

Een alternatief dieet?

Inleiding

Artsen, verpleegkundigen, diëtisten en andere medewerkers van het NKI-AVL krijgen regelmatig vragen van patiënten over het Moerman- of Houtsmullerdieet en soms over macrobiotische diëten. Vragen als: “Kan het kwaad als ik één van deze diëten gebruik naast mijn medische behandeling?” en “Werken ze?”. Deze folder geeft het standpunt van het NKI-AVL hierover weer.

Welke voeding bij kanker?

Voeding voor mensen die kanker hebben (gehad) is een smakelijke voeding die voldoende voedingsstoffen bevat om de conditie en het gewicht op peil te houden. Wanneer u kanker heeft (gehad), is het meestal niet nodig om anders te gaan eten. Patiënten met kanker hebben over het algemeen dezelfde voedingsstoffen nodig als vóór hun ziekte. U kunt dit nog eens nalezen in de folder *Voeding bij kanker* van KWF Kankerbestrijding.

Met vragen over voeding bij kanker kunt u zich wenden tot het Voorlichtingscentrum en de afdeling diëtetiek van het NKI-AVL.
De telefoonnummers vindt u op de achterkant van deze folder.

Alternatieve diëten

Iets anders is het wanneer u het Moerman- of Houtsmullerdieet of een macrobiotisch dieet wilt gebruiken om zelf iets tegen uw ziekte te ondernemen. Daarover heeft het NKI-AVL een uitgesproken mening. Deze mening wordt hierna uiteengezet, zodat u een weloverwogen beslissing kunt nemen of zo'n dieet wèl of niet iets voor u is. Om te begrijpen wat voeding nu wel en niet beïnvloedt, eerst iets over kanker in het algemeen.

Celdeling

Ons lichaam is opgebouwd uit miljarden cellen. Voortdurend worden door celdeling nieuwe cellen gevormd. Dit is noodzakelijk om te kunnen groeien, maar ook om beschadigde en verouderde cellen te kunnen vervangen. Celdeling gebeurt niet zomaar. Dat proces wordt goed geregeld en gecontroleerd. Hierbij spelen de genen een belangrijke rol. De genen bevatten de informatie die wij van onze ouders hebben geërfd. Dit erfelijk materiaal, ook wel aangeduid als DNA, komt in elke lichaamscel voor.

Ontregelde celdeling

Soms gaat het mis met de celdeling en wordt het fijne regelmechanisme in onze cellen verstoord. De kennis hierover is de laatste jaren enorm toegenomen. We weten nu bijvoorbeeld waarom bepaalde stoffen in sigarettenrook leiden tot een beschadiging van het DNA en waarom dat weer tot gevolg kan hebben dat longkanker ontstaat.

Ook verkeerde voeding of andere leefgewoonten kunnen het DNA beschadigen. Zo is het bekend dat een combinatie van veel alcohol drinken én roken kan leiden tot kanker in de mond, keel of slokdarm.

Voeding voorkomt soms dat celdeling ontregelt

Bepaalde voeding bevat bestanddelen die de werking van kankerverwekkende stoffen tegen kunnen gaan. In groenten en fruit zitten bestanddelen (zoals vitamines en mineralen en andere stoffen) die in sommige gevallen kunnen voorkomen dat een aantal kankerverwekkende stoffen het DNA beschadigen. Men kan het echter niet omdraaien. Een cel waarvan het DNA reeds is beschadigd, geneest niet door vitamines of mineralen.

Voeding kan ontregelde celdeling *niet* ongedaan maken

Er is veel onderzoek verricht om te kijken of voeding, eventueel aangevuld met vitamines en mineralen, toch een effect op reeds ontstane kanker zou hebben. Dat zou ons immers een prachtig middel in handen geven om zonder veel bijwerkingen kanker onschadelijk te maken. Helaas is dat niet zo. Er zijn geen betrouwbare onderzoeksgegevens bekend waaruit blijkt dat kanker bestreden kan worden door een speciaal dieet, al dan niet aangevuld met vitamines en mineralen. Van de dieettherapieën van dr. Moerman en dr. Houtsmuller is evenmin ooit aannemelijk gemaakt dat deze een eenmaal ontstaan kankerproces kunnen beïnvloeden. Dit is de reden waarom het NKI-AVL dit soort diëten niet adviseert. Wij beschouwen de dieettherapieën van Moerman en Houtsmuller als *aanvullend* of *alternatief*. Daarmee bedoelen we diëten of behandelingen die zijn gebaseerd op uitgangspunten die niet in overeenstemming zijn met wetenschappelijke gegevens en waarvan de werking niet wetenschappelijk is aangetoond.

Kan een alternatief dieet samengaan met een gewone behandeling?

Iets anders is de vraag of bijvoorbeeld het Moerman- of Houtsmullerdieet kwaad kan, naast een reguliere medische behandeling in verband met kanker. Dat lijkt veelal niet het geval. Deze diëten bevatten in het algemeen voldoende variatie in voedingsstoffen om een gezonde voeding te kunnen samenstellen. In sommige situaties is het echter nodig het alternatieve dieet aan te passen, zoals na een operatie of wanneer er klachten zijn ten gevolge van bestraling of chemotherapie.

U kunt hierover overleggen met uw behandelend arts of met een diëtist.

Extra vitamines en mineralen

Bij alternatieve diëten wordt geregeld het gebruik van extra vitamines en mineralen geadviseerd. Hierbij is de dosering en de soort belangrijk. Een multivitamine preparaat tot 100 procent van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH) is over het algemeen veilig te gebruiken. Een overdosering echter kan wel degelijk schadelijk zijn en mogelijk averechts werken. Ook dit kunt u bespreken met uw specialist of met een diëtist.

Een alternatief dieet volgen in het NKI-AVL, kan dat?

Als u speciale dieetwensen hebt, dan kunt u die bij uw opname natuurlijk altijd kenbaar maken. In het NKI-AVL kunt u in patiëntenrestaurants dagelijks zelf kiezen wat u wilt eten. Speciale voedingsmiddelen kunnen meestal wel worden besteld, in overleg met de voedingsassistent. Extra vitamines en voedingssupplementen worden echter niet door het ziekenhuis verstrekt. Als u deze toch wilt (blijven) gebruiken, overlegt u dan eerst even met uw behandelend arts. Iedere patiënt kan zijn eigen voorkeuren en voedingsgewoonten hebben en daar wil het ziekenhuis als het enigszins kan graag rekening mee houden. Maar dit betekent niet dat het ziekenhuis de gedachtegang achter alternatieve diëten onderschrijft.

Meer informatie

Als u na het lezen van deze folder meer wilt weten over voeding en kanker, kunt u op werkdagen contact opnemen met het Voorlichtingscentrum van het NKI-AVL, telefoon (020) 512 2991.

U kunt ook contact opnemen met het telefonisch spreekuur van de afdeling diëtetiek, op werkdagen van 12:00 tot 13:00 uur. Het telefoon-nummer is (020) 512 1533.

