

# VIFIT-EFFECT BEWEZEN; DIËTISTEN GAAN EIGEN EFFECTIVITEIT AANTONEN

Formele erkenning voor de werking van Vifit is voor het Campina Institute aanleiding om diëtisten te stimuleren de effectiviteit van de eigen behandeling in kaart te brengen, als eerste stap in de richting van onderzoek naar best practice.

---

*N. van Winden is diëtist en dr. P. Zuurendonk is Senior Scientist Functional Ingredients. Beiden zijn werkzaam voor het Campina Institute.*

---

“

We hebben goed nieuws”, begint Nicole van Winden het gesprek. “Vifit heeft de gedragscode Wetenschappelijke onderbouwing Gezondheidseffecten met goed gevolg doorlopen. Het gezondheidseffect dat Vifit de barrièrefunctie van de darm ondersteunt is goed-gekeurd door een panel van onafhankelijke deskundigen. Dit is een formeel wetenschappelijke erkenning en daar zijn we blij mee.” Vifit is al twaalf jaar een bekend merk van yoghurt en drinkyoghurt waaraan de melkzuurbacterie LGG® (*Lactobacillus rhamnosus Gorbach & Goldin*) is toegevoegd.

Uit diverse wetenschappelijke onderzoeken blijkt dat probiotica een positief effect hebben op de gezondheid, maar de claim op de verpakking is pas gerechtvaardigd wanneer er een formeel erkende wetenschappelijke basis voor bestaat. In Nederland geldt sinds 1998 de gedragscode van het Voedingscentrum. Dit is een code waar fabrikanten vrijwillig aan kunnen deelnemen. Onderbouwing van het gezondheidseffect dient gebaseerd te zijn op wetenschappelijke gegevens die betrekking hebben op mensen, die relevant zijn voor normaal gebruik en die voor de beoogde doelgroep gezondheidsvoordeel opleveren.

Peter Zuurendonk: “In de Europese Unie werkt men momenteel aan een wettelijke regeling voor Nutrition and Health Claims. Gezondheidsclaims worden beoordeeld aan de hand van de methode die ontwikkeld is door de

werkgroep PASSCLAIM (Process for the Assessment of Scientific Support for Claims on Food). De meest recente voorstellen van de Europese Commissie volgen in grote lijnen PASSCLAIM door te stellen dat de onderbouwing van claims gebaseerd moet zijn op (gewogen) bewijskracht die vergelijkbaar is met de Nederlandse gedragscode. Toetsing door de European Food Safety Authority (EFSA) wordt straks verplicht.”

## **BARRIÈREFUNCTIE**

Dat Vifit de barrièrefunctie van de darm ondersteunt, is nu dus een officieel erkend gezondheidseffect. De basis voor dit effect wordt gevormd door het probioticum LGG. De darmen vormen een belangrijke barrière tegen schadelijke invloeden van buitenaf, zoals bacteriën, virussen en toxines. Door een evenwichtige darmflora, vernieuwing van epitheelcellen, aanwezigheid van galzuren, een goede peristaltiek en het immuunsysteem kunnen de darmen optimaal functioneren.

Volgens het rapport van het Voedingscentrum zijn er voldoende wetenschappelijke bewijzen voor de werking van LGG bij verschillende darmproblemen:

1. LGG verkort of voorkomt door antibiotica geïnduceerde diarree. De positieve werking van LGG bij het gebruik van antibiotica is in zes studies aangetoond.
2. LGG voorkomt reizigersdiarree. Goed opgezet onderzoek heeft aangetoond dat mensen die LGG nemen, minder last van diarree hebben als zij van een koud of koel klimaat naar warme en tropische landen reizen.
3. LGG verkort de duur van de diarree, veroorzaakt door het rotavirus bij kinderen. Het rotavirus is de meest voorkomende oorzaak van diarree in de westerse wereld. In acht onderzoeken is aangetoond dat LGG al op de tweede dag het herstel versnelde van kinderen die werden opgenomen voor acute diarree.

Het effect van LGG bij de behandeling van acute diarree met verschillende oorzaken is ook vastgesteld in een multicentre-onderzoek onder auspiciën van de ESPGHAN (European Society of Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition).

Om het genoemde gezondheidseffect te bereiken is een portie van  $10^{10}$  bacteriën per dag nodig. Dit komt overeen met 150 ml yoghurt of 200 ml drinkyoghurt, of een klein flesje Vifit Plus. “Voor een optimaal effect is het belangrijk om regelmatig Vifit te gebruiken, want de gezonde bacteriën verdwijnen na enkele dagen met de feces uit de darmen. Dagelijks gebruik is te adviseren, omdat het dan een gewoonte wordt, maar om de dag een portie Vifit gebruiken is ook een voldoende minimale inname”, stelt Peter Zuurendonk.

“Wij krijgen regelmatig positieve reacties van diëtisten en consumenten op het gebruik van Vifit bij klachten als diarree”, zegt Nicole van Winden. “Diëtisten kunnen Vifit adviseren zodra een patiënt antibiotica krijgt voorgeschreven. Dit kan bijvoorbeeld worden vastgelegd in een protocol.”

### KRITISCH BEOORDELEN

Met het doorlopen van de gedragscode heeft Vifit de formele erkenning gekregen dat het product effectief gebruikt kan worden bij darmklachten zoals diarree. “Diëtisten mogen (en moeten) kritisch kijken naar het wetenschappelijk onderzoek waarop deze erkenning is gebaseerd, net zoals zij kritisch hun eigen handelen moeten beoordelen”, meent Nicole van Winden. “Om de professionaliteit en effectiviteit van het handelen aan te tonen kan de diëtist zelf onderzoek doen. “Want”, zo stelt zij, “wie de effecten van de eigen behandeling kent, heeft veel troeven in handen.”

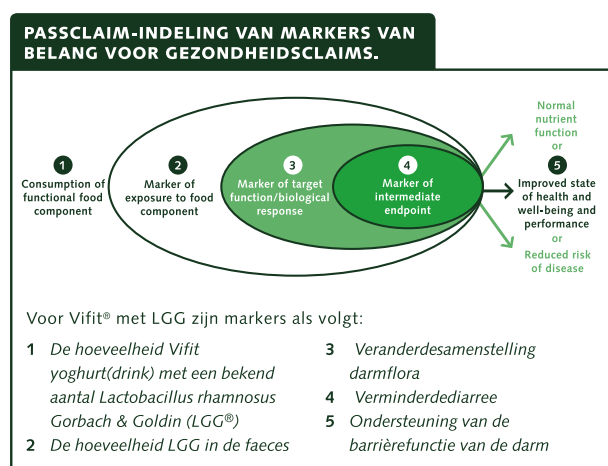
Om het heugelijke feit van het doorlopen van de gedragscode kracht bij te zetten heeft het Campina Institute het

Dit jaar worden er twee werkcolleges aangeboden. Vooraf krijgen de deelnemers huiswerk toegestuurd om zich voor te bereiden. De werkcolleges vinden plaats op maandagmiddag 4 december in Utrecht en op donderdagmiddag 14 december in Arnhem. Wees er snel bij, want vol is vol.

Voor meer informatie en aanmelding kunt u de website [www.campina-institute.nl](http://www.campina-institute.nl) bezoeken.

initiatief genomen om in samenwerking met de Diëtisten Coöperatie Nederland (DCN) werkcolleges te organiseren. Prof.dr. Robert Jan Brummer, bijzonder hoogleraar Medische Voedingsleer en Klinische Diëtetiek, en diëtist Marja Vermeeren, beiden werkzaam in het Academisch Ziekenhuis in Maastricht, zullen aan de hand van casussen van patiënten met maag-darmproblemen diëtisten inwijden in het doen van onderzoek in de eigen praktijk of instelling. Nicole van Winden: “Het werkcollege heeft als doel diëtisten houvast te bieden bij het in kaart brengen van de effectiviteit van hun behandeling. Van diëtisten wordt steeds meer evidence based handelen gevraagd. De diëtist moet de resultaten van het handelen kunnen aantonen om een rol in de gezondheidszorg te blijven spelen. Door evaluatie van het eigen handelen worden de effecten van dieetinterventies zichtbaar gemaakt voor behandelaren, cliënten en zorgverzekeraars. Maag-darmklachten zijn moeilijk in kaart te brengen. Bij best practice is het van belang om het effect duidelijk te maken en kritisch na te gaan waarop je je therapiekeuze baseert. Centraal staat het stellen van een goede onderzoeksvraag, een kritische blik op het eigen handelen en evaluatie van de behandeling.”

Majorie Former



Gezondheidsclaims worden beoordeeld aan de hand van de methode die ontwikkeld is door de werkgroep PASSCLAIM (Process for the Assessment of Scientific Support for Claims on Food).

### LITERATUUR

- Aggett, P.J., et al. Process for the Assessment of Scientific Support for Claims on food. Consensus of criteria. Eur J Nutr 2005; (suppl. 1) 44: I/1-I/30.
- Cummings, J.H., et al. PASSCLAIM – Gut health and immunity. Eur J Nutr 2004 (suppl. 2) 41: II/118-II/173.
- Saxelin, M. Health benefits of lactobacillus GG. Helsinki: Valio, 2003.
- Saxelin, M. Summatim (2nd ed). Helsinki: Valio, 2002.
- Verhagen, H. Wetenschappelijke onderbouwing van gezondheidsclaims op voedingsmiddelen. Voeding Nu 2005; 7/8: 15-17.
- Voedingscentrum. Gedragscode wetenschappelijke onderbouwing gezondheidseffecten ten behoeve van gezondheidsclaims voor eet- en drinkwaren. Rapport Gedragscode Vifit (Campina), 1998. ([www.voedingscentrum.nl](http://www.voedingscentrum.nl))

### INTERNET

[www.campina-institute.nl](http://www.campina-institute.nl)  
[www.voedingscentrum.nl](http://www.voedingscentrum.nl)