FOLIOLA

Jaargang 2017, nummer 1

Mededelingenblad van de

Nederlandse Vereniging voor Geneeskruidenonderzoek

GEEF U OP VOOR HET NVF- & NVGO-CONGRES 2017
OP 16 EN 17 JUNI 2017 TE DORDRECHT
GEBRUIK HET AANMELDFORMULIER ACHTERIN DEZE FOLIOLA!

FOLIOLA is het mededelingenblad van de
Nederlandse Vereniging voor Geneeskruidenonderzoek

FOLIOLA verschijnt een of twee maal per jaar: nummer 1 met algemene informatie en nummer 2 eventueel met de samenvattingen van de lezingen gegeven op het jaarlijkse congres.

ISSN 1383-4088
www.geneeskruidenonderzoek.nl | www.nvgo.nl

Bestuur
Drs. S. Garritsen, voorzitter
Dr. ing. E. van den Worm, ondervoorzitter
Dr. A.E. Schulte,1e secretaris
Prof. em. dr. A. Foriers, 2e secretaris
Drs. G.J. Rozendal, penningmeester
Mw. drs. B.H. Kok-Bouma

Ereleden
Drs. W. Langbroek
Dr. J.J.C. Scheffer
Dr. W.G. van der Sluis

Redactie
Prof. em. dr. A. Foriers
Drs. S. Garritsen
Mw. drs. B.H. Kok-Bouma
Drs. G.J. Rozendal

Contributie en donaties
De contributie bedraagt **€ 15,00** per jaar. Voor bedrijven geldt een minimale donatie van **€ 60,00** per jaar. Een donateurschap voor het leven is mogelijk voor **€600,00** éénmalig. Leden en donateurs ontvangen FOLIOLA gratis.

ING Bank, rekeningnummer (IBAN): **NL39 INGB 0000290900** BIC: **INGBNL2A**

Adreswijzigingen
Adreswijzigingen dienen schriftelijk of per e-mail te worden doorgegeven aan de secretaris of penningmeester. Hiervoor kunnen de hieronder vermelde adressen worden gebruikt.

Secretariaat
Mw. Dr. A.E Schulte
Esdoornlaan 2
2651 RA Berkel en Rodenrijs
a.e.schulte@kpnmail.nl

Redactie FOLIOLA / penningmeester
Drs. G.J. Rozendal
Notaris Hellemastrjitte 7
9104 JS Damwâld
gjrzd@planet.nl

KvK te 's Gravenhage nr. 40407991

FOLIOLA

Jaargang 2018, nummer 1

Mededelingenblad van de

Nederlandse Vereniging voor Geneeskruidenonderzoek

Inhoudsopgave 1

NVGO-Congres 2018 2
Routebeschrijving congreslocatie 2
Congresprogramma 2018 3
Uitnodiging en agenda gewone algemene vergadering 2018 5
Notulen gewone algemene vergadering 2017 te Dordrecht 6
Jaarverslag 2017 (concept) 7

Verslag NVGO-congres 2017 door Sophieke Nijhuis-Bouma 9

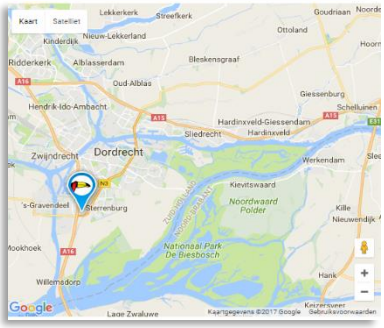
Foto-impressie congres en excursie "De Dordtse Biesbosch"
door Edwin van den Worm 14

OPGAVEFORMULIER NVGO-CONGRES 2018

Congres 2018

Routebeschrijving congreslocatie Kloosterhotel “Willibrordhaeghe”

Vlierdenseweg 109
5753 AC Deurne
info@fletcherkloosterhotel.nl | www.fletcherkloosterhotel.nl



Voor een routebeschrijving en informatie over de bereikbaarheid van het hotel per openbaar vervoer kunt u de website van het hotel raadplegen of telefonisch contact opnemen.

Congresprogramma NVGO-congres 2017: "Behandeling van microbiële en parasitaire infecties met behulp van planten"

16 en 17 juni 2017

Plaats: Van der Valk Hotel Dordrecht te Dordrecht.

Inleiding

Bij de behandeling van microbiële en parasitaire infectieziekten wordt het aantal beschikbare therapieën steeds minder. Dit als gevolg van de wereldwijd toenemende resistentie-problematiek. Onderzoek toont aan, dat plantenstoffen mogelijk uitkomst zouden kunnen bieden en een rol kunnen spelen in de zoektocht naar nieuwe mogelijkheden om infectieziekten adequaat te kunnen blijven behandelen.
Het jaarlijkse congres van de NVGO zal dit keer dan ook in het licht staan van deze ontwikkelingen. Bij het ter perse gaan van deze Foliola is er (vanwege externe agenda's) nog enig voorbehoud omtrent 2 sprekers in het ochtendgedeelte van het symposium-programma op 16 juni, maar het zal een tweetal interessante lezingen betreffen over de uitkomsten van relevant praktijkonderzoek.
Tijdens het congres zullen dit jaar ook drie Van Os prijzen worden uitgereikt aan jonge onderzoekers op het gebied van geneeskrachtige verbindingen in planten. Hun voordrachten sluiten volledig aan bij het congresthema van dit jaar.
Wat betreft de Van Os-prijs, is het dit jaar dertig jaar geleden dat de stimuleringsprijs van onze vereniging werd hernoemd van Hegnauer-prijs naar Van Os prijs. Tijdens het congres staan we dan ook even kort stil bij dit jubileum.

Wandelexcursie over de grienden in Nationaal Park De Bieschbosch

Nationaal Park De Bieschbosch is een uniek natuurgebied. Het is het grootste zoetwater-getijdengebied in Europa en sinds eeuwen gevormd door het evenwicht tussen menselijke activiteit en natuur.

We maken een wandel-excursie onder leiding van een Bieschboschgids over het Griendpad; naast de nodige aandacht voor de flora en fauna van de Bieschbosch maken we kennis met de wereld van de griendwerkers, die gedurende eeuwen dit natuurgebied vorm gegeven hebben.

Aan het eind van de wandeling steken we per pont het Moldiep over en varen terug naar het Bieschboschcentrum.

Programma: 16 juni

09:45-10:20 Ontvangst met koffie

10:20-10:30 Opening en welkom door drs. Sander Garritsen, voorzitter NVGO

10:30-11:10 Dr. Ing. Edwin van den Worm (Universiteit Utrecht)
"Is er een rol voor het gebruik van planten bij de aanpak van antibiotica-resistentie?"

11:10-11:50 Dr. Willem van Wamel (Erasmus UMC)
"Combatting MRSA"

11:50-12:20 Spreker 3
Onderwerp praktijkonderzoek

12:20-12:50 mw. Dr. Nelleke Kreike (InHolland)
"Artemisia biopharming: toepassing van nieuwe technieken voor de productie van planteninhoudstoffen"

12:50-14:00 Lunch

14:00-14:10 Introductie Van Os prijs jubileum en nominaties door drs. Sander Garritsen

14:10-14:35 Nominatie Van Os prijs: Femke Gardien, Bsc (Hogeschool Zeeland/Naturalis)
"Screening for antimicrobial compounds in plants traditionally used to treat *Helicobacter pylori*-induced stomach aches"

14:35-15:15 Nominatie Van Os prijs: Emmy Tuenter, PhD (Universiteit Antwerpen)
"Cyclopeptide alkaloïden: antiplasmoïdale activiteit, biologische beschikbaarheid en metabolisatie"

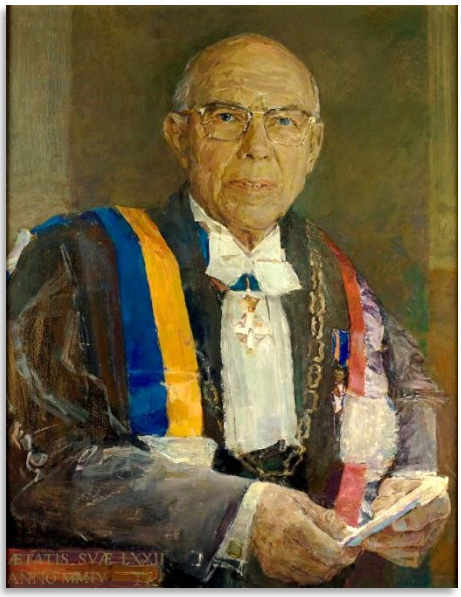
15:15-15:55 Nominatie Van Os prijs: Christel Seegers, PhD (RijksUniversiteit Groningen)
"Podophyllotoxin production"

15:55-16:00 Uitreiking Van Os prijzen

16:00-16:20 Pauze

16:20-17:00 Prof. dr. Sabine van Miert (Universiteit Antwerpen, Van Os prijs 2004)
"De zoektocht naar interessante inhoudsstoffen: van planten naar algen en insecten"

17:00 Afsluiting en borrel



Programma: 17 juni

Na het ontbijt vertrekken we naar het bezoekerscentrum van de Bieschbosch; daar verwacht onze gids ons tegen 9:00 uur. Op het programma staat een ruim 2,5 uur durende "griendpad-wandeling" (inclusief oversteek met een pontje), waarbij volop aandacht is voor de flora en fauna van dit unieke natuurgebied. Aansluitend gebruiken we gezamenlijk een afsluitende koffietafel/lunch in de bistro van het Bieschboschcentrum.

Uitnodiging en agenda gewone algemene vergadering 2017

Geachte ereleden, leden en donateurs,

Het is mij een genoegen u uit te nodigen voor de gewone algemene vergadering, die zal worden gehouden op vrijdag 16 juni 2017, aanvang 9:15 in Van der Valk hotel Dordrecht, Laan van Europa 1600 te Dordrecht (tevens congreslocatie).

Agenda

1. Opening
2. Ingekomen stukken en mededelingen
3. Notulen (concept) van de gewone algemene vergadering gehouden te Wageningen op 10 juni 2016
4. Jaarverslag 2016
5. Financieel overzicht
    a) verslag 2016
    b) verslag kascommissie
    c) begroting 2017
6. Verkiezing/wisseling bestuursleden
7. Congressen
    a) congres 2018
    b) verdere congressen
8. Verloop aanvraag predikaat "koninklijk"
9. Website NVGO
10. W.v.t.t.k./Rondvraag
11. Sluiting

*Toelichting bij agendapunt 6:
Per 1 januari 2018 eindigt de bestuurstermijn van drs. G.J. Rozendal en dr. Ing. E. van den Worm. Beiden zijn herverkiesbaar. Als leden van het dagelijks bestuur van de vereniging zijn beiden herbenoembaar. Het bestuur stelt voor beiden te herbenoemen in hun functie voor een komende zittingsperiode.

Met vriendelijke groet,
namens het bestuur,

drs. S. Garritsen,
voorzitter

Zutphen, 5 april 2017

Notulen van de gewone algemene vergadering, gehouden op vrijdag 10 juni 2016 in hotel "De Wageningsche Bergh" te Wageningen (concept)

1) Opening
Voorzitter Garritsen opent om 9.25 uur de vergadering met een speciaal woord van welkom aan het aanwezige ereleden de heren Wybe Langbroek en Hans Scheffer. De vergadering herdenkt Mevrouw van Nieuwenhuyze-Luijendijk, die tot haar overlijden lid van de NVGO is geweest.

2) Ingekomen stukken en mededelingen
Er is bericht van verhindering ontvangen van de heer Ben Boodt.

3) Notulen van de gewone algemene vergadering van 12 juni 20145 gehouden in Veenhuizen.
Er zijn geen op- of aanmerkingen. De notulen worden goedgekeurd onder dankzegging aan de secretaris.

4) Jaarverslag 2015
Het Jaarverslag 2015 (concept) is opgenomen in Foliola uitgave 2016.
Er zijn geen vragen; het verslag wordt goedgekeurd onder dankzegging aan de 2e secretaris.

5) Financieel overzicht
   a) Verslag 2015 wordt gepresenteerd door penningmeester Gert Jan Rozendal.
   b) Verslagkascommissie: de jaarcijfers 2015 zijn gecontroleerd en akkoord bevonden door Dieke Kok-Bouma. Er werden geen onrechtmatigheden geconstateerd.
   c) Begroting voor het lopende jaar 2016 wordt gepresenteerd; er zijn geen vragen. De begroting wordt akkoord bevonden door de vergadering.

6) Verkiezing/wisseling bestuursleden
Bij acclamatie worden de bestuursleden mevrouw Dr.A.Schulte (1e secretaris) en Prof.Dr.A.Foriers (in de functie van 2e secretaris) voor een komende zittingsperiode herbenoemd. Het jaartal 2013 in de agenda dient gecorrigeerd te worden naar 2016.

7) Congressen
   a) In 2017 vindt er weer een jubileumcongres plaats met uitreiking van "Van Os-prijzen". Er is een overzicht van vorige prijswinnaars in voorbereiding.
   Als plaatsen werden in 2015 genoemd: Dordrecht, Harderwijk, Oost Nederland en Dal van de Reest (grensriviertje tussen Overijssel en Drente).
   De Van Os prijs bestaat in 2017 30 jaar.
   b) Volgende congressen: het bestuur vraagt suggesties.

8) Aanvraag van het predicaat "Koninklijk"
De procedure is na een ambtelijke vergissing in Den Haag opnieuw gestart.

9) Website NVGO
www.nvgo.nl en www.geneeskruidenonderzoek.nl werken beide.

10) WVTTK/Rondvraag
- Steunfonds NVGO:
  Er is een reglement opgesteld aangaande de toekenning van een bijdrage aan jonge onderzoekers. Het bedrag is gemaximaliseerd per persoon per aanvraag tot € 500, maar hiervan kan afgeweken worden door het bestuur van de NVGO.
  Tegenover de toekenning staat een verplichting van de ontvanger (Zie punt 6 van het reglement.) De NVGO heeft zelf weinig jonge leden. Een lidmaatschap van de NVGO bij toekenning wordt verplicht gesteld.
- Prof. Rudi Labadie vraagt wanneer en waarom de naam van prof. Hegnauer uit de vereniging verdwenen? Dat is ca. 30 jaar geleden gebeurd. Hans Scheffer deelt mede, dat Prof. Van Os de vereniging heeft gedragen.
- Naar aanleiding van de opmerking van Ir. Sophieke Nijhuis-Bouma wordt geconstateerd dat er een zetduiveltje bezig is geweest in prijsvermelding van het congres op het aanmeldingsformulier en in de Foliola.

11) De voorzitter sluit de vergadering om 9.55 uur en wenst allen een plezierig congres toe.

Drs. B.H.Kok-Bouma,

Hengelo, 27 oktober 2016.

Jaarverslag NVGO over 2016 (Concept)

Het bestuur bestond in het verslagjaar uit de volgende leden:

Drs. S. Garritsen, voorzitter
Dr. ing. E. van den Worm, ondervoorzitter
Drs. G.J. Rozendal, penningmeester
Mw Dr A.E. Schulte, 1e secretaris
Prof. Dr. A. Foriers, 2e secretaris
Mw. drs. B.H. Kok-Bouma

In maart 2016 werd aan de leden een factuur met het verzoek tot overmaking van de contributie toegestuurd. Bijgevoegd was een vooraankondiging voor het Congres 2016 met vermelding van geplande datum, locatie en thema. Begin mei volgde het jaarlijkse mededelingenblad (Foliola 2016/1) met daarin a) informatie over het in juni te houden congres met daarbij het aanmeldingsformulier, b) de uitnodiging en agenda voor de gewone algemene ledenvergadering 2016, c) de notulen van de voorgaande ledenvergadering, d) de jaarverslagen 2015 van de NVGO en de kruidentuincommissie en e) de samenvattingen van de lezingen van het NVGO congres 2015.
Op 10 juni 2016 vond het NVGO-congres plaats in hotel “De Wageningsche Berg” te Wageningen. Voorafgaand aan de opening van het congres werd de jaarlijkse gewone algemene vergadering van de vereniging gehouden; 16 leden namen hieraan deel.
Thema van het congres was “Het metabool syndroom: een mogelijke rol voor

plantenstoffen". Drs. Sander Garritsen, voorzitter NVGO, ving aan met een welkomstwoord en gaf een korte toelichting op het thema van het congres en de opbouw van het programma. Vervolgens waren er drie lezingen.
Prof. Dr. Renger Witkamp (Wageningen Universiteit) gaf als eerste spreker een uitgebreide toelichting op het fenomeen "metabool syndroom", en informatie over de kenmerken, risicofactoren die mede een rol spelen bij het ontstaan van het metabool syndroom en de gevolgen voor de gezondheid. Als tweede kwam dr. Peter Voshol (Louis Bolk Instituut) aan het woord. Dr. Voshol gaf uitleg over de fysiologische processen die ten grondslag liggen aan het ontstaan van diabetes Type 2, en vertelde verder over positieve onderzoeksresultaten dat Type 2 diabetes met aanpassingen in het voedingspatroon en lifestyle beheerst kan worden, wat tot vermindering van medicatiegebruik kan leiden. Als laatste in de ochtendsessie sprak Gaston Remmer (Habitus; Platform Patient en Voeding). Hij gaf aan dat onderzoek naar de werking van medicijnen en voeding geremd wordt door de aanpak in het onderzoek, waarbij de effecten over grote groepen mensen gemiddeld wordt. Hij is met patientengroepen in actie gekomen om in samenhang met medisch onderzoekers de effecten van voedingsproducten en medicatie in kaart te brengen op het niveau van het individu. Als voorbeeld werd prostaatkanker genomen, waarbij onder andere de effecten van vitamine E met lycopeen en soja isoflavonoiden onderzocht zullen worden.
's Middags, na de lunch, sprak als eerste de heer Dick van der Sar (Phytocare). Hij sprak over verschillende kruidgewassen die toegevoegde waarde meebrengen voor de gezondheid op basis van actieve stoffen in de planten. Specifiek verteld hij over de samenwerking met tuinder Meewisse om Bitter Gourd als gewas te ontwikkelen in Nederland; deze plant is vooral bekend in de Indiase keukenen vanwege gunstige effecten bij diabetes. Als tweede presenteerde Prof. Dr. Nina Hermans (Universiteit Antwerpen) de resultaten van een klinische studie naar de effecten van rode gist rijst en olijf extract op een aantal symptomen van het metabool syndroom. Deze producten bleken een significant effect te hebben met betrekking tot verlaging van LDL serum- en totaal cholesterol waarden, een verlaging van tri-glyceriden en bloeddruk, en verlaging van oxidatieve stress. Deze effecten hebben een positieve werking op het tegengaan van het metabool syndroom. Als laatste spreker trad Prof. Dr. Renger Witkamp (Wageningen Universiteit) opnieuw op, maar nu met een inhoudelijk verhaal over de mogelijkheden om op basis van de werking van planteninhoudsstoffen verschillende ziektebeelden in het metabool syndroom tegen te gaan. Zo werd specifiek aandacht gegeven aan plantenstoffen die vetverbranding stimuleren, die de glucose huishouding ondersteunen, die de eetlust, vertering en opname van voedingsstoffen afremmen, en die bijdragen aan het bestrijden van de chronische ontstekingsreacties die het metabolisme ontregelen.
Na de lezingen sloot de voorzitter het congres om 17 uur met een dankwoord aan alle sprekers en aanwezigen. Nadien was ter plaatse een borrel georganiseerd, en in de avond een diner.
De volgende ochtend was een rondwandeling gepland door De Blauwe Kamer te Wageningen onder begeleiding van een gids met afsluitend een lunch in Panorama restaurant "De Blaauwe Kamer".

Op 9 februari en 8 november van het verslagjaar vonden twee bestuursvergaderingen plaats te Bunnik. De avond voorafgaand aan het congres (dus op 9 juni) was er ook een korte bestuursvergadering belegd.
Per 31 december 2016 bedroeg het aantal leden 127, waaronder 3 ereleden; het aantal donateurs was 7.

Dr. A.E. Schulte,
Berkel en Rodenrijs, 05-03-2017

Congresverslag 2016: "Metabool syndroom, mogelijke rol voor plantenstoffen?"

A.S. Nijhuis-Bouma

Vrijdag 10 juni 2016 werd in hotel De Wageningsche Berg in Wageningen het tweejaarlijkse gezamenlijke congres van de Nederlandse Vereniging voor GeneeskruidenOndezoek (NVGO) en de Nederlandse Vereniging voor Fytotherapie (NVF) gehouden. Centraal stond het metabool syndroom: waardoor wordt het veroorzaakt, hoe openbaart het zich, welke risico's brengt het met zich mee en last but not least welke interventies zijn er mogelijk? Bij die laatste vraag ging het vooral om de rol van planteninhoudstoffen, toegediend als supplement of medicijn of als onderdeel van een (meer) uitgebalanceerde voeding. De sprekers belichtten het onderwerp ieder vanuit hun eigen vakgebied, waarbij enige overlap onvermijdelijk, maar zeker ook niet storend was.

Prof. dr. Renger F. Witkamp van de afdeling Humane Voeding, Wageningen Universiteit (Renger.witkamp@wur.nl) beet het spits af en etaleerde het metabool syndroom als een probleem met vele gezichten. Hij begon zijn inleiding met de definitie van het metabool syndroom volgens de Internationale Diabetes Federatie: een buikomtrek (gemeten van zij tot zij) > 94 cm bij mannen of > 80 cm bij vrouwen in combinatie met tenminste twee van de volgende kenmerken:
- Verhoogde nuchter glucose > 100 nm/dL (5,6 mmol/L) of diagnose diabetes
- Bloeddruk > 135/85 mmHg of onder behandeling vanwege hypertensie
- Plasma triglyceriden > 150 mg/dL (1,7 mmol/L) of onder behandeling hiervoor
- HDL-cholesterol < 40 mg/dL bij mannen of < 50 mg/dL bij vrouwen of onder behandeling hiervoor.

Witkamp gaf aan dat de buikomtrek een betere parameter is dan de BMI (body mass index) omdat de BMI gebaseerd is op het gewicht en het kwadraat van de lengte van iemand en een hoge waarde derhalve ook het gevolg kan zijn van een sterk gespierde lichaam, zoals bij topsporters.
De oorzaak van het metabool syndroom is een langdurig verstoorde koolhydraatstofwisseling in samenhang met een verminderde insulinegevoeligheid van weefsels en organen en een verhoogde afgifte van insuline. Risicofactoren bij het metabool syndroom zijn onder andere arteriosclerose met uiteindelijk cardiovasculaire problemen, nierfalen, diabetes type 2, leververvetting, artrose en een chronische ontstekingsreactie in het viscerale (abdominale) vet. Ook kan het metabol syndroom een vroege dementie in gang zetten. Daarnaast wordt de permeabiliteit van het darmepitheel verhoogd, wat de ontstekingsreacties versterkt en treedt er ook een vervetting van de spieren op waardoor de hoeveelheid spierweefsel afneemt.

Als oorzaken van het metabool syndroom noemde Witkamp leefstijlfactoren zoals verkeerde voeding, onvoldoende fysieke inspanning, verstoorde slaap en stresservaring. Preventie hiervan is derhalve de aanpak van genoemde oorzaken. Het gaat in feite om leefstijl, leefstijl en nog eens leefstijl!

Veranderingen in het eetpatroon zijn een sleutel in de aanpak van het metabool syndroom: van mindless eating naar mindful eating. Daarbij gaat het ook om gedragsaspecten zoals het ombuigen van hedonistische honger als beloning, naar een verantwoord eetpatroon om de energiebalans te handhaven. Die benadering sluit goed aan bij een schilderij van Jeroen Bosch waarop hij vraatzucht als een van de hoofdzonden verbeeldt. Naast verandering in het eetpatroon noemde Witkamp ook het positieve effect van bewegen: het gaat de ontstekingsreactie tegen en is ook goed voor het geestelijk welbevinden. Als andere mogelijkheden om het eetgedrag te wijzigen noemde Witkamp ook geneesmiddelen, supplementen en in het uiterste geval een barimetrische interventie, waarbij de maag chirurgische wordt verkleind of er een bypass wordt aangebracht. Witkamp sloot zijn voordracht af met de samenvatting dat het metabool syndroom in toenemende mate een volksziekte is, die veroorzaakt wordt door de leefstijl en waarbij vroeg ingrijpen nodig is om erger te voorkomen.

Dr. Peter Voshol van de afdeling Voeding en Gezondheid van het Louis Bolk Instituut in Driebergen (p.voshol@louisbolk.nl) ging in zijn voordracht in op het ontstaan van diabetes type 2 en de mogelijkheden om met voeding en een passende leefstijl dit type diabetes te beheersen en zelfs om te keren, waarbij het medicatiegebruik wordt verminderd. Uit de literatuur is het hem duidelijk geworden dat diabetes type 2 dus geen chronische progressieve ziekte is. Aan de hand van de resultaten van het programma Keer Diabetes2 Om (KD2O, www.keerdiabetes2om.nl) liet Voshol zien wat er al bereikt is of wat mogelijk is.
Die omkering is onder andere mogelijk via een verandering in het eetpatroon c.q. met een dieet met relatief veel vet en weinig koolhydraten. Daardoor bleef de waarde van hemoglobine A_{1c} (HbA_{1c}) als parameter voor de aanwezigheid van glucose in het bloed, onder de 40 en konden diabetici met veel minder medicatie toe, wat ook een aanzienlijke kostenbesparing betekent. Daarom kreeg Keer Diabetes2 Om ook de Zinnige Zorg Award 2016 van ziektekostenverzekeraar VGZ. Voshol ging ook in op het fenomeen insulineresistentie: er moet steeds meer insuline worden toegediend om het gewenste effect te krijgen. Bij een sterke resistentie wordt dan niet meer dan 60% van het beoogde effect bereikt. Ook zwangerschapsglucose kwam aan de orde als uiting van een verstoorde glucosetolerantie door insulineresistentie.
De aanpak in het kader van KD2O met hoogwaardige voeding met veel groenten en natuurlijke vetten past in de richtlijn van de Nederlandse Diabetes Federatie. Ook belangrijk is het vermijden van tussendoortjes, dus maximaal drie eetmomenten op een dag. Insulinestimulerende voedingsstoffen zoals magere melk passen niet in zo'n voedingspatroon. Calorieën tellen is wat dat betreft uit den boze. Voshol stond ook stil bij aspecten van zelfmanagement, waaronder hij verstaat: stressmanagement, meer ontspanning, meer beweging en meer slaap. Ook in de aanpak van diabetes type 2 speelt de combinatie van voeding en leefstijl dus een belangrijke rol.

Dr. Gaston Remmers van het Platform patiënt en voeding/Habitus (www.patientENvoeding.nl en www.habitus.nu) hield een vurig pleidooi voor een learning based practice, waarbij patiënten bereid zijn om risico's te nemen bij bijvoorbeeld het gebruik van nieuwe geneesmiddelen of het ondergaan van een behandeling. Bij de gebruikelijke insteek van evidence based-medicijnen en de veiligheid van ingrepen wordt de effectiviteit uitgedrukt in percentages, maar daarmee zijn individuele patiënten niet altijd gediend. Wat gemiddeld goed is, is immers geen garantie voor de individuele patiënt. Ook met betrekking tot voeding geldt dat 'goed' voedsel voor iedereen

verschillend is. Remmers noemde dat personalised food. Patiënten moeten in hun zoektocht welke voeding er voor hen toe doet, beter worden ondersteund. Hij pleitte voor meer samenwerking en uitwisseling tussen patiënten/burgers, biomedisch onderzoek en medische zorg, en voedselproducenten. Vanuit een houding van niet afwachten, maar samen een beweging maken en uitbannen van onzekerheid (geen koudwatervrees!) moet dit co-creatieproces van de grond komen. Daarbij zou dan de onderzoeksmethode van randomised controlled trials (RCT) naar de achtergrond verschuiven, vandaar de naam van de patiëntenbeweging BeyondRCT (www.BeyondRCT.net). Remmers duidde dit aan met de overgang van het wetenschapsimperium uit de 20ste eeuw op basis van zekerheid/onzekerheid naar het learning imperium van de 21ste eeuw met vertrouwen op wederzijds gedeelde onzekerheid.

Ir. Dick M. van der Sar van Phytocare (www.phytocare.nl) begon zijn lezing over de teelt van geneeskrachtige planten vanuit een economisch perspectief. Omdat de teelt van geneeskrachtige planten kleinschalig en arbeidsintensiever is in vergelijking met die van groentegewassen onder glas, zal de kostprijs veelal hoger zijn. Wil een dergelijke teelt economisch interessant zijn, dan moet ook de consument bereid zijn een hogere prijs te betalen. Dat vraagt om een marketingstrategie, waarbij gezondheidsaspecten als toegevoegde waarde van deze planten goed voor het voetlicht moeten komen. Overigens is voor TCM-kruiden in Groot-Brittannië de prijs van het handelsproduct ruim negen keer zo hoog als de prijs die de teler voor het gedroogde product ontvangt. Voor een Nederlandse glasteler is die prijs in ieder geval al niet kostendekkend, laat staan dat er nog wat aan te verdienen valt.
Vervolgens stond Van der Star stil bij kruiden die een positief effect kunnen hebben op diabetes. In totaal zijn er circa 25 van dergelijke kruiden, waarvan een aantal als groente wordt geconsumeerd. Voorbeelden hiervan zijn ui, sperzieboon, artisjok, aardpeer en broccoli. Inhoudstoffen zoals inuline, quercetine en ß-caroteen uit deze en andere groenten hebben een gunstig effect door verlaging van de bloedsuikerspiegel. Binnen een bepaalde groente kunnen de gehaltes van die stoffen overigens (sterk) uiteenlopen door verschillen in ras en teeltwijze. Het raseffect is van die twee het grootst. Als belangrijke diabeteskruiden noemde Van der Sar voorts gymnema (*Gymnema sylvestre* R.Br.*)*, stevia (*Stevia rebaudiana (*Bertoni) Hemsl.*)* en bittermeloen *(Momordica charantia* L.*)*. De teelt van de bittermeloen, een circa 20 cm lange komkommerachtige vrucht met een bobbelig uiterlijk en ook wel bekend als bitter gourd of Karindo Gourd, is sinds 2013 in Nederland in ontwikkeling. Bittermeloen is een bekende groente uit de Surinaamse en Aziatische keuken. Afgelopen jaren is er onder andere geselecteerd op teelbaarheid en hard gewerkt aan de introductie door middel van proeverijen en ontwikkeling van recepten.

Prof. dr. Nina Hermans van de onderzoeksgroep NatuRa van het Departement Farmaceutische Wetenschappen van de Universiteit Antwerpen (Nina.Hermans@uantwerpen.be) presenteerde de resultaten van een dubbelblind onderzoek naar het effect van een combinatiepreparaat van rode gistrijst en olijfextract op de LDL-cholesterolwaarden van patiënten met het metabool syndroom. In het besproken onderzoek waren de metabool syndroompatiënten gediagnosticeerd volgens de ATP III-criteria. Deze zijn anders dan de criteria van de Internationale Diabetes Federatie zoals in de eerste lezing van het congres gepresenteerd door Witkamp. Bij de ATP III-criteria is de buikomtrek gelijkwaardig met de andere criteria en gaat het om aanwezigheid van drie van de vijf kenmerken.
De aanpak van hoge LDL-cholesterolwaarden met statines kan nogal wat ongewenste bijwerkingen hebben zoals spierpijn, spierafbraak en leverschade. Onderzoek naar alternatieve behandelingen is daarom gewenst. Rode gistrijst ontstaat na fermentatie van rijst door de schimmel *Monascus purpureus* en wordt al eeuwen gebruikt in de traditionele Chinese keuken. In de Chinese traditionele geneeskunde staat het daarnaast al lang bekend als middel dat onder andere zorgt voor “gezond bloed”. Een van de secundaire

metabolieten in rode gistrijst is monacolin K, waarvan de gedehydrateerde lactonvorm identiek is aan lovastatin. In het olijfextract zorgt hydroxytyrosol in de esterverbinding oleuropeïne voor antioxidantactiviteit waardoor de oxidatie van LDL-cholesterol wordt onderdrukt en er daardoor minder schuimcellen ontstaan. In het onderzoek bevatte het combinatiepreparaat 10,82 mg monacolin K en 9,32 mg hydroxytyrosol per capsule. Naast het effect op cholesterol werd ook gekeken naar de beïnvloeding van oxidatieve stressparameters zoals malondialdehyde (MDA), geoxideerd LDL-cholesterol (OxLDL) en lipoproteïne-geassocieerde fosfolipase (Lp-PLA_2), die resulteren in nog meer ontstekingsreacties.
Het combinatiepreparaat van rode gistrijst en olijfextract had significant effecten ($p< 0,05$ of $p< 0,001$) op LDL-cholesterol (-24%), totaal cholesterol (-17%), triglyceriden (-12%), OxLDL (-20%) en Lp-PLA_2 (-7%). In de controlegroep was er juist sprake van een stijging van LDL-cholesterol, totaal cholesterol en triglyceriden. De systolische en diastolisch bloeddruk daalden met resp. 10 en 7 mmHg. Alleen op MDA was er geen significant effect.
Hermans gaf voorts aan dat de voedingsclaims van virgin en extra virgin olijfolie terecht zijn omdat deze olijfolies een significant beter effect hebben bij het verlagen van het LDL-cholesterol. Tot slot meldde ze dat de hoeveelheid citrinin die als mycotoxine bij de fermentatie van rode rijst ontstond, 1000 x lager was dan de toegestane waarden van 2000 µg/kg rode gistrijst, waardoor er geen kans is op nefrotoxische schade.

Prof. dr. Renger F. Witkamp van de afdeling Humane Voeding, Wageningen Universiteit (Renger.witkamp@wur.nl) was ook de hekkensluiter van het congres en ging in zijn tweede voordracht in op de mogelijkheden van planteninhoudstoffen bij het voorkomen en behandelen van het metabool syndroom. In het gevecht tegen chronische ontstekingsreacties als gevolg van het metabool syndroom, kunnen tomaten, fruit, noten, olijfolie, vis, omega 3-vetten en groene groenten een goede bijdrage leveren. Ook in diëten gericht op gewichtsvermindering nemen plantaardige producten een belangrijke plaats in. Witkamp stond daarom stil bij een aantal planten en de werking van hun inhoudstoffen. Zo zorgt het psylliumextract verkregen uit de zaden en zaaddozen van *Plantago psyllium* L. onder andere voor de binding van cholesterol en triglyceriden, zitten in granaatappel protease- en lipaseremmenrs en stimuleert het pinoleenzuur uit pijnbompitten het verzadigingshormoon. Synefrine in *Citrus aurantium* L. en efedrine in *Ephedra spp.* (onder andere *E. sinica)* hebben sympathicomimetische activiteit en remmen ook de eetlust. Een andere eetlustremmer is *Hoodia gordonii* (Mass.) Sweet, een plant die lijkt op een cactus en ten onrechte ook zo wordt aangeduid, maar behoort tot de maagdenpalmfamilie. Andere *Hoodia spp.* hebben geen effect op de eetlust, maar worden wel als zodanig verkocht. Stevia of honingkruid *(Stevia rebaudiana (*Bertoni) Hemsl.*)* is niet alleen een diabeteskruid, maar heeft ook effect op het verzadigingshormoon. In de vruchten van *Garcinia cambogia* L., ook wel bekend als malabar tamarinde, zit hydroxycitroenzuur dat eveneens eetlustremmend werkt.
Vervolgens ging Witkamp in op het endocannabinoïdsysteem (ECS). De cannabinoïdreceptor CB_1 is namelijk betrokken bij hedonistisch eetgedrag. Anandamide, een neurotransmitter en derivaat van arachidonzuur, is een lichaamseigen stof die de eetlust bevordert en zich bindt aan CB_1. Tetrahydrocannabinol (THC), het psychoactieve ingrediënt van *Cannabis*, imiteert de werking van anandamide. *Cannabis* remt het gevoel van verzadiging en heeft een stimulerend effect op de opslag van vet. CB_1-antagonisten remmen juist de eetlust en kunnen zo een positief effect hebben op obesitas. In dat kader noemde Witkamp rimonabant en taranabant. Beide gaven een verlaging van het lichaamsgewicht, LDL-cholesterol en hemoglobine A_{1c}. Genoemde stoffen hebben echter bijwerkingen zoals depressieve gevoelens en suïcidaal gedrag. De ontstekingsremmer cannabidiol, een niet-psychoactieve cannabinoïde uit *Cannabis*, heeft ook een remmende werking op CB_1. *Cannabis* bevat dus zowel eetlustopwekkende als eetlustremmende componenten. Sturen op de verhouding tussen de verschillende cannabinoïden biedt derhalve kansen in de aanpak van het metabool syndroom. Ook andere planten dan *Cannabis* kunnen een

remmend effect hebben op CB_1. Voorbeelden hiervan zijn peterselie, kava-kava, wortel en kruidnagel. Het in hop (*Humulus lupulus* L.*)* aanwezige xanthohumol is eveneens een CB_1-remmer.
Stimulering van de vetverbranding is een andere invalshoek voor de preventie of interventie van het metabool syndroom. Het reeds genoemde efedrine heeft ook die werking. Ook cafeïne zou de vetafbraak stimuleren.
Witkamp noemde voorts *Galega officinalis* L. waarvan de inhoudstof guanidine de glucosehuishouding normaliseert c.q. een positief effect heeft op de bloedsuikerspiegel. Ook passeerde in dat kader de bittermeloen (*Momordica charantia* L.*)*.De bittere smaak van deze vrucht remt ook de eetlust.
Voor de aanpak van de chronische ontstekingsreactie als een van de uitingen van het metabool syndroom blijkt C*urcuma* inhoudstoffen met een antioxidantwerking te hebben.

Witkamp eindigde zijn voordracht met de conclusie dat planten en hun inhoudstoffen nog een scala aan mogelijkheden in zich hebben om ingezet te worden bij de aanpak van het metabool syndroom. Er valt in dat verband nog heel veel te ontdekken en te ontwikkelen.

Naast de wetenschappelijke lezingen tijdens dit congres gaf **dr. Marij Schüsler-van Hees** in een korte introductie aan het begin van het middagprogramma aan welke koers de NVF voorstaat voor de komende tijd. Sinds 10 november 2015 is zij voorzitter van de NVF. Als vervolg op het NVF-beleid voor de periode 2010-2014 zal het beleid voor de komende jaren erop gericht zijn om fytotherapie verder op de kaart te krijgen. Daarbij zal worden gefocust op het vervangen van reguliere geneesmiddelen door fytotherapeutica, fytotherapeutische alternatieven voor antibiotica en meer belangstelling voor fytotherapie en fytotherapeutica. De plannen hiervoor zullen maatschappijgericht en haalbaar moeten zijn. Ook zal er een adviesraad van experts worden ingesteld. Prof. dr. Rudi Labadie en prof. dr. Rob Verpoorte hebben hieraan hun medewerking al toegezegd.

Het dagprogramma van het congres werd in hotel De Wageningsche Berg afgesloten met een borrel en proeverij van diverse bereidingen van de bittermeloen. Ook konden de congresbezoekers desgewenst een vrucht mee naar huis nemen om er in de keuken zelf mee aan de slag te gaan.
Voor wie zich daarvoor had opgegeven, was er ’s avonds nog een diner en de volgende ochtend als afsluiting van het congres een botanische excursie in natuurgebied de Blauwe Kamer gelegen aan de Nederrijn nabij Rhenen.

Noten:

1. In het Nederlands Tijdschrift voor Fytotherapie (NTvF) jaargang 27 (2014) nr. 2) werd ingegaan op diverse facetten van het metabool syndroom.
2. In het Nederlands Tijdschrift voor Fytotherapie (NTvF) jaargang 29 (2016) nr. 1 werd ingegaan op plantaardige alternatieven voorstatines.
3. In het Nederlands Tijdschrift voor Fytotherapie (NTvF) jaargang 29 (2016) nr. 3 werd ingegaan op diverse aspecten van het medicinaal gebruik van cannabis.

Auteursgegevens:
ir. A S. (Sophieke) Nijhuis-Bouma studeerde tuinbouwplantenteelt en plantenveredeling aan de toenmalige Landbouwhogeschool in Wageningen. Ze publiceerde van 1982 tot 1989 in diverse vakbladen over de veredeling van houtige siergewassen. Van 1999-2015 was ze lid van de Kruidentuincommissie van het Nederlands Openluchtmuseum, waarvan vanaf 2009 tevens secretaris. Ook is ze vanaf 2014 lid van de redactie van het Nederlands Tijdschrift voor Fytotherapie.

Foto-impressie congres

foto's: Edwin van den Worm

Foto-impressie excursie “De Blauwe Kamer”

foto’s: Edwin van den Worm

Opgaveformulier NVGO-congres, 16-17 juni 2017

Naam deelnemer 1 : .....
Adres deelnemer 1 : .....
Naam deelnemer 2 : .....
Adres deelnemer 2') : .....

Geeft / geven zich op voor het volgende")
(kruis een van de mogelijkheden aan, plus het al dan niet deelnemen aan de excursie):

❑ Congres 2017, deelname dagprogramma op vrijdag 16 juni 2017
(leden: **€ 85,-** p.p.; niet-leden: **€ 100,-** p.p.) €.....
Deelname is inclusief syllabus en koffie, thee en lunch.

❑ Congres 2017, plus diner vrijdagavond
(leden: **€ 135,-** p.p.; niet-leden: **€ 150,-** p.p.) €.....
Diner is incl. consumpties.

❑ Congres 2017, plus diner vrijdagavond alsmede 1 overnachting 16-17 juni 2017
❑ O.b.v. 1 pers. per kamer: leden € **278,50 p.p.**, niet-leden **€ 295,- p.p.** €.....
❑ O.b.v. 2 pers. per kamer: leden € **214,- p.p.**, niet-leden € **230,50 p.p.** €.....
Overnachting bij Van der Valk Hotel Dordrecht, inclusief ontbijt en toeristenbelasting.

❑ Congres 2017, plus diner vrijdagavond alsmede 2 overnachtingen 15-17 juni 2017
❑ O.b.v. 1 pers. per kamer: leden € **442,- p.p.**, niet-leden € **458.50,- p.p.** €.....
❑ O.b.v. 2 pers. per kamer: leden € **293,- p.p.**, niet-leden € **309.50 p.p.** €.....
Overnachting bij Van der Valk Hotel Dordrecht, inclusief ontbijt en toeristenbelasting.

❑ Excursie op zaterdag 17 juni 2016
(leden: € **25,- p.p.**; niet-leden: € **30,-** p.p.) €.....
Excursie inclusief lunch.

❑ Reductie voor studenten (€ **25**,- p.p.) €.....

Totaal : €.....

') Indien afwijkend van adres deelnemer 1
") s.v.p. aankruisen wat van toepassing is

Indien u een afwijkende reservering wilt maken, neemt u dan contact op met GJ Rozendal (e-mail: gjrzd@planet.nl).
Het ingevulde formulier (of een kopie) s.v.p. opsturen naar :
G.J. Rozendal, Notaris Hellemastrjitte 7, 9104 JS Damwâld, (e-mail: gjrzd@planet.nl)

NOTA BENE!!!
- De betaling voor het congres voldoen via bankrekening NL39 INGB 0000 02909 00 tnv NVGO te Damwâld
- Het inschrijfformulier kunt u digitaal opvragen en desgewenst ingevuld retourneren
- De termijn voor hotelkamerreserveringen via de NVGO is inmiddels verlopen.
- Accreditatie in het kader van Herregistratie voor Openbaar Apothekers is aangevraagd bij de KNMP