

Orthica Seminar: Hooggespannen verwachtingen van probiotica

A&A 11-3

Datum:

20 april 2010

Locatie:

Amersfoort

Spreekers:

Ger T. Rijkers, Karen Koning, Judith Deckers-Knocken, Bep Wolf, Fleur Kortekaas

Alles wijst er op dat probiotica veel te bieden hebben, vooral in preventie en bij afweergeerelateerde aandoeningen. Dat bleek op het Orthica seminar 'De darm in beweging'. Maar het is ook duidelijk dat er nog enorm veel onderzoek ligt te wachten.

's Ochtends had hij nog op het vliegveld van Düsseldorf gestaan, 's middags om vier uur precies gaf medisch immunoloog dr. Ger Rijkers de eerste presentatie op het Orthica seminar 'De darm in beweging'. De IJslandse aswolk had in de derde week van april wereldwijd bijeenkomsten in de war gegooid; tal van vluchten waren uitgevallen. Ger Rijkers wist wonderwel op tijd uit Florida terug te komen.

Onderzoekster dr. Karen Koning had echter minder geluk en zat dagenlang vast in Indonesië. Haar bijdrage aan het seminar zou gaan over probiotica als eerste hulp bij antibioticagebruik. Zij heeft

daar opmerkelijk onderzoek naar gedaan. Veel deelnemers aan het overvolle seminar - vooral artsen en diëtisten - hadden juist deze presentatie niet willen missen. Maar de vervangende bijdrage door prof. Huub Savelkoul én de kwaliteit van de overige presentaties maakten het voor de zaal duidelijk goed.

Genoom- project voor probiotica

Medisch immunoloog dr. Ger Rijkers was de dagvoorzitter en hij leidde ook zelf uitvoerig het onderwerp in. Hij liet zien dat we nog maar aan het begin staan van 'een ontdekkingstocht langs de bevolking van de darm'. De aantallen bacteriën zijn enorm als het om soorten en stammen gaat, en zelfs onvoorstelbaar wat hun aantallen betreft. De verhouding tussen die soorten is bij elk mens anders, maar in grote lijnen zie je dezelfde verschillen tussen gezonde mensen en mensen met darmproblemen. Probiotica zijn micro-organismen die - mits in voldoende mate aanwezig - een gunstig effect op de gezondheid van hun gastheer hebben. Vooral op de goede werking van het afweersysteem. Maar welk probioticum heeft welk effect? Want twee probiotica kunnen wel heel erg op elkaar lijken, toch betekent een klein verschil in DNA al een groot verschil in eigenschappen.

De ontrafeling van de erfelijke eigenschappen van probiotica is nog maar net begonnen. De uitkomsten daarvan zullen de toepassing van probiotica waarschijnlijk een enorme boost geven.

Dr. Karen Koning is onderzoeker maagdarmleversiekten bij het Academisch Ziekenhuis Maastricht. Zij zou haar recente onderzoek presenteren naar de betekenis van probiotica als mogelijke vervanger van antibiotica of als 'rem' op de nadelige effecten van antibiotica. De uitkomsten zijn waarschijnlijk hoopgevend, ook gezien eerder onderzoek in deze richting.

Ook Wageningen zoekt naar alternatieven

In plaats van de verhinderde onderzoekster hield prof. Huub Savelkoul een voordracht over een nauw verwant en uiterst actueel onderwerp; de toenemende soorten bacteriën die tegen steeds meer antibiotica resistent zijn geworden. Savelkoul is hoogleraar en hoofd van de groep Celbiologie en Immunologie van Universiteit Wageningen. Hij zit daar heel dicht op de kennis van dierziekten en -gezondheid. "Vijftig procent van de antibiotica bij dieren wordt misbruikt als groeibevorderaar," vertelde hij. "Het gebruik van antibiotica als groeibevorderaar is al 6 jaar in heel Europa verboden! Dat heeft in alle landen om ons heen tot een scherpe daling van het antibioticagebruik geleid, alleen in Nederland is het gebruik nog verder gestegen." Zo ontstaan er steeds meer resistente stammen die de mens, als consument, ook binnen kan krijgen.

Het belangrijkste gevaar is eigenlijk dat de antibiotica resistentie van de ene op de andere bacterie kan worden overgegeven en daardoor zouden belangrijke ziekteverwekkers voor de mens ongevoelig worden voor antibiotica. "In de lijst van alternatieven voor antibiotica zijn probiotica zeker interessant," is ook Savelkoul's overtuiging. "Bij ons in Wageningen zoeken we vooral naar bruikbare fytotherapeutica. Planten als Echinacea, een essentiële olie als thymol of een plantenstof als curcumine. En zelfs paddo's!"

Probiotica naast buikenyoga

Dr. Judith M. Deckers-Kocken is kinderarts voor maagleverdarmziekten in het Jeroen Bosch Ziekenhuis te Den Bosch. Zij deed onderzoek naar het effect van twee totaal verschillende therapieën bij 'chronische functionele buikpijn'. Die term wordt gebruikt voor buikpijn en darmklachten waar geen duidelijke lichamelijke oorzaak voor bestaat.

De therapieën die dr. Deckers-Kocken onderzocht zijn yoga en probiotica. Chronische buikklachten zijn heel belastend voor kinderen. Tot wel 20% van de kinderen in Europa heeft er last van; het is de meest voorkomende reden om bij een kinderarts aan te kloppen. De kwaliteit van leven kan voor kinderen met chronische buikpijn ernstig worden aangetast. Kinderen verzuimen vaak van school en dat kan ze flink opbreken. Bovendien kunnen ze in een sociaal isolement raken. Deckers-Kocken liet zien dat van de negen gebruikte therapievormen er maar één bewezen positief werkt; hypnotherapie. Zeven andere zijn onbewezen en van een achtste is het onduidelijk. Alleen van probiotica en yoga weten we het gewoon niet.

De 'buikenyoga' kwam er in het onderzoek van Deckers-Kocken duidelijk positief uit. Probiotica, evenals een lactosebeperkt dieet, verminderen chronische buikpijn bij kinderen gedurende zeker vijftien maanden. Maar ook de effectiviteit van probiotica zou verder aangetoond moeten worden. Méér onderzoek dus!

Wijsheid uit de praktijk

Volgens het rijtje van negen therapieën van kinderarts Deckers-Kocken zou ook dieetinterventie een twijfelachtig effect op chronische functionele buikpijn hebben. De ervaring in de praktijk van diëtist Marieke Lebbink is anders. Aan de hand van twee casussen liet zij zien dat er uitstekende resultaten kunnen worden behaald met een behandelplan dat volwaardige voeding, het weglaten van allergene stoffen en het aanvullen met micronutriënten omvat. "De ene vezel is de andere niet."

Allergieën en voedselintoleranties zijn potentieel serieuze co-factoren bij chronische buikpijn. "Je kunt op bijna alles laten testen, maar de uitkomsten krijgen pas betekenis als je ze naast elkaar legt."

Vier eenvoudige tips - naast het advies om rustig en goed te kauwen - vormen het sluitstuk van Marieke Lebbink's benadering. Neem fruit minimaal een half uur voor of na de maaltijd. Gebruik alleen zure zuivelproducten. Neem niet bij elke maaltijd zuivel en pas gedeeltelijke voedselsplitsing toe op je warme maaltijd; vlees, zuivel, groenten en fruit gaan niet zo makkelijk samen.

Eerste hulp bij antibiotica

Fleur Kortekaas, werkzaam op de afdeling Scientific Services, gaf als laatste spreker een kijkje in de

keuken van Orthica. Ze liet bijvoorbeeld zien waarom er zoveel energie wordt gestoken in het vinden van de juiste probiotica; zodat stammen het agressieve milieu van maag en galsappen overleven. Maar ook waarom het belangrijk is dat een gebruiker de gebruiksaanwijzing correct volgt. Dat kan de overleving van de bacteriën van een probioticum 200 keer vergroten!

Ze stipte ook nog de campagne Eerste Hulp bij Antibiotica aan. Dat is een praktijkonderzoek onder apotheken. Een deelnemende apotheek selecteert vijftien patiënten die een breedspectrum antibiotica gebruiken.

Orthica stelt ze probiotica ter beschikking en vraagt de gebruikers na afloop naar hun ervaringen. De deelnemende apotheken krijgen de uitkomsten en kunnen daar hun advies op afstemmen. Traditiegetrouw werd de bijeenkomst afgesloten met een dialoog tussen de sprekers en de deelnemers. Een half uur was weer veel te kort.