

# Gebakken lucht

De medische wetenschap kan van grote importantie zijn. Helaas vervallen overijverige onderzoekers maar al te vaak tot navelstaarderij. Met statistisch relevant doch betrekkelijk nutteloos onderzoek tot gevolg. De oogst van 2011 in vijf bedrijven.

**TEKST:** HANS VAN MAANEN  
**BEELD:** GETTY IMAGES/ CORBIS



# 1 Trois morceaux en forme de poire



De Franse componist Erik Satie was een kleurloze figuur in de vroeg-twintigste-eeuwse Parijse avant-garde. Hij droeg uitsluitend grijze, fluwelen kostuums en ging niet de straat op als de zon scheen. Hij waste zich met puimsteen, en at – althans volgens een van zijn liedteksten – alleen wit voedsel.

Eieren, gemalen botten, lof, schorseneren en prei.

Satie overleed, op 1 juli 1925, niet aan een beroerte. En dat was ook wel logisch, zou 86 jaar later blijken uit Wagenings onderzoek van Linda Oude Griep en Daan Kromhout, in november gepubliceerd in het tijdschrift *Stroke*.<sup>1</sup> Hun conclusie: 'Hogere inname van witte vruchten en groenten was negatief geassocieerd met beroerte.' Iemand had namelijk ooit geopperd dat de kleur van fruit en groente zou kunnen worden gebruikt om er verstandige en toch eenvoudige voedingsadviezen op te baseren – meer wit tegen beroerten, meer oranje tegen nachtblindheid, meer rood tegen prostaatkanker. Dus haalden de Wageningers de verpieterende data van de Morgen-studie uit de kast, en sorteerden die netjes op kleur. De rest van het recept is bekend – de groepen met de minste innames vergelijken met de groep met de hoogste, knapperig opbakken, zout erbij, en hopen dat ergens een lekkere p uitkomt.

En waarachtig. In de groep van rond de vijfduizend mensen die het minste wit aten, werden in tien jaar 75 beroertes geteld, in een vergelijkbare groep die het meeste wit at, slechts 35 – een significante daling van 48 procent. Als

duizend mensen in plaats van een half appeltje per dag de komende tien jaar twee appels per dag gaan wegkauwen, zullen er acht een beroerte ontlopen. Zeven anderen ontspringen de dans, ondanks alle appels, niet.

Omdat elk artikel telt tegenwoordig, publiceerden dezelfde onderzoekers elders de gevolgen van kleurvoorkeur voor alle hart- en vaatziekten samen.<sup>2</sup>



Daar kwam niets uit: 'Geen duidelijke verbanden werden gevonden voor de kleurgroepen apart.' Alleen die oranje misschien – maar worteltjes kunnen, volgens het eerste artikel, het risico op een beroerte weer verdubbelen (95%-betrouwbaarheidsinterval 0,87 tot 2,14). Dat schreven ze er niet bij.

## 2 Les aliments blancs

We blijven nog even in het wit, en in het voedingsonderzoek – wie denkt aan gebakken lucht, kijkt daar uiteraard het eerst. In september was er opeens opschudding omdat de persdienst van Wageningen Universiteit een wat te geestdriftige kop op een persbericht had gezet: 'Melk goed tegen hart- en vaatziekten'. Die vond men achteraf wat kort door de bocht, en het werd 'Melk lijkt goed tegen hart- en vaatziekten'. Subtiel, maar men kan niet zorgvuldig genoeg zijn. Zorgvuldig ge-



noeg was het echter nog steeds niet volgens Walter Willett, bekend Amerikaans voedingsonderzoeker. Waarschijnlijk wat opgestoot door NRC Handelsblad eiste hij dat Wageningen het hele persbericht zou intrekken, want, zei hij, dit 'schaadt de reputatie van de wetenschap'. Met als pikant detail dat hij zelf zijn naam bij het artikel had gezet. Het onderzoek, uitgevoerd door Sabita Soedamah-Muthu, was een meta-analyse van zeventien studies naar het verband tussen zuivelconsumptie en de kans op hartklachten, beroertes en voortijdige sterfte.<sup>3</sup> Dat verband, kort samengevat, was er. Het scheelde niets in het risico op hartinfarcten, beroertes of overlijden, maar het totale risico op alle hart- en vaatziekten samen was wel lager (per dagelijkse beker melk 6 procent).

Is 6 procent gebakken lucht? In ons land werden in 2010 zo'n 216.000 nieuwe gevallen van hart- en vaatziekten gezien, een incidentie van 13 per 1000 over de hele bevolking. Een risicoreductie van 6 procent resulteert in 12,3 incidentele gevallen per 1000. Het scheelt dus 0,7 gevallen per 1000 persoonsjaren per glas melk. Melkliefhebbers mogen ook de verlaging van het tienjaarsrisico voor een gezonde vijftiger uitrekenen.

Na wat geharrewar en overleg tussen Willett en Wageningen kwam alles weer goed, en Willett trok zijn

eis tot intrekking in. Lezers van NRC Handelsblad weten echter niet beter dan dat Wageningen door het stof moest en 'hard onderuit' ging – zo stond het in de krant.

## 3 Aperçus désagréables

Erik Satie zal overigens, ondanks de kleur, niet veel melk gedronken hebben; hij overleed in 1925 aan levercirrose ten gevolge van overmatig alcoholgebruik. Dit jaar

werden we opgeschrikt door berichten dat ook één biertje al slecht voor ons is en kanker kan veroorzaken. Dat was geen gebakken lucht. De onderzoekers, een grote internationale groep, berekenden dat bij vrouwen ongeveer 3 procent van alle nieuwe kankergevallen door alcohol wordt veroorzaakt, en bij mannen ongeveer 10 procent.<sup>4</sup> En daarvan, zeiden zij, houdt ruim een derde verband met 'verantwoord' drankgebruik, binnen de huidige aanbevelingen. Opmerkelijk, maar ze overspeelden hun hand door daaraan de aanbeveling vast te knopen dat beleidsmakers meer moeten doen om het drankgebruik in de samenleving terug te dringen – daar gaan geleerden niet over, daar gaat die samenleving over.

Trouwens, wie naast het glaasje een wit tabletje legt, hoeft zich amper nog zorgen te maken, als we Brits onderzoek en de media mogen geloven.<sup>5</sup> 'Minder kanker door dagelijks aspirientje,' aldus de Volkskrant. Ook hier maakte het allemaal weinig uit – onder mannen die dagelijks een aspirine namen, overleed 2,3 procent binnen vijf jaar aan kanker, onder mannen die dat nalieten 3,0 procent – maar het was weer genoeg aanleiding voor wetenschappers om erg boos op elkaar te worden. Gastro-enterologen lachten in hun vuistje.







## 4 Préludes flasques (pour un chien)

Verder met de echte baklucht. In de zomer meldden Duitse hondentrainers dat hun honden longkanker konden herkennen in niet meer dan een ademtucht. 'Hond ruikt longkanker in vroeg stadium', heette het in de Volkskrant. 'Proefhonden identificeerden met succes 71 patiënten met longkanker op een totaal van 100. Ook herkenden de honden 372 gezonde patiënten uit een groep van 400.'

Zo stond het ook in het wetenschappelijke artikel, maar het sloeg helemaal nergens op. Vooral die laatste 'correct-negatieve score' van 93 procent kan direct door naar het ziekenhuiscabaret van St Jansdal. Let op. Er waren 4 honden, die doen 25 keer een geurproef met 4 blanco monsters en 1 van een kankerpatiënt. In totaal 400 blanco monsters. Daarvan laten de honden er kennelijk 372 terecht liggen. Dat is echter niet zo moeilijk: zelfs als een hond fout gokt, laat hij nog 75 procent 'correct-negatief' liggen. En als hij niets kiest, haalt hij zelfs 100 procent. Wat zijn die Duitse herders toch knap.

## 5 Nouvelles pièces froides

Wageningen begon zich aan het eind van het jaar toch een beetje zorgen te maken over de goede naam – een persvoorlichter belde om daarover eens te overleggen. Het zal allemaal wel toeval zijn, maar ook het onderzoek naar het nut van probiotica tegen allergie kwam van de Wageningen Universiteit, van Yvonne Vissers en Huub Savelkoul.<sup>7</sup> Zij gaven vijf groepen van steeds tien allergische mensen vier weken lang elke dag een bekertje witte yoghurt verrijkt met de een of andere cultuur melkzuurbacterie. Wat bewezen moest worden, was natuurlijk dat die probiotica het gehalte interleukine-13 in het bloed zouden doen dalen, maar dat kwam er niet van. Gelukkig voor de onderzoekers zit ons bloed vol gehaltes, dus hoefden ze niet bij de pakken neer te zitten. Zestig proefpersonen, zes bacterieculturen, zes interleukines, dat moet goed gaan. En ja hoor: met *Lactobacillus plantarum* CBS125632 daalde IL-13 afdoende. Weliswaar niet na blootstelling aan berkenpollen maar aan veel zwaarder geschut, maar het persbericht kon de deur uit: 'Probiotica kunnen allergische klachten van pollen fors verminderen'. Ze hadden zo in het dagelijks menu van Erik Satie gepast.

De voetnoten vindt u bij dit artikel op [www.medischcontact.nl](http://www.medischcontact.nl). De vijf titels verwijzen naar vijf pianowerken van Erik Satie.

