



Fungiciden op fruit kankerverwekkend?

Mijnheer Y. vraagt zich af of de aanwezigheid van schimmelwerende middelen op fruit kankerverwekkend kan zijn?

Onze lezer zag op het etiket van een kratje clementines de stoffen imazalil en pyrimethanil vermeld staan. Deze fungiciden beschermen groenten en fruit tegen schimmels.

Zowel de Europese als de Amerikaanse voedselveiligheidsautoriteiten schatten het langetermijnsrisico van kanker voor de mens voor beide stoffen als erg gering of onbestaand in. In België is er bovendien een wettelijk toegelaten hoeveelheid gedefinieerd die op voedsel mag worden aangetroffen, en voor de maximale dagelijkse

innamedosis is een extra veiligheidsmarge voorzien. Dus zelfs indien voedsel meer residuen ervan zou bevatten dan wettelijk toegelaten, is dit nog niet noodzakelijk schadelijk. De kans dat je kanker krijgt door blootstelling aan imazalil of pyrimethanil via de voeding is dus heel erg klein. Bovendien verwijder je bij consumptie van clementines de schil, waardoor het risico nog afneemt. Indien je de schil van citrusvruchten zou gebruiken als zeste, kun je eventueel uit voorzorg biologisch geteeld fruit gebruiken.

Wat te denken over Cefaly?

Mijnheer S. wil onze mening kennen over Cefaly, een apparaatje dat wordt voorgesteld als een ultiem middel tegen migraine.



Enkele jaren geleden waren de media vol lof over deze “mirakeloplossing tegen migraine”. Het toestelletje oefent neurostimulatie uit op de schedel, met name op de bovenste tak van een belangrijke zenuw betrokken bij hoofdpijn. Hiervoor wordt er een zelfklevende elektrode op het voorhoofd geplaatst, waarop via een magnetisch contact een apparaatje wordt bevestigd dat impulsen uitzendt naar de zenuwuiteinden. Het zou even doeltreffend zijn als gangbare geneesmiddelen tegen migraine (triptanen), en daardoor het gebruik van die middelen sterk kunnen doen afnemen. De marketingafdeling van het bedrijf spreekt zelfs van een “eerstekeusbehandeling” voor patiënten met frequente migraineaanvallen.

Destijds waren wij niet overtuigd van de bewijsvoering in veeleer kleine studies. Recent verscheen een Amerikaanse publicatie in een wetenschappelijk tijdschrift (Cephalalgia) over een dubbelblind onderzoek bij patiënten die last hadden van migraineaanvallen. Eén groep kreeg een behandeling van 1 uur met het apparaatje, een andere gebruikte hetzelfde apparaatje, maar zo afgesteld dat de stroomsterkte te laag was om enig effect te hebben (“placebo”). De behandeling resulteerde in een significante vermindering van hoofdpijn (59 % minder) bij de 52 geteste migrainepatiënten. Maar ook de placebogroep ondervond 30 % minder hoofdpijn ... Bovendien bleek de publicatie gesponsord door het bedrijf dat de Cefaly produceert. Zonder bevestiging van deze resultaten door een onafhankelijke onderzoeksgroep en via een rechtstreekse vergelijking met geneesmiddelen, blijft het moeilijk om te oordelen over de doeltreffendheid. De Cefaly (€ 349) is geen geneesmiddel, maar een zogenaamd “medisch hulpmiddel”. Wij vinden sinds lang dat medische hulpmiddelen veel te makkelijk op de markt worden toegelaten.



Zijn badproducten goed tegen eczeem?

Mevrouw A. vraagt of de speciale badproducten die ze gebruikt helpen tegen eczeem bij haar kindje.

Een Britse studie heeft het effect van badolie onderzocht bij kinderen. De deelnemers waren 483 kinderen met eczeem tussen 1 en 11 jaar oud. Aan een deel van de kinderen werd een verzachtende badolie voorgeschreven, bij elk bad te gebruiken, een jaar lang. Voor de anderen werd aan de ouders gevraagd geen speciaal badproduct aan het badwater toe te voegen. Andere beschermende maatregelen, zoals het rechtstreeks op de huid smeren van crème of zalf, bleven voor iedereen van kracht. Dit onderzoek kon geen voordeel aantonen van het gebruik van badolie of andere verzachtende producten voor in het badwater. Er was geen overtuigend waarneembaar verschil tussen de twee groepen inzake de evolutie van de eczeemklachten. Een verklaring kan zijn dat een groot deel van de olie gewoon wegspoelt en dat maar weinig ervan op de huid blijft zitten. Kortom, het kan geen kwaad, maar echt helpen doet het niet. Vraag is of je er dan wel (veel) geld aan moet geven.



Is elektrische tandenborstel beter dan gewone?

Mevrouw M. wil weten of elektrische tandenborstels beter poetsen dan manuele exemplaren.

Fabrikanten beweren doorgaans in advertenties dat elektrische tandenborstels beter poetsen dan gewone. Wat is daarvan aan?

Wetenschappers van Cochrane, een onafhankelijke onderzoeksorganisatie, verzamelden alle studies die zijn verschenen over de invloed van elektrisch versus manueel poetsen op de mondhygiëne.

De proefpersonen die elektrisch poetsten, vertoonden na drie maanden iets minder vaak tandplaque en tandvleesontsteking (respectievelijk 11 % en 6 % minder vaak). Er waren slechts enkele studies die verder keken dan drie maanden, maar die toonden ook dan een beter resultaat voor elektrisch poetsen. Of een verminderde kans op plaque en tandvleesontsteking op langere termijn ook leidt tot minder cariës of parodontitis

(een gevorderde vorm van tandvleesontsteking) werd niet nagegaan in deze overzichtsstudie. Naast het soort tandenborstel speelt je poetstechniek een (nog grotere) rol: twee à drie keer per dag gedurende minstens twee minuten alle kanten van je tanden en ook ter hoogte van je tandvleesrand poetsen. Gebruik hierbij een zachte borstel en tandpasta met voldoende fluoride. Vergeet ook niet de ruimtes tussen je tanden te reinigen met flosdraad, interdentale borsteltjes of tandenstokers. Wat de fabrikanten ook beweren, je kunt mits een correcte en grondige poetsbeurt, even goed je tanden reinigen met een manuele als met een elektrische tandenborstel. Een elektrische maakt het je alleen een beetje makkelijker en motiveert sommigen meer.