

Actua

Voedings- supplementen: advies van de apotheker voorop!

Mededeling van **B A C H I**



In een recente mededeling wierp de Hoge Gezondheidsraad (HGR) een blik op de voedingssupplementen en benadrukte ze dat het toegestane gehalte aan nutriënten van deze supplementen in een aantal gevallen “*ver boven de voedingsbehoeften*” ligt. Volgens de HGR is er ook een probleem van “*een ongebreideld gebruik dat wordt aangespoord door reclame waar weinig toezicht op is, en van een volledig vrije toegang tot de markt*”, met gevaar voor de gezondheid van de consumenten.

Het is jammer dat de HGR in haar mededeling de rol van de apotheker vergeet te vermelden, de apotheker die instaat voor de aflevering van de voedingssupplementen. In België is de markt van de voedingssupplementen alleen goed ontwikkeld in de apotheek, de uitgelezen plek om advies te krijgen. 85% van de voedingssupplementen wordt immers verkocht in de apotheek; de internetverkoop en de verdeling in supermarkten zijn beduidend minder belangrijke distributiekanaalen. De apotheker is dus een essentiële spelfiguur voor het goede gebruik van het product en voor correcte informatie in verband met therapietrouw en farmacovigilantie.

Advies van de Hoge Gezondheidsraad

Voedingssupplementen zijn bedoeld om het voedingspatroon aan te vullen als dit niet voldoende nutriënten aanbrengt

die nodig zijn voor een goede gezondheid. De wettekst legt maximale grenzen van nutriënten vast op basis van het gebrek aan toxiciteit, overeenkomstig de wensen van de Europese bepalingen. Maar volgens de HGR houden deze geen rekening met de werkelijke en specifieke behoeften van de Belgische bevolking; ze wil dat de dosering wordt aangepast aan haar eigen aanbevelingen. De HGR vindt dat de doses van de voedingssupplementen op de Belgische markt regelmatig te hoog zijn ten opzichte van de werkelijke behoeften van de consumenten. Overgedoseerde producten hebben geen enkele toegevoegde waarde, aldus de HGR. De Hoge Gezondheidsraad haalt als voorbeeld ijzer aan (dat zelden nuttig is in een medicamenteuze dosis), jodium (minder noodzakelijk dan vroeger), vitamine C (een kostbaar middel dat niet mag worden verspild) of ook nog chroom, waarvan de biologische rol in twijfel wordt getrokken.

Europees reglementair kader

Voedingssupplementen hadden lang te lijden onder het ontbreken van een reglementair kader, met vaagheid over de samenstelling en de kwaliteit van de producten als gevolg, maar ze herwinnen stilaan het vertrouwen van de consumenten, dankzij aanhoudende inspanningen om hun statuut te verduidelijken: sinds 2002 definieert de kaderrichtlijn (2002/46/EG) voedingssupplementen als *"als aanvulling op de normale voeding bedoelde voedingsmiddelen die een geconcentreerde bron van een of meer nutriënten of andere stoffen met een nutritioneel of fysiologisch effect vormen en in voorgedoseerde vorm op de markt worden gebracht (...) bedoeld voor inname in afgemeten kleine eenheidshoeveelheden"*. Na aanpassing aan de Belgische wetgeving gaf deze richtlijn aanleiding tot het decreet waardoor de producten onderworpen zijn aan een bestek, onder andere een verplichte verklaring van het op de markt brengen, specifieke etikettering, een positieve lijst van planten en andere stoffen die mogen worden gebruikt in voedingssupplementen. De wettekst legt maximale grenzen van nutriënten vast op basis van afwezigheid van toxiciteit, overeenkomstig de wensen van de Europese bepalingen. Bovendien heeft de *European Food Safety Authority* (EFSA) het wetenschappelijke belang van vitamines en mineralen erkend door meer dan 160 gezondheidsclaims te aanvaarden.

In combinatie met een evenwichtige voeding zijn voedingssupplementen nuttig op elk preventieniveau, maar het advies van de apotheker blijft de belangrijkste informatiebron voor een rationeel gebruik en om uitwassen te vermijden.

Wetenschappelijke voorzichtigheid vereist

Conform de reglementering mag van voedingssupplementen niet worden beweerd dat ze ziektes kunnen voorkomen of genezen. Maar doordat ze onder meer de risicofactoren van ziektes verkleinen en inwerken op het algemene welzijn, dragen ze bij tot het levenslange behoud van een goede gezondheid. Ze passen binnen een trend van rationalisatie van het geneesmiddelengebruik en het besef dat het mogelijk is om aan mensen die een bepaald probleem hebben een aangepast antwoord op maat te bieden. De wetenschappelijke basis van het gebruik ervan steunt op onderzoek van diverse nationale en internationale teams. Aan de hand van dit onderzoek zijn experts en wetenschappelijke verenigingen tot een consensus gekomen, waarop de gezondheidsautoriteiten die bepaalde supplementen in een goed bestudeerde dosering aanbevelen, zich hebben gebaseerd. Als voorbeeld citeren we de suppletie met vitamine B9 (foliumzuur) bij zwangere vrouwen ter preventie van neuraalbuisdefecten, het nut van suppletie met vitamine D en calcium bij ouderen om osteoporose te voorkomen, en omega 3-vetzuren die sommige internationale wetenschappelijke verenigingen voor cardiologie aanbevelen in bepaalde indicaties. Het advies van de apotheker is hierbij ronduit cruciaal. De consumenten willen worden gerustgesteld over de formules,

Reactie van de farmaceutische industrie

Bachi, de Belgische koepelorganisatie van de industrie van voorschrijfvrije geneesmiddelen en gezondheidsproducten verkocht in de apotheek, was verbaasd over de teneur van de recentste persmededeling van de Hoge Gezondheidsraad (HGR), legt Marc Gryssels uit, beheerder van Bachi. Onze overheid heeft immers het KB aangepast om, na onderzoek van de veiligheid van de betrokken producten, aan te sluiten bij de Europese normen. Diezelfde normen worden dus toegepast door onze bureaus en worden ook gebruikt om de door de EFSA goedgekeurde gezondheidsclaims te bekrachtigen. Onze Belgische overheid baseert zich vervolgens op deze claims om na te gaan of de farmaceutische bedrijven ze respecteren in hun communicatie. We herinneren eraan dat de Inspectie ook analyses uitvoert op de markt om te controleren of de normen correct worden nageleefd. Bijgevolg mag de bovengemelde kritiek van de HGR niet gericht zijn tegen de farmaceutische industrie, die gewoon het reglementaire kader respecteert. We moeten echter logisch blijven, want als Europa tot een harmonisatie komt voor een dosering die wordt beschouwd als efficiënt en niet overgedoseerd, en als de gezondheidsclaims voor deze doseringen zijn goedgekeurd, is het dan voor België niet mogelijk om zich daarnaar te richten?

In dit tijdperk van internet en vrij verkeer van gezondheidsproducten lijkt het onvoorstelbaar dat een product dat Europa heeft aanvaard, wordt verboden in België! Als er gevaar voor de volksgezondheid is, moet heel Europa in dat geval die dosering verbieden.

Uiteraard zou het ideaal zijn, mochten de voedingssupplementen aangepast zijn aan de werkelijke behoeften van elke patiënt naargelang zijn leeftijd, voedingspatroon en gezondheidstoestand. Maar het is niet haalbaar om de gezondheidstoestand te evalueren bij elke aankoop. Daarom speelt de apotheker, als eerstelijns gezondheidspartner, een sleutelrol bij de aflevering van het juiste voedingssupplement met de juiste dosering.

maar willen ook uitleg krijgen over de samenstelling en de effecten van wat ze maandenlang dagelijks zullen innemen. Er is dus duidelijk behoefte aan informatie.

In de toekomst zullen ongetwijfeld ook andere drijfveren dan het advies van de apotheker een grote rol gaan spelen: placebogecontroleerde studies waarin formules worden voorgesteld, de focus op opleiding van apotheekteams... Maar ook voorschrijfmodellen die worden gevolgd door bepaalde fabrikanten die via artsenbezoekers hun producten promoten bij specialisten. ■