



## Reclame gericht op kinderen **REGELGEVING MOET VERSTRENGEN**

**Koekjes, snoep, ontbijtgranen ... Vaak is de verpakking van die producten speciaal gemaakt om kinderen te bekoren. De bestaande afspraken ter zake blijken ontoereikend.**

Aanbevelingen, gedragscodes, beloften, kortom niets dwingt fabrikanten ertoe in de pas te lopen wat betreft op kinderen gerichte reclame. Ze omzeilen dan ook niet zelden die afspraken. Echte regelgeving is zeldzaam en gaat niet ver genoeg. De maatregelen zijn bijvoorbeeld enkel van toepassing op niet-digitale media of op programma's voor de allerkleinsten en dus niet voor de jeugd in het algemeen. Bovendien wordt het complexe probleem van grensoverschrijdende marketing niet of nauwelijks getackeld. Zoals de WHO het in zijn recentste analyse vermeldt, is het noodzakelijk jongeren beter te beschermen tegen reclameboodschappen voor verwerkte voeding en drank, calorierijke eetwaren, producten met veel verzadigde of transvetzuren, toegevoegde suiker en/of zout. In plaats van enkel televisiespots te viseren, zouden alle vormen van communicatie moeten worden aangepakt: alle onlinekanalen, pancartes in de winkelrekken, verpakkingen en andere marketingtechnieken waar kinderen mee worden geconfronteerd. Momenteel zijn het veelal kinderen onder de 12 jaar die bescherming genieten. Maar ook adolescenten vallen ten prooi aan de doelgerichte reclame voor deze producten. Een Europese harmonisering van de normen zou er tot slot toe kunnen leiden dat grensoverschrijdende marketing niet langer de nationale regelgeving met voeten treedt.

**Bron:** Evaluating implementation of the WHO Set of Recommendations on the marketing of foods and non-alcoholic beverages to children, 2018

## Na de tests **WAT WIJ MET RESTJES DOEN**

Toen wij recent de onlineapotheken tegen het licht hielden, kochten we op elke site tientallen exemplaren van heel wat voorschriftvrije geneesmiddelen. Zo checkten we de werking van die sites. Na afloop van de studie schonken we alle middelen aan de vzw "Humain", een vrijwilligersorganisatie die humanitaire hulp biedt aan mensen in nood en strijdt voor gelijke kansen, mensenrechten en een betere beeldvorming over vluchtelingen.



## Chronische ziekten

# VOEDING DIE BESCHERMT

**Een mediterraan voedingspatroon beschermt** tegen chronische ziekten. Het helpt met name het risico van hart- en vaatziekten, diabetes type 2 en kanker te verminderen. Ook het DASH-dieet (om hoge bloeddruk te neutraliseren en te verminderen) en het AHEI-dieet (een alternatief voor het traditionele westerse voedingspatroon) hebben hetzelfde effect. Ook al zijn deze voedingspatronen op bepaalde vlakken elkaars tegenpolen, ze hebben ook gemeenschappelijke eigenschappen, zoals de nadruk op de consumptie van groenten, fruit, (volkoren)granen en vis, en de beperking van vlees, fijne vleeswaren en toegevoegde suiker.

**Het is belangrijk het volledige voedingspatroon in rekening te nemen.** Wanneer je van sommige voedingsmiddelen veel eet, ga je van andere automatisch minder eten. Het is dan moeilijk te bepalen of de link met bepaalde ziekten te wijten is aan de beperkte consumptie van bepaalde voeding of aan de overmatige consumptie van andere eetwaren.

**Bron:** Schulze MB et al., Food based dietary patterns and chronic disease prevention, BMJ, juni 2018



## Darmkanker

# MEER MENSEN SCREENEN

In Brussel en Wallonië wordt de screening op darmkanker sinds 2009 aan iedereen van 50 tot 74 jaar aangeboden. Zo luidt trouwens ook de Europese aanbeveling. Vlaanderen hield het tot nu op de groep van 53 tot 74 jaar. In 2019 zullen Vlamingen van 51 en 52 jaar ook een uitnodiging krijgen om aan de screening deel te nemen. In 2020 komen daar ook de mensen van 50 jaar bij. Via die screening kan de ziekte vroegtijdig worden opgespoord en stijgen de kansen op genezing.

**Bron:** [www.bevolkingsonderzoek.be](http://www.bevolkingsonderzoek.be)



## Avastin & Lucentis

# Off-labelgebruik terugbetaald

**De EU aanvaardt voortaan de terugbetaling** van een geneesmiddel indien het wordt gebruikt voor een behandeling waarvoor het niet officieel werd geregistreerd. Toen Italië besliste het middel tegen kanker Avastin terug te betalen voor off-labelgebruik bij natte maculadegeneratie, had Novartis, de producent van het veel duurdere middel Lucentis tegen die oogaandoening, een rechtszaak aangespannen tegen de Italiaanse overheid. Maar het Europees Hof van Justitie geeft Italië nu dus gelijk.

**Al lang was uit onderzoek gebleken dat beide middelen gelijkwaardig waren** voor de behandeling van de oogaandoening. Nederland en Frankrijk hadden al beslist Avastin in dat kader terug te betalen. Op de lijst met essentiële geneesmiddelen van de WHO staat overigens alleen Avastin vermeld voor de behandeling van natte maculadegeneratie. Eind 2014 vroegen wij aan minister van Volksgezondheid De Block Avastin terug te betalen en de prijs van Lucentis (en andere soortgelijke middelen) te verminderen. In 2016 daalde de prijs van Lucentis tot onder de € 700, toch nog een pak geld. Een extra korting werd weliswaar vastgelegd in een geheim contract tussen de Staat en de firma.

**Wij hebben de overheid** aangeschreven om het contract inzake Lucentis en de terugbetaling van Avastin ook bij ons te herzien in het licht van deze rechterlijke uitspraak.



# Te weinig generieken

Huisartsen hebben nog steeds moeite voldoende goedkopere geneesmiddelen voor te schrijven. Toch is het wellicht niet de beste oplossing enkel de quota voor generieken omhoog te trekken.

Eerst het goede nieuws: generieken hebben eindelijk goed hun weg gevonden naar de Belgische patiënten. Acht van de tien leden van de Socialistische Mutualiteiten kregen in de loop van 2017 een generiek voorgeschreven en 99,9 % van de artsen schreef er in dat jaar voor. Prima, maar ... het kan nog beter. Sinds 2006 geldt er een voorschrijfquotum voor goedkope geneesmiddelen. Voor 2017 lag dat op 60 %. De studie van de Socialistische Mutualiteiten toont evenwel aan dat drie vierde van de huisartsen nog onder die norm zit. Gemiddeld schrijven artsen 54,8 % generieken voor (57 % voor de eerste vijf maanden van 2018). Onvoldoende dus. Toch zou dat percentage makkelijk naar 70 % kunnen stijgen en op die manier een grote besparing voor het Riziv genereren, want van zeven geneesmiddelen op de tien bestaat er een generisch equivalent. De Socialistische Mutualiteiten reiken alvast pistes aan om voorschriften voor generieken een boost te geven. Ze stellen onder meer voor de apotheker toe te laten een generiek af te leveren, ook indien oorspronkelijk een merkgeneesmiddel op het voorschrift stond vermeld.

**Bron:** Barometer "Goedkopere geneesmiddelen" van de Socialistische Mutualiteiten (december 2018)

## Alzheimer KAN VOEDING HELPEN?

Hebben patiënten met een beginnende alzheimer specifieke voedings-behoeften? Een recent rapport toont het tegendeel aan. Zodra de ziekte een feit is, heeft speciale voeding geen nut meer. In het algemeen werkt een gezonde levensstijl met gezonde voeding, genoeg beweging en een gewicht onder controle wel preventief bij aandoeningen als deze.

**Bron:** CSS N° 9279, november 2018

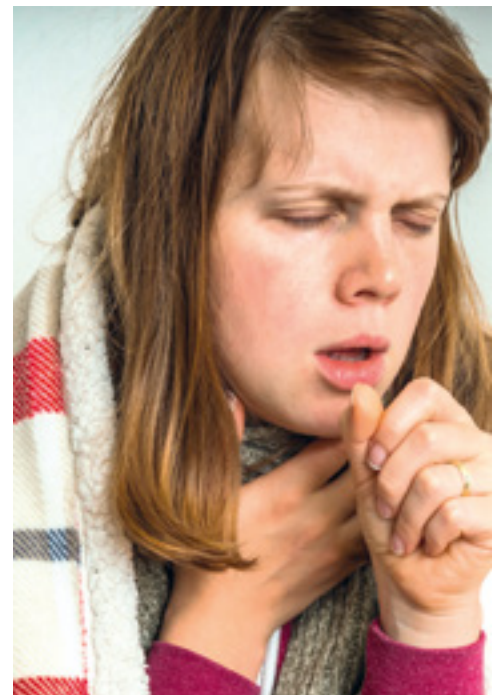


## Antibiotica

# 1 HOEST OP 5

Belgen zijn nog steeds bij de grootste verbruikers van antibiotica, in het bijzonder van quinolonen (die actief zijn tegen meerdere bacteriën, en dus het ontstaan van resistente stammen in de hand werken). Quinolonen worden onder meer voor de behandeling van acute hoest voorgeschreven. Een recente grote studie wijst erop dat de meest frequente aandoeningen van de onderste luchtwegen worden veroorzaakt door een virus. Daartegen helpen antibiotica dus niet. De studie gebeurde in elf Europese landen, gedurende drie opeenvolgende winters. 3 104 secreties van volwassenen met acute hoest werden geanalyseerd (waaronder 141 gevallen van longontsteking). Bij 50 % was de infectie van virale aard. Bij slechts één patiënt op de vijf (21 %) vond men een bacterie die verantwoordelijk is voor luchtweginfecties. Artsen moeten dus niet te snel naar antibiotica grijpen.

**Bron:** Clinical Microbiology and Infection, november 2018







## AdeZ van Coca-Cola

# Marketing versus realiteit



Coca-Cola heeft het plantaardige drankje AdeZ op de markt gebracht en noemt het een drinkbare snack. Wij hebben het etiket gescreend.

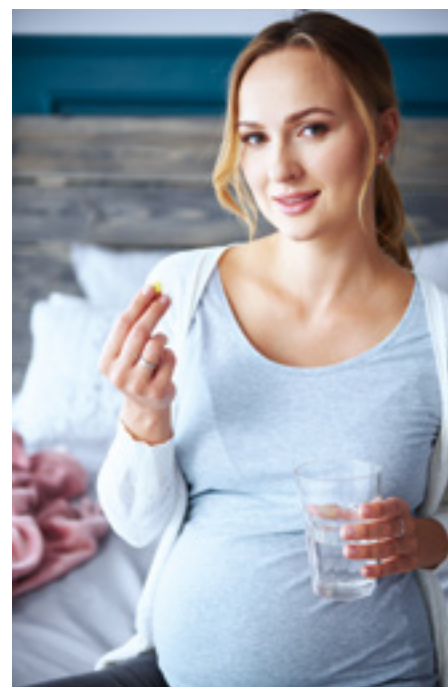
### “Zonder toegevoegde suikers”, maar niet zonder zoetstof

Het is niet de eerste keer dat we het schrijven: aanspraken als “zonder toegevoegde suikers” zijn verboden indien het product zoetstoffen bevat. Wel, Coca-Cola heeft kennelijk lak aan die wetgeving want deze drankjes zonder toegevoegde suikers bevatten stevioglycosiden, een zoetstof die uit de steviaplant wordt gepuurd.

**Misleidende indruk** De verpakking van AdeZ Coconut Berry toont onder meer kokosnoot en aardbeien. Maar er zit veel minder aardbei in dan het beeld laat uitschijnen: slechts 0,5 % aardbeien!

**Waar zijn de vezels?** Informatie over vezels is niet verplicht op een verpakking, maar wel wenselijk. Zeker wanneer het om een drankje gaat dat wordt gepromoot om zijn verzadigende eigenschappen. Wij vonden geen woord over vezels op de verpakking van AdeZ.

**Niet zo natuurlijk** Ook al ontstaat de indruk van een natuurlijk en gezond product door de afbeelding van fruit en de toevoeging van vitaminen en mineralen, toch zijn deze drankjes natuurlijk noch onmisbaar in het raam van een gezonde voeding. Ze bevatten pectine, guar gom, emulgatoren, aroma's, citraat, antioxidanten en natuurlijk de genoemde zoetstoffen. Houd je het liever eenvoudig, dan kun je een plantaardige melk nemen en er een vruchtensap aan toevoegen.



## Geneesmiddelen OPLETTEN BIJ ZWANGERSCHAP

Het kan niet genoeg worden herhaald dat alles wat de toekomstige mama slikt tijdens de zwangerschap, ook door de foetus wordt opgenomen. En dat er dus extreem voorzichtig moet worden omgesprongen met geneesmiddelen. De Onafhankelijke Ziekenfondsen maakten recent een lijstje van de terugbetaalde geneesmiddelen die over een periode van vier jaar aan meer dan 60 000 zwangere vrouwen werden voorgeschreven. 83 % slikte minstens één terugbetaald geneesmiddel tijdens de zwangerschap (gemiddeld vier verschillende geneesmiddelen) en in 7 % van de gevallen betrof het een middel dat potentieel schadelijk was voor de ontwikkeling en de gezondheid van de baby. Bij de gewraakte middelen zitten NSAID's als diclofenac of ibuprofen, tijdens het derde trimester van de zwangerschap, o.a. tegen rugpijn, evenals misoprostol (tegen maagzweer). Meer sensibilisatie en informatie blijven dus zeker nodig.

Bron: Onafhankelijke Ziekenfondsen, november 2018