

‘Parkinson’ door levenslang melk drinken onwaarschijnlijk

Professor Bas Bloem van Radboud Universiteit Nijmegen suggereert in een presentatie van de Universiteit van Nederland dat langdurig gebruik van melk het risico op de ziekte van Parkinson vergroot. STAF checkte de beschikbare literatuur en concludeerde dat niet melk, maar waarschijnlijk een purinearm dieet de kans op de ziekte van Parkinson vergroot. STAF legde de bevindingen voor aan Bloem.

De ziekte van Parkinson is een snel toenemende ouderdomsziekte. Genetische aanleg en omgevingsfactoren spelen een rol in het ontstaan en de ontwikkeling van de ziekte. Het is logisch dat ook de rol van voeding wordt onderzocht.

VOEDINGSPATRONEN

De effecten van voeding op het ontstaan van Parkinson zijn pas op langere termijn zichtbaar. Experimenteel onderzoek bij mensen is niet mogelijk. Onderzoekers zijn namelijk afhankelijk van indirecte bewijzen uit epidemiologisch onderzoek. Onderzoekers maken voor dergelijke studies gebruik van langjarige enquêtes. Er zijn grote op enquêtes gebaseerde datasets waarin mensen is gevraagd naar de samenstelling van hun voeding. Eens per twee tot vier jaar werden de vragen opnieuw aan dezelfde mensen gesteld. Na verloop van tijd worden de voedingspatronen uit het verleden gebruikt om verschillen in de frequentie van een ziekte te verklaren.

STUDIES NIET EENDUIDIG

Enkele Amerikaanse studies vonden een verhoogde kans op de ziekte van Parkinson bij een grote consumptie van

magere melkproducten. In die studies gold dit voor mannen en niet voor vrouwen. Dit is niet altijd het geval, in een andere studie hadden mannen én vrouwen beiden een verhoogd risico. De auteurs van een overzichtsartikel over de relatie tussen voeding en Parkinson (Frontiers of Aging Neuroscience) stelden dat de onderzoeken niet eenduidig zijn en de communicatie daarover terughoudend moet zijn.

PESTICIDEN IN MELK GEEN ISSUE

Post mortem onderzoek (lijkschouwing) toonde aan dat personen met de ziekte van Parkinson meer van de pesticiden dieldrin en polychloorbiphenyl in hun hersenen hadden dan de controlegroep. Het gebruik van deze stoffen is al lang verboden, maar ze zijn zeer persistent. Deze bevinding is in tegenspraak met de relatie met magere melkproducten. De genoemde pesticiden zijn namelijk in vet oplosbaar. Het is dan logischer als er een verband zou zijn met kaas, boter en room. Maar dat is er juist niet.

De Europese Voedsel en Warenautoriteit (EFSA) rapporteert ieder jaar over pesticiden in voedingsmiddelen. In de rapportage van 2019 werden in geen van de 3.525 melkmonsters de maximale residu-niveaus voor pesticiden (MRL) overschreden. In 42 monsters werden sporen aan- ►

Meer theorieën over ontstaan ziekte van Parkinson

De ziekte van Parkinson ontstaat doordat de neuronen in de zwarte kern van de hersenen zijn aangetast. Daardoor maken die minder dopamine aan. Deze stof zorgt voor de overdracht van signalen van de ene zenuw naar de andere. Dopaminegebrek veroorzaakt de typische verschijnselen van de ziekte. Er zijn twee gangbare

theorieën over de relatie voeding en Parkinson. De ene is dat gewasbeschermingsmiddelen in voedsel de neuronen beschadigen. De andere is: te lage gehalten aan urinezuur in het bloedserum. Urinezuur is een antioxidant. Een te laag gehalte geeft minder bescherming tegen beschadiging van de neuronen.

getoond. Vergelijkbare resultaten waren eerder gerapporteerd. De voedingsmiddelen met pesticiden waren in de meeste gevallen geïmporteerd uit landen buiten de EU.

De goede kwaliteit van melk maakt dat de inname van pesticiden door consumptie van zuivelproducten verwaarloosbaar is. Langs deze weg bestaat geen extra risico op het ontwikkelen van de ziekte van Parkinson. De eerder genoemde studies waarin die relatie werd gelegd, zijn gebaseerd op Amerikaanse voedingspatronen van 40 tot 50 jaar geleden. Het valt niet uit te sluiten dat destijds pesticiden wel bijdroegen aan het verhoogde risico.

GEBREK AAN PURINEN IN VOEDING MOGELIJKE OORZAAK

Vershillende onderzoeksgroepen hebben aangetoond dat te weinig urinezuur in het bloedserum (hypouricemia) correleerde met een verhoogd risico op Parkinson. Deze antioxidant wordt in het lichaam gevormd uit purine. Die purine is afkomstig uit lichaamscellen en uit voeding. Een te hoog gehalte urinezuur veroorzaakt jicht, een te laag gehalte wordt geassocieerd met verschillende ziekten, waaronder de ziekte van Parkinson.

Melk bevat weinig purine. Wanneer magere melkproducten de belangrijkste eiwitbron in het dieet is, is de kans groot dat de purine-opname te laag is. Aanvulling met purinerijke voedingsmiddelen als rund- en kippenvlees, champignons en haring is dan gewenst. Bij vegetariërs is hypouricemia een vaak voorkomend verschijnsel omdat veel vegetarische maaltijden weinig purine bevatten.

Een mogelijke reden dat in Amerika een relatie met melk wordt gevonden, kan de systematische verrijking van melk met calcium zijn. Een van de behandelmethoden bij een te lage urinezuurgehalte, is het geven van extra zink. Hoge calciumniveaus in de voeding remmen de vertering van zink, waardoor de zinkstatus bij een hoge melkconsumptie onder druk staat.

CONCLUSIES

De uitspraak van Bas Bloem dat langdurige melkconsumptie leidt tot een verhoogde kans op de ziekte van Parkinson behoeft nuancering. De onderzoeken waarop die uitspraak gebaseerd is, leveren alleen indirect bewijs. De suggestie dat bestrijdingsmiddelen in melk een rol spelen kan valide zijn voor Amerikaanse consumptiepatronen in de 70-er jaren. Europese melk bevat geen pesticiden en kan vanuit dat oogpunt rustig geconsumeerd worden.

Meer plausibel is dat een te lage opname van purine een rol speelt. Purine is belangrijk voor de productie van urinezuur. Te lage niveaus zijn een indicatie voor een grotere kans op het krijgen van verschillende ziekten, zoals de ziekte van Parkinson. Melk en vooral magere melkproducten bevatten weinig purine. Wanneer magere melkproducten een belangrijk onderdeel zijn van het dagelijkse voedingspatroon (> 0,5 liter/dag), is het van belang dat ook regelmatig purinerijke producten als vlees, haring of champignons worden gegeten. ■



Verhoogde kans op ziekte van Parkinson door levenslang gebruik melkproducten

Professor Bas Bloem suggereert dat levenslang melk drinken, leidt tot een verhoogd risico op de ziekte van Parkinson.

Reactie professor Bas Bloem op bevindingen STAF

STAF neemt contact op met professor Bas Bloem, om de bevindingen met hem te bespreken. Bloem weigert in te gaan op de vragen van STAF, want "hij is druk met het schrijven van een boek". Als STAF blijft aandringen, meldt zijn woordvoerder dat de precieze aard van het verband tussen melk en Parkinson meer onderzoek vraagt. Amerikaans onderzoek legt een relatie met vervuiling van melkproducten met een specifiek bestrijdingsmiddel uit de landbouw. Het is echter niet duidelijk of dit ook geldt voor andere landen, dit is nooit onderzocht. Ook een verband met purine, zoals STAF stelt, is mogelijk. Bloem laat weten zeer open te staan voor het beantwoorden van vragen van STAF op een later moment dit jaar.