

Is perineum-massage zinvol?

Mevrouw W. is zwanger. Een vroedvrouw heeft haar aangeraden om haar perineum met olie te masseren om de kans op inscheuring tijdens de bevalling te verkleinen. Helpt dat echt?

De kans dat het perineum inscheurt, is het grootst bij een eerste bevalling. Zo'n inscheuring kan soms ernstig zijn. Masseren zou de weefsels elastischer maken en zodoende de kans op inscheuring verkleinen. Maar klopt dat wel? Uit een beperkt aantal studies blijkt dat door het perineum tegen het einde van de zwangerschap één of twee keer per week te masseren, het risico op inscheuringen die hechtingen achteraf noodzaken, ietwat vermindert. Er wordt met massage blijkbaar ook wat minder geknipt (preventieve insnijding als men voor inscheuring vreest). Dit alles althans bij een eerste zwangerschap. Bij vrouwen die al een kind hebben gebaard, is er op dat vlak zo te zien geen effect meer. Wel zou er minder pijn zijn tijdens de eerste weken na de bevalling. Het perineum masseren lijkt dus inderdaad wat nut te hebben, zij het beperkt.



ONZE ARTSEN GEVEN ANTWOORD



Probiotica tegen mondspruw?

Mevrouw R. heeft last van een hardnekkige mondschimmel. Haar apotheker heeft haar onlangs een nieuwe remedie aanbevolen: Bactobuccal. Wat denken wij daarvan?

Spruw is een slijmvliesontsteking door de gist *Candida albicans* en uit zich meestal door witte vlekjes in de mond en op de tong. Er kunnen klachten optreden, zoals keelpijn, pijn bij het slikken of smaakverlies. Bij zuigelingen komt de infectie vaak voor, maar is ze vrij gemakkelijk te behandelen en verdwijnt ze na een tijd vanzelf. Bij volwassenen is de mondschimmel echter niet altijd even makkelijk te genezen met medicatie. Een ongebreidelde groei van deze normaal gezien onschuldige gist wordt vaak toegeschreven aan een verstoorde natuurlijke microflora. Als dat klopt, dan zouden in theorie probiotica kunnen helpen, die worden verondersteld het evenwicht te kunnen herstellen. Dat is net wat de firma Vésale Pharma ons belooft, die haar voedingssupplement Bactobuccal in een persbericht recent voorstelde als "een innovatieve behandeling tegen spruw waarvan een hoge doeltreffendheid is aangetoond in klinische studies". Een claim die echter niet is goedgekeurd door de Europese Autoriteit voor Voedselveiligheid EFSA en die dus niet in reclame of op de verpakking mag prijken. Bactobuccal is enkel verkrijgbaar in de apotheek, maar dat is geen garantie voor de doeltreffendheid. De korrels bevatten de probiotische bacterie *Lactobacillus rhamnosus*. De firma spreekt van klinische studies, dat zijn studies op mensen, niet op cellen in een proefbuis. Maar in werkelijkheid zijn er helemaal geen studies bij patiënten waaruit zou blijken dat *Lactobacillus rhamnosus* helpt tegen spruw. U kunt volgens ons net zo goed yoghurt eten, die bevat ook probiotica (in casu *Lactobacillus bulgaricus* en *Streptococcus thermophilus*). Het nut daarvan is niet meer, maar ook niet minder aangetoond.

Zit u ook met een vraag? Bel onze artsen op 02 542 33 94

Cannabisolie tegen leukemie?

Mijnheer V. kwam via een link op zijn Facebook-pagina terecht bij een artikel waarin wordt beweerd dat cannabisolie leukemie geneest. Hij vraagt zich af wat daarvan waar is.

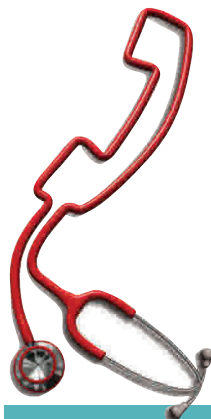
Op het internet wordt cannabisolie her en der aangeprezen als doeltreffende behandeling van leukemie en andere soorten kanker. Twee voorbeelden van verhaaltjes die dit moeten aantonen:

“Cannabisolie redt het leven van een jonge leukemiepatiënt. De driejarige Landon werd twee maanden behandeld en stelt het vandaag uitstekend.”

“De zevenjarige Mykayla Comstock lijdt aan leukemie. Een behandeling met cannabisolie verrichte wonderen bij het meisje. Volgens haar ouders is de leukemie inmiddels in remissie.”

Er zijn er ook die u willen aanpraten dat cannabisolie eveneens helpt tegen melanomen, diabetes, ontstekingen en ga zo maar door. Of dat kanker hiermee in

70 % van de gevallen te genezen is! Op het internet zijn er tal van “getuigenissen” te vinden van mensen die beweren dat cannabisolie hun leven heeft gered. Meestal ontbreekt het echter aan de nodige informatie om de grond van de zaak te kunnen beoordelen (een gedetailleerd medisch dossier, een concrete diagnose, eerdere behandelingen, de duur daarvan enz.). Wie wat verder zoekt, zal vaak ook vaststellen dat de patiënten die zogezegd genezen waren, uiteindelijk toch overleden zijn. Cannabis wordt vandaag wel al gebruikt om bijwerkingen van een kankerbehandeling of symptomen van de ziekte zelf te verlichten. Maar dat is heel wat anders dan beweren dat cannabis kanker kan genezen. Studies op muizen en cellen in de proefbuis geven wel te denken dat verder onderzoek misschien ooit iets kan opleveren, maar zover zijn we nog niet. Vandaag zijn er geen studies op mensen die een genezende werking van cannabis aantonen. Sommigen zien in het “gebrek aan erkenning” van cannabis als kankerbehandeling een complot van de farmaindustrie. De gedachten zijn vrij. Maar ondertussen zijn er geen (zelfs zwakke) bewijzen dat cannabis leukemie kan genezen.



Bel ons

Hebt u een vraag over de prijs of het gebruik van een geneesmiddel, de behandeling die u volgt of een onderzoek dat u moet ondergaan?

Bel dan onze gezondheidslijn op 02 542 33 94. Maandag tot vrijdag van 9 uur tot 12.30 uur en van 13 uur tot 17 uur (vrijdag tot 16 uur).

Paroxetine niet terugbetaald?

Drie jaar geleden kreeg de toen 15-jarige dochter van mevrouw N. wegens een depressie paroxetine voorgeschreven. Nu wil ze daarmee stoppen, maar dat blijkt niet eenvoudig.



Paroxetine (Seroxat en generieken) is een antidepressivum van de groep der selectieve serotonine-heropnameremmers (SSRI). Er is lang beweerd dat deze middelen niet verslavend zijn, maar dat klopt niet. Bij het stopzetten van de behandeling kunnen er ernstige ontwenningsverschijnselen optreden (zie ons artikel over antidepressiva in TG 108). En paroxetine geeft net de grootste kans op ontwenningsverschijnselen, zoals duizeligheid, oorsuizingen, gevoel van elektrische schokken, slaapproblemen, nervositeit, angst enz. Het middel moet heel geleidelijk worden afgebouwd. In Nederland bestaan daar speciale “afbouwstrips” voor met een steeds lagere dosis, alsook vloeibare paroxetine. Bij ons zijn die speciale toedieningsvormen om het afbouwen te vergemakkelijken echter niet beschikbaar. Om zich die aan te schaffen moet mevrouw N. naar Nederland. Komt daar nog bij dat er voor die vormen geen tegemoetkoming is vanwege het Riziv. Sommige niet in België verkrijgbare geneesmiddelen worden wel terugbetaald onder bepaalde voorwaarden, maar niet deze vormen van paroxetine. Dat helpt allemaal natuurlijk niet om van antidepressiva proberen af te komen ...