



# 5 producten beloven dan ze

“Zeer doeltreffend tegen de muggen.” “Verbeterd de sportprestaties.” “Helpt tegen snurken.” En dat is klinisch bewezen ... Aan aanspraken is er geen gebrek op de markt van de gezondheidsproducten. Maar zijn ze ook geloofwaardig? Helaas niet altijd.

Gitte Wolput

In de ideale wereld kun je ervan uitgaan dat bedrijven nooit liegen of overdrijven. Pakt een firma uit met een claim, dan mag je veronderstellen dat wat hij beweert, ook klopt. Dan is daadwerkelijk aangetoond dat het product doet wat het belooft te doen. Jammer genoeg leven we niet in een ideale wereld.

Toen we onlangs de claims op de verpakking van een aantal gezondheidsproducten uit de apotheek analyseerden, stelden we vast dat beweringen van fabrikanten soms op drijfzand zijn gebaseerd. Er schuilt geen of onvoldoende degelijk onderzoek achter. Dat weerhoudt de firma's er niet van om de schijn te wekken dat de

doeltreffendheid van het product dat ze verkopen wél is aangetoond. Enkele voorbeelden? Op de volgende bladzijden beschrijven we slechts vijf producten waarvan de verkooppraatjes meer beloven dan ze waard zijn. Maar wij hebben natuurlijk veel meer van dergelijke voorbeelden. Die vind je voortaan online

## Ontdek onze Wall of Shame

Consumenten misleiden mag niet. Daarom kregen de distributeurs van de in dit artikel besproken producten van ons een brief in de bus met het expliciete verzoek: stop met die valse claims! Afhankelijk van hoe ze reageren, zullen we al dan niet klacht neerleggen bij de bevoegde overheidsinstanties. In onze onlinerubriek “Wall of Shame” ([www.testaankoop.be/wallofshame](http://www.testaankoop.be/wallofshame)), kun je de stand van zaken opvolgen. Je vindt er trouwens ook een bespreking van andere producten, zoals voedingswaren, die zich op de ene of andere manier schuldig maken aan consumentenmisleiding. Een voorbeeld: de misleidende volkorenproducten op bladzijde 8 en volgende van dit magazine. We zullen dit overzicht geleidelijk aanvullen en de fabrikanten aansporen de zaak recht te trekken.

# die meer waard zijn

## BABYFRIEND een "fake" antimugtoestel

€ 22



Deze antimuggenstekker bevat geen chemische stoffen en zou daardoor bijzonder geschikt zijn voor de kinderkamer. Het toestel zendt ultrasoon geluid uit dat voor ons niet hoorbaar is, maar wel de muggen zou verjagen. Een "revolutionair" apparaat, zo staat te lezen op de verpakking. Nochtans worden dergelijke toestellen al jaren verkocht. Dat ultrasoon geluid niet werkt tegen muggen, is meer dan een decennium geleden al aangetoond door onderzoekers van Cochrane (een onafhankelijke organisatie die in de wetenschappelijke wereld zeer hoog staat aangeschreven).

Sindsdien zijn er bij ons weten geen degelijke studies meer gepubliceerd die ons van het tegendeel overtuigen. Ook niet met de Babyfriend die volgens zijn maker een 30 000 keer krachtiger uitzendingspectrum heeft dan een gelijkaardig toestel van Chicco.

## SEA-BAND bandjes tegen misselijkheid

€ 13,08



Last van reisziekte? Ligt je maag overhoop door zwangerschap? Of wil je voorkomen dat je onpasselijk wordt door narcose of chemotherapie? In de apotheek kun je acupressuurpolsbandjes kopen die zogezegd werken tegen misselijkheid. Ze hebben een plastic knopje dat je over het "Nei-Kuan" punt moet schuiven. Druk op dat punt zou voor verlichting zorgen.

Deze bandjes zijn "klinisch getest" en zeer effectief, beweert de fabrikant. Om die claim te onderbouwen, stuurde hij ons een lijst met studies door. Op veel van deze studies valt wel iets aan te merken, waardoor je geen conclusies kunt trekken of ze gewoonweg niet serieus kunt nemen. Sommige studies gaan helemaal niet over de Sea-Band, maar over een toestel dat elektrische impulsen afgeeft. Andere spreken veeleer tégen de winkel van de fabrikant, maar worden "mooi" voorgesteld. In verschillende studies bleken de bandjes niet beter te werken dan een placebopandje.

Opmerkelijk is dat de bandjes door een Britse beroepsvereniging van verloskundigen en gynaecologen wordt aanbevolen als een optie die "mogelijk" werkt. Wellicht vanwege het placebo-effect. En omdat het middel in tegenstelling tot geneesmiddelen geen ernstige bijwerkingen heeft (al meldt de bijsluiter dat je handen ervan kunnen opzwellen).

Het Britse reclameagentschap ASA oordeelde enkele jaren geleden dat de claims van Sea-Band misleidend zijn. Gezien het gebrek aan degelijke bewijzen, delen wij die mening.

**SILIKOM  
PROTECT**  
spray tegen  
luizen  
€ 19,99



Om luizen te voorkomen, moet je dit middel minstens twee keer per week op het haar van je kinderen spuiten, na elke wasbeurt. Het bevat Octaan-1,2-diol, een stof die luizen uitdroogt. Volgens de fabrikant is het preventieve effect van deze spray "klinisch bewezen". Om dat te staven, stuurde hij een referentie door van één gepubliceerde klinische studie. Dit onderzoek blijkt gesponsord te zijn door de fabrikant. De resultaten worden rooskleurig voorgesteld, maar zijn dat eigenlijk niet.

In dit onderzoek moesten kinderen zes weken de echte spray en zes weken een placebospray uitproberen. Qua kans op luizen was er géén statistisch aantoonbaar verschil. Toch concludeerden de onderzoekers dat de spray doeltreffend is. Want zeven (!) proefpersonen kregen met de spray iets later luizen dan met de placebo ... Maar ze kregen uiteindelijk dus ook luizen. Die "vondst" volstaat natuurlijk niet om de claim te rechtvaardigen dat je met dit middel luizen kunt voorkomen. Je moet ook weten dat dit middel de huid kan irriteren en uitdrogen. Toch wel een belangrijk gegeven, wetende dat dit product bedoeld is voor regelmatig gebruik en kinderhoofdjes ...

**SNOREEZE**  
spray tegen  
snurken  
€ 19,50



Deze spray zou de "hoofdoorzaak" van het snurken aanpakken: het uitdrogen en trillen van weke delen in de keel. De actieve bestanddelen, waaronder pepermuntolie, komen geleidelijk vrij en smeren de keel. Daardoor zouden snurklachten tot wel acht uur lang verminderen. Het effect van deze spray zou "klinisch bewezen" zijn. Wij vroegen aan de distributeur in België om het bewijs daarvoor in te kijken en kregen een onderzoeksrapport zonder al te veel details. In dat rapport beschrijft de fabrikant tests waaruit blijkt dat je speeksel na het gebruik van de spray tot acht uur lang menthol bevat. Allemaal goed en wel, maar daarmee is niet aangetoond dat snurklachten tot acht uur lang verminderen. De spray is volgens de fabrikant "bijna statistisch significant superieur" aan een placebo. Een mooie manier om te zeggen dat partners van snurkers geen aantoonbaar verschil opmerkten in gesnurk wanneer de spray dan wel een placebo werd gebruikt ...

Over het algemeen is er weinig wetenschappelijk onderzoek gedaan naar dit type van product. Het gebruik ervan is bovendien mogelijk niet zonder risico. Het Nederlandse bijwerkingencentrum Lareb ontving onlangs een melding van longklachten na gebruik van Sleepzz antisnurkkeelspray. Net als de spray van Sleepzz, bevat die van Snoreeze olieachtige bestanddelen die je beter niet inademt. Helaas staat dit niet bij de gebruiksinstructies van dit product vermeld.

**AIRMAX  
SPORT**  
neusstrips  
€ 9,28



Deze neusspreider is de opvolger van de neusstrips die in de jaren negentig populair waren onder atleten. In tegenstelling tot de neusstrips, moet je dit stukje kunststof in je reukorgaan stoppen. Daardoor verwijdt het smalste gedeelte en kun je gemakkelijker door je neus ademen. De luchtinstroom langs de neus zou met 76 % toenemen. Op de site van de fabrikant staat te lezen dat een verbeterde neusademhaling leidt tot allerhande positieve effecten, zoals een verbetering van het uithoudingsvermogen, meer energie, een betere "after burn" en een sneller conditioneel herstel. Daardoor zou je het meeste uit je sportprestatie kunnen halen.

Klopt dat? We vroegen aan de fabrikant om ons de bewijzen te tonen. Wanneer we dit schrijven, hebben we nog steeds geen reactie gehad. De wetenschappelijke literatuur leert ons dat er zeer weinig onderzoek is gedaan naar dit type product. Dat een neusspreider de neusademhaling kan vergemakkelijken, kan kloppen. Er zijn gegevens die dat ondersteunen. Maar daar houdt het dan ook mee op. Wij vonden geen enkele degelijke studie die aantoont dat dit een positief effect heeft op de conditie of hoe je op sportief vlak presteert. We botsten wél op enkele kleinschalige studies waarin een interne neusspreider zoals deze géén effect had op de sportprestatie. Ook niet op factoren die de sportprestatie kunnen beïnvloeden, zoals de maximale zuurstofopname en het vermoeidheidsgevoel. Zelfs in een door een concurrent gesponsorde studie bij wielrenners (gesponsord door de fabrikant van The Turbine, een gelijkaardig product) vonden onderzoekers geen effect terug, ook geen placebo-effect ... 🍎