

Trans-Atlantisch verdrag GEEN STAP ACHTERUIT A.U.B.

Gezondheid is een belangrijk onderdeel in het Trans-Atlantisch Vrijhandels- en Investeringsverdrag (TTIP). Sommige aspecten moeten de exclusieve bevoegdheid van de lidstaten blijven.

De gezondheidssector speelt een belangrijke rol in het Trans-Atlantisch Vrijhandels- en Investeringsverdrag (TTIP), het handelsverdrag waarover de EU en de VS onderhandelen. Het Europees Bureau van consumentenverenigingen BEUC pleit ervoor om bepaalde aspecten uit te sluiten uit het toepassingsgebied van dat verdrag, omwille van de consument: **Gezondheidsdiensten** (doktersbezoeken, spoeddienst, verzorging in het ziekenhuis ...). Wettelijk gezien zijn enkel de lidstaten verantwoordelijk voor de organisatie en de levering van gezondheidsdiensten. Dat moet zo blijven.

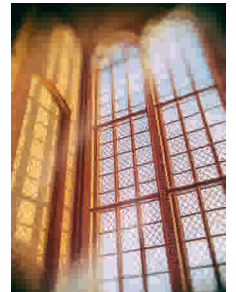
De prijs en de terugbetaling van geneesmiddelen en medische hulpmiddelen. De Europese overheden moeten zelf bevoegd blijven om te beslissen hoeveel de patiënt betaalt en terugkrijgt.

De uitbreiding van de intellectuele eigendomsrechten is niet aan de orde en mag dus niet voortvloeien uit de onderhandelingen. Als de termijn van het patent op geneesmiddelen wordt verlengd, duurt het immers langer eer er goedkopere generieken op de markt komen. Op die manier kan de fabrikant de prijs van zijn geneesmiddelen hoog houden, wat natuurlijk op de uitgaven van de gezondheidssystemen en de patiënt weegt.

Het TTIP mag geen regels opleggen die een invloed hebben op de Europese wetten voor een betere toegang tot informatie over klinische studies.

De Europese wetgeving omtrent reclame voor geneesmiddelen op voorschrift mag niet veranderen, evenmin als de informatieverstrekking van de geneesmiddelenindustrie aan de patiënt. In Europa is reclame voor het grote publiek enkel toegestaan voor vrij verkrijgbare geneesmiddelen.

Bron: Bureau Européen des Unions de Consommateurs (BEUC)



GOD ZIJ DANK

Uit een recent onderzoek blijkt dat devote mensen langer leven. Bij vrouwen die meer dan één keer per week naar de kerk gaan, ligt de overlijdenskans volgens de studie 33 % lager dan bij vrouwen die nooit naar de kerk gaan. Dat zou deels te danken zijn aan het bijwonen van de misvieringen, die tot meer sociale steun, minder roken, minder kans op een depressie en een optimistischere en hoopvollere kijk op het leven zouden leiden.

Bron: JAMA Internal Medicine, mei 2016



Obesitasepidemie

Meer mensen te dik dan te mager

Voor het eerst telt onze aardbol meer mensen met overgewicht dan met ondergewicht. Dat blijkt uit een onderzoek van de NCD Risk Factor Collaboration, een internationaal netwerk van experts die onderzoek doen naar niet-overdraagbare ziekten. Zij gingen na hoe de BMI (body mass index) van zowat 20 miljoen volwassenen in 186 landen evolueerde tussen 1975 en 2014. Vandaag zou bijna 13 % van de volwassen bevolking zwaarlijvig zijn. Bij vrouwen is dat cijfer sinds 1975 meer dan verdubbeld (1 op de 7 vrouwen) en bij mannen zelfs verdrievoudigd (1 op de 10 mannen). De VS staan op kop, gevolgd door China. Sinds 2000 stijgt het aantal gevallen van overgewicht in de hoge-inkomenslanden weliswaar minder snel, maar in de groeilanden net sneller. Tegen dit tempo zullen tegen 2025 maar liefst 18 % van de mannen en 21 % van de vrouwen op aarde met overgewicht kampen. Het is nochtans bekend dat zwaarlijvigheid bepaalde kankers en hart- en vaatziekten in de hand werkt. Daarom is het de hoogste tijd voor een wereldwijde aanpak in de strijd tegen de obesitasepidemie. Anderzijds blijkt het aantal gevallen van ondergewicht en ondervoeding in de arme landen en ontwikkelingslanden eveneens toe te nemen. Zo weegt een kwart van de bevolking in Zuid-Azië en 12 tot 15 % van de bevolking in Centraal- en Oost-Afrika vandaag te weinig.

Bron: The Lancet, april 2016

Fraude AGAVE- SIROOP

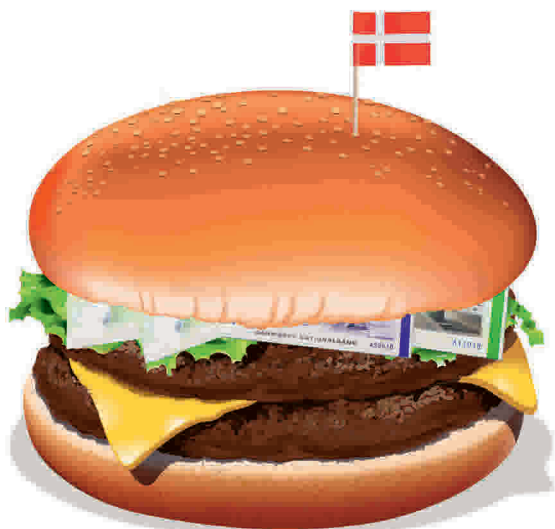
De agavesiroop in de winkel is niet altijd even puur, zo blijkt uit een onderzoek van de Franse consumentenorganisatie Que Choisir. Van de 13 onderzochte producten bleken er 10 meer dan 15 % maïs- of rietsuiker te bevatten. Enkel bij Jean Hervé, Sunny bio en Sunny was dat niet het geval. Door het hoge fructosegehalte heeft agavesiroop een hoger zoetend vermogen dan suiker. Fructose is echter niet aan te raden. Natuurlijke producten zoals siroop (van tarwe, maïs enz.) hebben niet per definitie een betere samenstelling dan suiker. Integendeel. Welke soort u ook kiest, gebruik suiker altijd met mate.

Gevaarlijke beten TEKENALARM

In de zomer is er meer kans op tekenbeten. Vooral tijdens buitenactiviteiten zoals een boswandeling, een picknick of een jeugdkamp riskeert u rond deze tijd te worden gebeten door teken. Die kunnen de ziekte van Lyme of "borreliose" overbrengen, een wereldwijd verspreide infectieziekte. Een jaar geleden heeft het Wetenschappelijk Instituut Volksgezondheid (WIV-ISP) de website www.tekennet.be opgericht. Die brengt de risicogebieden voor tekenbeten in kaart om gerichte preventie maatregelen te kunnen nemen. De bedoeling van de website is om na te gaan hoeveel mensen door een teek zijn gebeten, in welke gebieden de meeste tekenbeten voorkomen en hoeveel mensen met een tekenbeet naar de dokter gaan. Op basis van die informatie kan het instituut concreter op een kaart weergeven waar en wanneer het tekenrisico het hoogst is in ons land, zodat u op die plaatsen de nodige voorzorgen kunt nemen. U kunt ook een bijdrage leveren aan deze website door zelf tekenbeten te melden of deel te nemen aan een continue opvolging. Om de meldingen nog te vergemakkelijken, kunt u nu ook de gratis app downloaden op uw smartphone.

Bron: Wetenschappelijk Instituut Volksgezondheid





Vettaks heeft effect

Tussen oktober 2011 en januari 2013 hief Denemarken een zogenaamde vettaks. Zelfs in die korte periode leidde dat tot gewijzigde eetgewoonten.

Zowat 13 % van de Denen lijdt aan overgewicht. Denemarken was het eerste land ter wereld dat daarom een taks invoerde op ongezonde voedingsvetten. Die was van toepassing op vlees, zuivelproducten en bakolie met meer dan 2,3 % verzadigde vetzuren. De taks oogstte veel kritiek en werd al snel afgeschaft door de minister van Economische en Binnenlandse Zaken. Zij vreesde terecht dat meer mensen daardoor een deel van hun boodschappen in het buitenland zouden doen. Uit een studie van de Universiteit van Oxford en van Kopenhagen blijkt niettemin dat het Deense verbruik van verzadigde vetzuren met 4 % daalde. De onderzoekers besluiten dat de taks het aantal sterfgevallen door hart- en vaatziekten, diabetes en kanker heeft verlaagd. Zo zouden er 123 levens per jaar zijn gered, waarvan 76 van mensen jonger dan 75 jaar. Volgens de onderzoekers kochten de Denen meer groenten, maar ook meer zoutrijke voeding (wellicht om het smaakverlies door het verlaagde vetgehalte te compenseren). Daarom pleiten zij voor de invoering van een nieuwe taks in combinatie met maatregelen om de zoutconsumptie te beperken en winkeliers te beschermen.

Bron: European Journal of Clinical Nutrition, juni 2016

Plastic microkorrels WEG ERMEE

In heel wat cosmetica, tandpasta, make-up, huishoudproducten enz. zitten microkorreltjes uit polyethyleen (PE) of polypropyleen (PP). Die zijn heel schadelijk voor het milieu. Zuiveringsstations kunnen de niet-afbreekbare korreltjes namelijk niet wegfilteren. Bijgevolg stapelen ze zich op in waterwegen, waar vissen ze kunnen inslikken. Aangezien de korreltjes schadelijke stoffen kunnen bevatten, zoals pesticiden en koolwaterstoffen, zouden die via de voedselketen uiteindelijk op uw bord kunnen belanden. Daarom moeten ze absoluut worden verboden. Wij vroegen 43 bedrijven die bekend staan om het gebruik van zulke microkorrels in sommige van hun producten, waarom ze nog steeds stoffen gebruiken die schadelijk zijn voor het milieu en de biodiversiteit. Intussen hebben er echter nog maar 10 gereageerd. Hoewel microkorrels hoe langer hoe meer worden vervangen door biologisch afbreekbare alternatieven, zal het nog heel wat voeten in de aarde hebben eer deze producten zonder plastic bestanddelen worden goedgekeurd. De VS hebben wel besloten om microkorrels in producten te verbieden vanaf 1 juli 2017, maar de EU heeft nog niet over een eventueel verbod beslist. Om te weten of een product plastic microkorrels bevat, kunt u het met uw smartphone scannen met behulp van een specifieke app. Meer info op www.beatthemicrobead.org



Gezond in Europa!

U kocht "gratis" vermageringspillen op internet?

Reist u met de Europese ziekteverzekeringskaart? U kocht geneesmiddelen op het internet?

Voor info en brochures over allerlei consumententema's en voor gratis juridische hulp www.eccbelgie.be



Europees Centrum voor de Consument

Project gesteund door de Europese Commissie, de FOD Economie en Test-Aankoop

Kwetsbare consumenten

Onlinereclame mikt op kinderen



Kinderen brengen steeds meer tijd door op het internet. Dat bukt van verleidelijke reclame voor ongezonde voeding.

Een onderzoek van het Directoraat-Generaal Justitie en Consumentenzaken van de EU bevestigt de nood aan bescherming van kinderen op het internet. Zij zijn erg vatbaar en zouden dus niet mogen worden bestookt met oneerlijke reclamepraktijken.

Kinderen zijn gevoelig voor reclame Nadat ze spelletjes hebben gespeeld die calorierijke tussendoortjes promoten, snoepen ze meer dan wanneer ze spelletjes hebben gespeeld die speelgoed aanprijzen. Ze doen ook meer aankopen als de app die voorstelt (om langer te spelen of de spelervaring te verbeteren). Helaas zetten de meeste van deze spelletjes aan tot kopen.

In-app-reclame (in het spel) en contextuele reclame (rond het spel) zijn schering en inslag Kinderen komen daarmee in aanraking bij alle onlinegames, alle sociale media en de helft van de games op populaire platformen.

Kinderen zijn niet in de hele EU even goed beschermd tegen onlinereclame Elk land heeft zijn eigen regels en vertrouwt vooral op zelfregulering. Ook ouders behoeden hen vaak onvoldoende voor reclame. De meeste denken dat die hun kinderen onverschillig laat en hoogstens ergert. Ze zijn meer beducht voor internetmisbruik en ongewenste onlineaankopen.

Dit onderzoek dient als basis voor een herziening van de Europese richtlijn voor oneerlijke handelspraktijken. Bovendien ondersteunt het de Europese Richtlijn voor Audiovisuele Mediadiensten, die product placement in kinderprogramma's verbiedt.



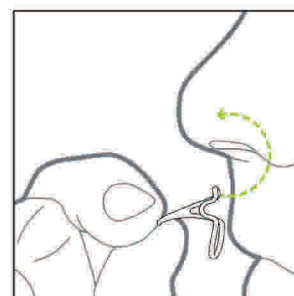
Hooikoorts

NEUSFILTER

Seizoengebonden allergische rinitis of kortweg hooikoorts is een vervelende aandoening. Om de symptomen te verlichten, volstaat het zelden om de pollen tijdens de piekperiode te vermijden. En ook het nut van medicatie blijft helaas vaak beperkt.

Een korte en kleinschalige studie lijkt erop te wijzen dat een neusfilter, Rhinix genaamd, kan helpen om de klachten te verminderen. Dankzij de filter zouden hooikoortslidders aanzienlijk minder last hebben van een verstopte neus, neusloop, jeuk in de neus en niezen. Maar gaan zij echt het hele pollenseizoen lang rondlopen met een filter in hun neusgaten? Of blijkt die uiteindelijk toch te hinderlijk? Daar is onlangs ook onderzoek naar gedaan bij een grotere groep gebruikers en over een langere periode. Hoewel het geen wondermiddel is, lijkt de filter bij sommige hooikoortslidders erg goed te helpen. Maar vermits de studie niets zegt over de daadwerkelijke doeltreffendheid, blijft verder onderzoek nodig. Belangrijk om te weten is ook dat de hoofdauteur van de studie de stichter en aandeelhouder is van de firma die de filters produceert. Dat roept natuurlijk vragen op over de objectiviteit van de resultaten. Maar niets belet u natuurlijk om Rhinix zelf uit te proberen.

Bron: The Journal of Allergy and Clinical Immunology: In Practice, mei/juni 2016



Red Bull STRAFFE KOFFIE

De bekende energiedrank pakt al geruime tijd uit met de bewering: "wordt wereldwijd gewaardeerd door topatleten, studenten en prestatiegerichte professionals [en] houdt je scherp tijdens lange autoritten."

Red Bull zou met andere woorden de prestaties en de oplettendheid verhogen. Dat is een vrije en enigszins voorbarige interpretatie van de Europese wetgeving, die op het punt staat om gezondheidsclaims toe te staan waarin cafeïne wordt geassocieerd met verhoogde prestaties, uithouding, aandacht en concentratie. Daarentegen verbiedt Europa de bewering dat een inspanning dankzij cafeïne minder zwaar aanvoelt.

De positieve effecten van cafeïne zijn intussen goed bekend, maar cafeïne is niet zonder risico. Cafeïnerijke dranken moeten trouwens een waarschuwing vermelden: voor zwangere vrouwen, vrouwen die borstvoeding geven, kinderen en cafeïnegevoelige personen is het aanbevolen om het cafeïnegebruik te beperken. Bovendien raadt het Franse agentschap voor voedselveiligheid energiedranken in combinatie met alcohol of tijdens lichamelijke inspanningen af.



Geneesmiddelen

U KRIJGT EEN STEM

Voortaan maken wij als plaatsvervangend lid deel uit van de Commissie voor Geneesmiddelen voor Humaan gebruik (CGH). Die commissie adviseert de minister inzake vergunningsaanvragen voor nieuwe geneesmiddelen en andere dossiers over medicijnen. Wij vonden al langer dat de belangen van de patiënt in de commissie beter moesten worden verdedigd. Dat hier nu aan wordt tegemoetgekomen, komt niet te vroeg. Er zijn twee effectieve leden die de patiënten vertegenwoordigen en twee plaatsvervangers. Naast Test-Aankoop is ook een vertegenwoordiger van het Vlaams Patiëntenplatform (VPP) plaatsvervangend lid.



TEST aankoop

Expert • Onafhankelijk • Dicht bij u

HAAL MEER UIT UW ABONNEMENT

Uw abonnement is ook de sleutel van een schatkamer vol diensten, databanken en speciale ledenkortingen. Maak er maximaal gebruik van.





BEL DE GEZONDHEIDSADVIESLIJN

Voor specifieke medische vragen kunt u elke dinsdag- en donderdagnamiddag in alle discretie bij onze artsen terecht. Bel 02 542 33 94



BESPAAR IN DE APOTHEEK

Kies goedkopere alternatieven in onze InforMED-app en spaar tientallen euro's uit. Download gratis de app op  en  of surf naar www.testaankoop.be/informed



WEEG OP HET BELEID

Teken onze petitie voor maatregelen om de prijsstijgingen van geneesmiddelen aan banden te leggen. www.betalbaregeneesmiddelen.be



KIES DE JUISTE ZONNECRÈME

Raadpleeg onze koopwijzers voor de efficiëntste, de veiligste en de best geprijsde zonnecrème voor uw kinderen en kleinkinderen. www.testaankoop.be/vergelijkzonnecreme



VERMINDER UW ZIEKENHUISFACTUUR

Vind via onze koopwijzer de hospitalisatieverzekering die het best aansluit bij uw behoeften. www.testaankoop.be/vergelijkhospitalisatieverzekering