

CORONA ONDER DE LOEP (39)

Onze weerstand en de strijd tegen Covid-19

We hebben in verschillende afleveringen kunnen lezen hoe ons afweersysteem reageert op een invasie van pathogene bacteriën of virussen, in het bijzonder op SARS-CoV-2.

Na de uitbraak van de pandemie werd ons al snel op radio en tv verteld dat mensen met een verzwakt immuunsysteem gemakkelijker met dit virus geïnfecteerd raken en eerder in het ziekenhuis terechtkomen dan mensen met een goed functionerende afweer.

Het gaat hier dus om de situatie waarin de ademhalingswegen voor de eerste keer met het virus worden besmet. En inderdaad, een intact immuunsysteem geeft een reële mogelijkheid ons op natuurlijke wijze – en vaak met succes - te verdedigen tegen infecties.

Mensen die om welke reden dan ook medicatie gebruiken die de afweer verlaagt (bijv. vanwege een auto-immuunziekte of na een orgaantransplantatie) hebben een verhoogde kans om ná besmetting een ernstige vorm van longontsteking op te lopen.

We moeten echter uitdrukkelijk vaststellen dat niet alleen de mate van afweer, maar ook een hoge leeftijd (een 'broze gezondheid'), begeleidende ziekten (hart- en vaatziekten, longziekten, diabetes) én overgewicht (obesitas) mensen kwetsbaarder maken voor Covid-19. De kans op een kwaadaardig verloop van de infectieziekte is onder die omstandigheden significant vergroot.

Maar blijven mensen met een goed werkend immunologisch systeem dan gevrijwaard van deze infectie?

Al maanden geleden werd duidelijk dat een intact immuunsysteem geen absolute garantie biedt voor bescherming tegen Covid-19. Hoeveel relatief jonge en zelfs sportieve mensen hebben al niet tijdens de coronacrisis een ernstige vorm van de ziekte doorgemaakt? Hoeveel van hen lijden momenteel aan *LongCovid* of hebben zelfs de infectieziekte niet overleefd?

'Afweer' werd niettemin het toverwoord. Om een infectie vóór te zijn zag men al spoedig in toenemende mate volwassenen in alle leeftijdsklassen allerlei (extra) capriolen uithalen om de eigen weerstand op te peppen, terwijl daar waarschijnlijk heel vaak niets mis mee was! De trainingspakken, wandelschoenen en fietsen konden niet worden aangesleept! Overal hoorde je goedbedoelde adviezen. Gewichtige taal over voeding, beweging en sport joeg de bevolking op om het immuunsysteem naar een (nog) hoger niveau te stuwen.

Ook de handelsgeest werd erdoor geprikkeld. Bedrijfjes in gezondheidsproducten grepen de pandemie aan om artikelen te etaleren waarvan simpelweg gezegd werd dat ze zouden helpen of ondersteunend zouden werken. De reclamejongens legden de nadruk op de noodzaak te streven naar verbetering van eigen weerstand. Hun pillen, capsules, tabletten en druppels zouden daar een significante bijdrage aan kunnen leveren. Er verschenen advertenties waarin, anders dan in 1918, ons immuunsysteem het speerpunt vormde. De aanprijzingen kwamen tijdens reclameblokken (STER, radio) de huiskamer binnen en werden ons op de websites van de producenten getoond. Over welke producten hebben we het hier eigenlijk? En hoe zinvol zijn ze?

Kruidengeneesmiddelen.

Wat zijn dat?

Kruidengeneesmiddelen onderscheiden zich van 'gewone' geneesmiddelen.

Zó worden ze, overeenkomstig de geneesmiddelenwet, door het College ter Beoordeling van Geneesmiddelen (CBG) gedefinieerd:

“Kruidengeneesmiddelen, ook wel fytotherapeutica genoemd, zijn geneesmiddelen die als actieve bestanddelen *uitsluitend* planten, delen van planten of plantenmaterialen of

combinaties daarvan bevatten, in ruwe of bewerkte staat. Dat wil zeggen dat ze alleen verhandeld mogen worden na registratie door het CBG”.

De wettelijke toetsingscriteria die het CBG hierbij hanteert zijn: 1. kwaliteit, 2. werkzaamheid en 3. veiligheid.

Een suggestie.

Ik doe je een voorstel. In oude kruidenboeken staat vermeld dat gember bij reisziekte zou helpen. Waarom zouden we dan dit plantaardige product niet als kruidengeneesmiddel in de handel brengen om er wat geld aan te verdienen? Er zijn immers veel mensen die tegen ‘al die chemische middelen’ zijn en die daarom hun toevlucht zoeken in natuurlijke, plantaardige producten.

We vermalen daartoe de gedroogde wortelstok van de *Zingiberis officinalis* tot poeder en stoppen volgens de regelen der kunst (*lege artis*) een halve gram van het droge gemberpoeder in capsules.¹ Het moet niet moeilijk zijn de Nederlandse autoriteit (het CBG) te overtuigen van het feit dat de kwaliteit en veiligheid van dit product gewaarborgd zijn. Alleen moet de werkzaamheid nog volgens de wettelijk gestelde eisen worden aangetoond. Dit betekent dus dat wij nog een placebo-gecontroleerd, dubbelblind, klinisch onderzoek moeten uitvoeren.

Hierbij stellen we ons voor dat we bootjes vol vrijwilligers op de woelige baren van de *Golf van Biskaje* heen en weer laten slingeren en dat we bij de inzittenden de mate van misselijkheid en braken nauwkeurig meten. Eén groep reizigers krijgt - zonder de identiteit te kennen - de gembercapsules en een andere groep slikt een qua uiterlijk en smaak niet te onderscheiden placebopreparaat.



Goed idee? Goed over nagedacht?

Laten we er bij nader inzien toch maar van afzien. Je zult begrijpen dat aan dit soort kostbaar klinisch onderzoek door weldenkende lieden geen euro zou worden besteed. Het is achteraf bekeken eigenlijk een volkomen onzinnig voorstel. Veel te kostbaar voor wat het ons eventueel zou kunnen opleveren.

Er zijn dan ook, naar mijn weten, geen kruidengeneesmiddelen (in de zin der wet) in Nederland als ‘ware’ geneesmiddelen geregistreerd.²

Een uitweg.

Het gegeven dat de aloude, vertrouwde medicijnen op basis van kruiderijen aan de eis ‘aangetoonde werkzaamheid’ zouden moeten voldoen, vonden degenen die er in Europa rond de eeuwwisseling over moesten beslissen, kennelijk wat te ver gaan. Men vond dat men dit niet van de ene op de andere dag kon eisen van huismiddeltjes waaraan zó veel mensen al jaren verknocht waren.

Het vereiste klinisch onderzoek was voor deze preparaten voorspelbaar onhaalbaar en onrealistisch. Maar de coulance om de eis te laten vallen, zou in de praktijk wél betekenen dat deze kruidenproducten volgens de definitie de naam ‘kruidengeneesmiddelen’ niet mochten dragen! Je zou je, eerlijk gezegd, kunnen afvragen of dat zo rampzalig zou zijn. De betrokken bedrijfjes zouden ze toch voortaan best onder de aanduiding ‘kruidenmiddelen’ kunnen verhandelen? Wat is daar op

¹ *Zingiberis officinalis* (gemberplant) levert dus de wortelstok (rhizoom) die we vaak bij de groenteboer in een bak zien uitgesteld en desgewenst in onze keuken tot pulp raspen om in gerechten te verwerken.

² Wie voorbeelden kent mag ze mij mailen.

tegen? Maar nee. Degenen die hierover besloten waren destijds een andere mening toegedaan. De oplossing leek veel op een soort 'ei van Columbus'. Maar het werd wel een rottend ei....³
De tekst die het CBG hierover opstelde gaat namelijk zó verder :

“Voor de werkzaamheid wordt evenwel een uitzondering gemaakt voor kruidengeneesmiddelen met een lange traditie in de Europese Unie: de zogenaamde **traditionele kruidengeneesmiddelen**. Bij *deze* producten wordt de werkzaamheid **niet** klinisch getoetst, maar gebaseerd op langdurig gebruik en ervaring. Traditioneel gebruik moet worden onderbouwd met behulp van bibliografische gegevens of gegevens van deskundigen”.

Er volgen tal van voorbeelden met behulp waarvan een producent aannemelijk moet maken dat er sprake is van 'traditioneel' gebruik, bijvoorbeeld aan de hand van marktgegevens, brochures, handboeken, apothekersbladen, etc.
Bij de onderbouwing dient bovendien te worden aangetoond dat het product of een overeenkomstig product al tenminste 30 jaar in de medische praktijk is gebruikt. Voorts moet er een verband bestaan tussen de gebruiksduur en de geclaimde toepassing.
De beoordeling van een aanvraagdossier, dat door de fabrikant is opgesteld, gebeurt door het CBG.

De wettelijke basis voor registratie vinden we terug in Richtlijn 2001/83/EG die op 1 november 2005 in alle lidstaten van de Europese Unie in werking trad. Hierdoor kunnen *traditionele kruidengeneesmiddelen* via een vereenvoudigde procedure als geneesmiddel worden toegelaten. Voorwaarde voor registratie is, zoals eerder gezegd, dat het kruidengeneesmiddel ten minste 30 jaar voor de datum van de aanvraag in de medische praktijk is gebruikt, waaronder ten minste 15 jaar in de Europese Unie.

!! Verder mag het product uitsluitend met een indicatie voor gebruik bij aandoeningen waarvoor geen arts nodig is om de diagnose te stellen, de behandeling voor te schrijven of te controleren. Dit betekent dat het gaat om ongerief waarvoor de consument ook zonder recept medicijnen bij de apotheek of drogist terecht kan, zoals dit geldt voor de zogenaamde OTC-artikelen.⁴

In de bijsluiter en op het etiket moet de volgende waarschuwing worden vermeld: "Raadpleeg uw arts indien de symptomen tijdens het gebruik van dit geneesmiddel aanhouden of als zich niet in de bijsluiter vermelde negatieve bijwerkingen voordoen".
Merk op dat er in de vorige zin met zoveel woorden 'dit geneesmiddel' staat.



Mochten we - door deze aanvullende informatie wijzer geworden - thans besluiten onze gembercapsules als '*traditioneel* kruidengeneesmiddel' ter goedkeuring toch aan te bieden, dan behoeven we, om toelating te verkrijgen, in ieder geval niet mensen in vaartuigjes de Atlantische Oceaan op te sturen! Als we in voldoende mate in oude kruidenboeken en apothekersbladen de aanduiding 'gebruikt bij reisziekten' tegenkomen, maken

we grote kans dat registratie gaat lukken! Dan kunnen we na goedkeuring ons product als een '*traditioneel kruidengeneesmiddel*' aanprijzen (let op de cursivering).⁵

³ Opvatting van de schrijver.....

⁴ OTC = over the counter (over de toonbank)

⁵ Het middel *Suprimal* (bevat een enkelvoudige chemische stof, is dus géén traditioneel kruidengeneesmiddel) tegen wagenziekte, zeeziekte en luchtziekte is zonder recept bij drogist en apotheek verkrijgbaar.

En dát is nu juist zo teleurstellend en onbegrijpelijk! Men heeft 25 jaar geleden in ons land besloten dat deze producten de kwalificatie 'geneesmiddel' in hun benaming mochten hebben, terwijl het - in de zin der wet - helemaal geen geneesmiddelen zijn! De consument dient dus vóór aankoop te weten dat het bijvoeglijk naamwoord 'traditioneel' impliceert dat het géén product is waarvan op grond van klinische studies aannemelijk is gemaakt dat het effectief is bij het ongerief waarvoor het wordt aangeprezen. De gekozen terminologie moeten we daarom **nadrukkelijk afkeuren!**
De woordkeuze misleidt!

Stel je eens voor! De jeneverstokerij *Noordam* produceert als concurrent van de bekende Beerenburger een kruidenjenever die volledig voldoet aan de wettelijke eisen die aan de kwalificatie 'jenever' gesteld worden. Zo moet de drank onder meer ten minste 35% ethanol (alcohol) bevatten. Het drankje kreeg indertijd een handelsvergunning, waarmee de firma toestemming kreeg om het ter verkoop aan te bieden.

Enige tijd later kwamen de jeneverstokers van *Noordam* op het idee om - naar analogie van de traditionele kruidengeneesmiddelen - naast dit product nóg een alcoholische drank in de handel te brengen en wel onder de naam 'traditionele kruidenjenever'. Maar bij de bereiding van deze drank (met aloude kruiden) werd het alcoholpercentage op 15% gebracht! Nog afgezien van het feit dat de kenner dit al bij de eerste slok zou opmerken, zal de Warenwet het de firma *Noordam* verbieden dit kruidendrankje onder déze naam op de markt te brengen. Immers, met de aanduiding 'jenever' (wat het dus niet is) zou de fabrikant de Nederlandse consument ernstig om de tuin leiden!
Bravo, inspecteurs der Warenwet, zo dient er te worden gehandeld! De directie van het betrokken bedrijf zou bij een eventuele verhandeling een behoorlijke kans maken om in het tv-programma "Opgelicht" te worden uitgenodigd. Zo niet de fabrikanten van traditionele **geneesmiddelen**. Zij worden door wettelijke bepalingen gedekt en begaan geen overtreding.

Ter illustratie pik ik uit de categorie 'traditionele geneesmiddelen' er twee uit die in ons land worden verhandeld. Toegegeven, één van deze twee middelen heeft niets van doen met virussen. Ik grijp deze voorbeelden aan om het wonderlijke overheidsbeleid in deze te schetsen.



De zonnehoed

1. Echinaforce®

Dit is een traditioneel kruidengeneesmiddel op basis van *Echinacea purpurea* (Ned.: zonnehoed). Dit in ons land populaire artikel krijgt van de fabrikant op internet deze tekst mee:

"Laat u niet verrassen door de GRIEP. Met A. Vogel Echinaforce blokkeert u virussen, vermindert u de symptomen als u toch de griep hebt gekregen en versnelt u het herstel tijdens en na de griepperiode. De gediplomeerde medewerkers van "TERVO Gezondheidswinkels" kunnen u er desgewenst meer over vertellen".

Zonder al te flauw te willen doen, zouden we de gediplomeerde medewerker van TERVO toch de vraag willen stellen volgens welk werkingsmechanisme de zonnehoed virussen blokkeert en hoe het dan onze onvoldoende (?) weerstand oppept. Wordt het een mond vol tanden of een 'bla-bla-bla'-verhaal?

Bovendien lijkt ons 'griep' (influenza) een serieuze diagnose (eist tijdens epidemieën veel doden). Volgens de regels (zie halverwege bladzijde 3) hoort zo'n diagnose dus niet thuis in de reclameteksten en bijsluiters van traditionele kruidenmiddelen.

2. Urocystil

Dit middel wordt door de fabrikant aangeraden om de symptomen van milde urineweginfecties te verlichten.

Dit staat in de productbeschrijving:

“Urocystil is een traditioneel kruidengeneesmiddel op basis van *berendruif*, voor de behandeling van blaasontstekingen bij volwassen vrouwen. Het is een *geneesmiddel* (!) dat helpt om de symptomen van milde urineweginfecties te verlichten. De werkzame stof is het droge extract van de berendruif. Iedere tablet bevat 400 mg droog extract van *Arctostaphylos uva-ursi folium*, berendruifblad (3,5-5,5:1), overeenkomend met 64-96 mg arbutine.⁶



Het gaat hier dus om een droog extract dat bereid is uit de bladeren van de berendruif (= *Uvae ursi folium*). Het preparaat werd in 1958 in een Farmacotherapeutisch Vademecum⁷ nog genoemd als een middel bij blaascatarrah, maar was toen al obsoleet.

Kom nou, vrouwen! Dit slikken we in 2021 toch niet meer! Een belangrijk bezwaar tegen dit artikel is dat het geschikt wordt geacht 'voor de behandeling van blaasontstekingen'! Het woord 'urineinfecties' is prominent op het doosje komen te staan!

Maar blaasontsteking (cystitis) is een diagnose die door de (huis)arts wordt vastgesteld en vrijwel altijd met (antibacteriële) **geneesmiddelen** wordt behandeld! En verwaarloosde blaasontsteking kan aanleiding zijn voor het optreden van gecompliceerde urineweginfecties! Ontbreekt dan hier elk overheidstoezicht op de bijsluiters- en reclameteksten?

En wat zou het resultaat zijn als we volgens de huidige standaard klinisch onderzoek laten verrichten naar de effectiviteit van berendruif bij cystitis? Kom op! Doe eens een gokje!

Ik zal in de volgende aflevering nog even terugkomen op het gebruik van kruiden in de zelfmedicatie, want er is nog een aspect, waarvan ik vind dat de consument van kruidenmiddeltjes weet moet hebben. De boodschap tot nu toe is: 'Laat je geen knollen voor citroenen verkopen'.

In aflevering 40 zal het gaan over *voedingssupplementen* waarvan tijdens de pandemie de omzet zienderogen steeg. Daarna volgen de *ware* geneesmiddelen die ter behandeling van Covid-19 veelal op goed geluk werden ingezet, maar die het helaas grotendeels lieten afweten.....

Arijan Porsius
28-06-2021

⁶ Het extract is 3½ tot 5½ keer geconcentreerder dan de bladeren; het werkzame bestanddeel is de chemische stof arbutine, dat na inname wordt omgezet in de chemische stof hydrochinon, wat volgens de oude boeken het therapeutische effect zou moeten hebben (overigens is dat buitengewoon twijfelachtig)

⁷ de uitgave van 1958 (in het eerste jaar van mijn studie) onder redactie van twee Nederlandse hoogleraren.