

Luc Bonneux

95 procent geniet straffeloos van al die heerlijke dranken die het leven draaglijk maken



VINCENT BOON

Academisch nepnieuws

Onlangs stond er een schokkend artikel in The Lancet over de gezondheidsgevaaren van alcohol. De media blokletterden ‘Gezond drinken bestaat niet, ook dat ene glaasje kunt u beter laten staan’. Het artikel zelf was zo oorspronkelijk als gesneden brood. In de abstract stond letterlijk: ‘Bij huidige drinkers van alcohol in landen met een hoog inkomen, is de drempel voor het laagste sterfterisico ongeveer 100 gram/week (= 10 eenheden)’. Zelfs dat was bij de statistische haren getrokken: in de klassen 100-150 gram en 150-200 gram was de oversterfte respectievelijk 1,6 procent (95%-betrouwbaarheidslimieten (BL) -1,5 tot 4,5%) en 2,9 procent (95%-BL 0,0 tot 5,8%). Zelfs in deze megastudie van 600 duizend deelnemers is de oversterfte bij 10-20 eenheden te gering om statistisch significant te worden. Volgens hun berekeningen ging alcoholconsumptie tussen de 100 en 200 gram/week gepaard met een halfjaar levensbekorting. In deze klasse is de oversterfte verre van statistisch significant. Het betreft een forse overschatting: een halfjaar levensbekorting komt overeen met een (levenslange) toename van de sterfte met 4,5 procent. De overschatting ontstaat omdat de auteurs niet de data, maar de schattingen van een lineair statistisch model gebruiken. Dat model overschat de sterfte bij matig alcoholgebruik, daar waar de cardiovasculaire sterfte flink verlaagd is.

Als het over alcohol gaat, is het geen toeval dat The Lancet een overtrokken interpretatie van de data toestaat. The Lancet is vaker ergerniswekkend politiek correct. Maar dat was nog maar het begin van de nieuwste aflevering in de moderne godsdienstoorlog tegen alcohol. In een persmededeling wist de Erasmus Universiteit Rotterdam te melden dat Trudy Voortman, een

Rotterdamse deelnemer aan deze megastudie, had beweerd: ‘Wij zien nu duidelijk dat elk glas alcohol schadelijk is. Het idee dat een glaasje wijn zou helpen tegen hart- en vaatziekten is dus onzin.’ (Persmededeling gezien op 22 april 2018, nu offline gehaald.) Het was nepnieuws. Voortman was blijkbaar niet op de hoogte van wat in haar naam werd beweerd. Wetenschapsjournalisten checkten de bron niet, zelfs niet de abstract. Tot slot zochten en vonden zowat alle media spectaculaire titels als clickbait. Zo werd de brave burger, in overmaat matige alcoholdrinkers, overstelpt met duistere berichten over doem en dood in een glaasje wijn of bier.

Toen deze leugen werd ontmaskerd, zagen de anti-alcoholtaliban daar een complot in van de ‘alcoholindustrie’. De alcoholindustrie: dat zullen die 49 duizend Franse wijnboeren zijn. Martijn Katan zag eerder versterking als alternatief feit. Alcoholdrinkers doen meer gezonde dingen. Hoe meer we drinken, hoe gezonder: tot 15 eenheden per week daalt de cardiovasculaire sterfte tot de dosis-responscurve daar haar diepste punt bereikt. De bewering dat één of twee glazen alcohol per dag al schadelijk is, is een religieus voedseltaboe. Er is een weelde aan wetenschappelijk bewijs van het tegendeel. Het echte ethische dilemma is subtieler. 95 procent van de drinkers geniet straffeloos van wijn, bier, cognac, whisky, likeur, rum, jenever: dat nagenoeg oneindige palet aan heerlijke dranken dat het leven draaglijk maakt. 5 procent valt in de klauwen van de alcoholdemon, en niemand kan voorstellen wie dat zal zijn. Hoe zwaar weegt het onschadelijke genot van een grote meerderheid op tegen de diepe ellende van een kleine minderheid? ■