger schreef de dokter naar aanleiding van eenvoudig onderzoek (glucosemeting in bloed en urine) de patiënt een streng dieet en zo nodig een aanvullende behandeling met tabletten of insuline voor. Nu kan de diabeet – na uitgebreide instructie – zelf veel doen in de behandeling en zo wellicht ook in het beloop van de

ziekte. De diabeet heeft een eigen plaats, een eigen verantwoordelijkheid en daardoor ook aannemelijk meer vrijheid, zowel wat betreft voeding, als (soms) wat betreft de aanvullende behandeling. Ook de partner of andere familieleden kunnen worden ingeschakeld, waardoor de ziekte minder bedreigend wordt dan hij vroeger leek.” Woorden van dokter Jan Willem Elte in zijn boek “Diabetes”, een deeltje in de reeks met gezondheidsinfo van Davidsfonds/Leuven.

In België krijgt één op tien inwoners in de loop van zijn leven met diabetes te maken. Er leven naar schatting nu tussen de 350.000 en 400.000 mensen met diabetes, waarvan 70.000 tot 80.000 met diabetes type 1. Enorme aantallen, maar nog eens zoveel mensen weten niet eens dat ze diabetes hebben. Bij veel mensen zijn de klachten zo gering of afwezig, zodat bij hen de diagnose niet of nog niet is gesteld. Dat is verontrustend en daarom is “Diabetes” ook een goed boekje om je preventief in te werken in dit onderwerp. Deze chronische ziekte neemt met de leeftijd toe. Door de vergrijzing zullen er in de komende jaren nog veel mensen met diabetes bij komen.

De auteur schat dat er per jaar wellicht meer dan 60.000 mensen met diabetes type 2 bij komen. Niet elke patiënt heeft insuline nodig. Naar schatting gebruiken in België 65.000 patiënten insuline, worden 100.000 patiënten behandeld met orale bloedglucoseverlagende middelen en hebben 70.000 patiënten alleen een aangepaste voeding nodig. Dit boekje geeft een knap inzicht in de belangrijkste kenmerken van suikerziekte. Wist u bijvoorbeeld dat een uniek systeem in ons lichaam regelt hoeveel glucose in ons bloed beschikbaar is? Dan zal u meteen het voornaamste weten door de korte, overzichtelijke hoofdstukjes van dit boek. Elk fragment is een deeltje van een volledig inleidend verhaal over het hoe en het waarom van deze ziekte. Bij iemand met diabetes functioneert het regelsysteem niet goed en is er daardoor een verhoogd glucosegehalte in het bloed. “Dit wordt grofweg veroorzaakt door onvoldoende insuline of door onvoldoende werkzaamheid van de beschikbare insuline”, schrijft de auteur. Heel verhelderend is de uitleg over onderwerpen als de verscheidene soorten diabetes, de oorzaken en verschijnselen, het stellen van de diagnose, de behandeling, acute ontregelingen, langetermijncomplicaties, onderzoek en medische begeleiding, de toekomstige ontwikkelingen, zelfcontrole en zelfregulatie. Tot slot krijgt u een overzicht van de in België verkrijgbare gangbare tabletten en insulines, naast een kort overzicht van insulinepompen met hun belangrijkste kenmerken. Verder een woordje uitleg over de patiëntenverenigingen, de gebruikte termen, aanbevolen literatuur en een handig register.

De illustraties zijn nuttig en verhelderend, omdat ze bijvoorbeeld tonen hoe diabetes type 2 in het lichaam ontstaat of een overzicht geven van de veranderingen die

zich bij diabetes voordoen. Heel eenvoudig en aanvullend.

“De ziekteverschijnselen van diabetes type 2 ontstaan erg geleidelijk. Het kan zo geleidelijk aan gebeuren, dat het niet eens opvalt. Of de klachten zijn zo gering dat er niet eens aan diabetes wordt gedacht. De diabetes kan dan al maanden- of zelfs jarenlang aanwezig zijn, totdat de klachten zo duidelijk zijn geworden, dat er aan de mogelijkheid van diabetes wordt gedacht. Niet zelden wordt de diagnose bij de type 2 diabeet pas bij toeval gesteld, bijvoorbeeld bij een keuring of check-up. Soms komt de ziekte aan het licht door klachten die het gevolg zijn van één van de chronische complicaties”, aldus de auteur. Bij diabeten met type 2 zijn vooral de grote bloedvaten beschadigd. Dat leidt tot problemen met het hart, de hersenen en de voeten. Diabeten van type 1 of type 2 hebben ook meer dan anderen last van slagaderverkalking en hoge bloeddruk.

Nog meer aanbevolen titels in deze reeks:

Hoge bloeddruk van Rob Timmerman, *Obesitas en overgewicht* van dr Pierre Zelissen en *Cholesterol* van dr John Kastelein en dr ir Joep Defesche.

Meer recensies in mei en juni 2005 op www.sciencepress.be (rubriek aanbevolen non-fictie).

J.P.D.