

# GEZOND & WEL

## „Ik wil mijn lichaam ter beschikking stellen!”

**PRIVÉ CONSULT**  
door Rob Bekkering (huisarts)  
huisarts@telegraaf.nl

Vast onderdeel van deze pagina Gezond&Wel is de interactieve rubriek Privéconsult. Daarin geven leden van een team van deskundigen op medisch en paramedisch gebied antwoord op uw vragen.

- Voor uw gezondheidsvragen:
- psychiater@telegraaf.nl
  - huisarts@telegraaf.nl
  - tandarts@telegraaf.nl
  - plastischechirurgie@telegraaf.nl
  - homeopathie@telegraaf.nl
  - apotheek@telegraaf.nl
  - fysiotherapie@telegraaf.nl
  - hartenvaatziekten@telegraaf.nl
  - orthovoeding@telegraaf.nl

Ik wil graag mijn lichaam ter beschikking stellen van de wetenschap. Hoe regel je zo iets?

**WOERDEN, Tinus Bergsma**  
Iemand die zijn lichaam ter beschikking wil stellen van de wetenschap, schenkt dit na het overlijden aan het anatomisch instituut van een universiteit. Het lichaam wordt dan gebruikt voor wetenschappelijk onderwijs en onderzoek. Dankzij deze lichamen leren studenten veel over de bouw van het menselijk lichaam, en leren medisch specialisten nieuwe operatietechnieken te ontwikkelen.

Wie zijn lichaam hiervoor ter beschikking wil stellen kan contact opnemen met het anatomisch instituut van een universiteit. Als de universiteit het lichaam accepteert, wordt er een overeenkomst gesloten. Na het overlijden wordt het lichaam door hen opgehaald. Het wordt niet meer aan de familie teruggegeven en er is geen begrafenis of crematie. Na het gebruik voor onderwijs en onderzoek wordt het ontlede lichaam uiteindelijk gecremeerd.

### Loopneus

Sinds enige jaren heb ik bijna constant een loopneus. Wat kan de oorzaak zijn en wat is eraan te doen?

**PRINSENBEKK, mev. A.M.J. Bodifée**  
Een loopneus ontstaat door een overprikkeling van het slijmvlies van de neus. Een acute loopneus is meestal het gevolg van een virusinfectie (een verkoudheid). Mensen die last hebben van een allergie hebben meestal ook last van niezen en jeuken de ogen. Sommige mensen krijgen al een loopneus van stof, pollen, luchtverontreiniging, parfum en droge lucht. Een chronische loopneus ontstaat door een chronische irritatie van de neus en de bijholtes of door neuspoliepen. Bij een chronische loopneus helpt het vaak een paar weken op proef een neusspray met corticosteroiden te gebruiken. Langdurig gebruik van neusdruppels zoals Otrivin is echt uit den boze! Zo nodig verwijst ik iemand naar de kno-arts, die met een kijkertje de binnenkant van de neus kan inspecteren.

### Zenuwpijnen

Na diverse chemobehandelingen vanwege een ovariumcarcinoom heb ik veel last van zenuwpijnen – vanaf mijn knie tot in mijn voetzolen. Bestaat er medicatie tegen?

**UTRECHT, mev. M. de Graaf**  
Een aantal chemotherapieën (vooral met vincristine of cisplatine) kan inderdaad dit soort zenuwpijnen geven. Sommige mensen klagen ook over een doof of een veranderd gevoel in hun benen. Als dit soort klachten optreedt is dat vaak al tijdens de behandeling. Soms is het blijvend, soms ook neemt het in de loop van de tijd enigszins af. Gewone pijnstillers, zoals paracetamol, helpen soms redelijk tegen de pijn. Maar er zijn ook speciale middelen tegen zenuwpijnen. Ik denk dan vooral aan amitriptyline, gabapentine (Neurontin) en pregabaline (Lyrica), enz. Tegen het dove gevoel hebben we voor zover ik heb kunnen nagaan geen medicijnen. Fysiotherapie in de vorm van massage of TENS kan soms verlichting geven, ik zou dat in elk geval proberen!

**Chirurg dr. Willem Suyker deed uitvinding samen met broer**

# NIETJE door uw HARTADER!

**UTRECHT** – Met een piepklein nieuw nietapparaatje, de 'S2AS-connector', kunnen omleidingen op de kransslagaders van het hart – zogeheten 'bypasses' – straks snel en betrouwbaar worden aangesloten. Het apparaatje, een vaathechter, is op afstand te bedienen waardoor ook kijkoperaties binnen 'oogbereik' komen.

Hartchirurg dr. W.J.L. Suyker van de Isalaklinie (locatie De Weezenlanden) te Zwolle mag zich, samen met zijn broer Paul, die ingenieur is, uitvinder noemen van deze vernuftige techniek. Hij testte de methode in het laboratorium tijdens zijn promotieonderzoek aan het Universitair Medisch Centrum (UMC) in Utrecht.

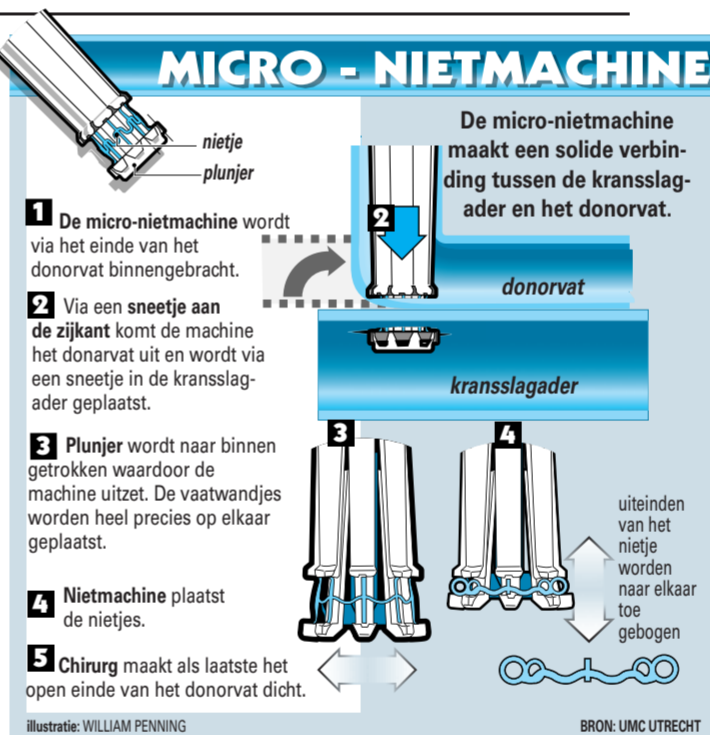
## Gortdroog biscuitje

**WAGENINGEN** – Ouderwets droge thee-biscuitjes nodigen minder uit tot overeten dan nieuwerwetse koekjes met een chocoladelagje en suikerkorrels. Van een reep pure chocolade eten mensen ook spontaan minder dan van een snoepreep.

Dat ontdekte onderzoekster PASCALLE WEIJZEN van de Wageningen Universiteit. Weijzen onderzocht hoe lang het duurt voordat mensen genoeg hebben van een bepaalde smaak tijdens het eten. „Door de droge smaak van een simpel biscuitje houden mensen op met eten voordat ze er vol van zitten. Hetzelfde geldt voor de uitgesproken smaak van pure chocolade. Daar hebben we snel genoeg van”, aldus de onderzoeker. Aan haar onderzoek werkten zeshonderd mensen mee.

„Mijn droom”, zegt Willem Suyker, „is kransslagaderoperaties voor de patiënt bijna net zo weinig belastend te maken als dotterbehandelingen. De micro-stapler lijkt daarvoor een veelbelovende techniek. Het licht staat op groen voor een studie bij patiënten.”

Suyker toonde aan dat het nietapparaat in staat is de kwaliteit van handgehechte vaatverbindingen te evenaren. De techniek werkt met acht minuscule nietjes, die



als het ware door de wanden van de bloedvaten 'bitten' om een permanente en wa-

terdichte verbinding te maken. De broers Suyker ('S2') hebben inmiddels meerdere patenten verworven naar aanleiding van hun 'S2 micro-stapler', zoals het instrumentje ook wel wordt genoemd. De volgende stap is om het apparaat op gecontroleerde wijze in de kliniek te brengen.

Suyker testte, want zo gaat dat (helaas), de microminiere eerst dierexperimenteel. De geniete bypasses leidden tot een goede bloeddoorstroming, ze deden niet onder voor de traditionele, handgehechte aansluitingen. Suyker stelde dat vast via onder andere echografisch onderzoek drie en zes maanden na de operatie. Hij beschreef deze resultaten al eerder (2006) in het tijdschrift Circulation van de American Heart Institute.

### Kijkoperatie

Wereldwijd ondergaan elk jaar ruim 700.000 patiënten een bypassoperatie. Het is de effectiefste manier om hartklachten vanwege vernauwde kransslagaders te behandelen. Traditioneel worden de vaatverbindingen met de hand gehecht. Dit vraagt veel expertise en nauwkeurigheid omdat de vaatdiameters meestal niet meer dan ongeveer 2 mm zijn. Bovendien moet de borstkas geopend worden om de chirurg toegang tot het hart te verschaffen. Dit maakt de operatie belastend en vereist langdurig herstel. Daarnaast kan de meestal gebruikte hart-lungmachine onder meer nadelige cognitieve gevolgen hebben. Patiënten zouden dus gebaat zijn bij een kijkoperatie zonder hart-lungmachine.



Nutricia-directeur Frank Tomholt.

## OPINIE ZORG

door FRANK TOMHOLT\*

mine D en ijzer nodig dan een volwassene (per kilo lichaamsgewicht). Behalve dat variatie voor kinderen belangrijk is om de juiste voedingsstoffen binnen te krijgen, speelt smaakontwikkeling ook een rol. Veel ouders zijn geneigd hun peuter zijn lievelingskostje voor te schotelen, omdat hun kind dan goed eet. Volhouden en nieuwe smaken blijven aanbieden is echter ons advies. Je kind kan een nieuwe smaak pas echt waarderen als het de nieuwe smaak minstens vijf keer heeft geprobeerd, op verschillende momenten.

### Voedselvoorkeur

Juist voor kinderen is het belangrijk dat ze van jongs af aan kennismaken met verschillende geuren, smaken en structuren. Baby's en peuters ontwikkelen door gevarieerde voeding een bredere smaak die hun voedselvoorkeur bepaalt voor de rest van hun leven. Hoe meer ze wennen aan verschillende smaken, hoe eerder ze op latere

leeftijd nieuwe smaken zullen accepteren. Daardoor is het makkelijker de rest van hun leven vast te houden aan een gezond en veelzijdig eetpatroon. Wij beseffen dat van ouders veel wordt gevraagd en dat het niet altijd makkelijk is aan de specifieke voedingsbehoeften te voldoen. Het is de taak van de voedingsindustrie en overheid ouders een helpende hand te geven, zodat ze de juiste keuzes kunnen maken. Op basis van alle kennis die ons concern heeft opgedaan is 'Feeding for Life' ontwikkeld. Een programma dat inspeelt op de laatste ontwikkelingen en wetenschappelijke inzichten als het gaat om goede voeding voor jonge kinderen. Het doel: ouders ondersteunen door praktisch toepasbare adviezen te geven rondom voeding en eetgedrag.

\* Frank Tomholt is marketingdirecteur baby- en kindervoeding van het voedingsmiddelenconcern Nutricia.



Leontine en Rowald Steijn met hun dochtertje Famke zijn blij dat de vreselijke dood van hun Joep (in fotolijstje) toch nog iets positiefs heeft voortgebracht.

FOTO: WIM HOFLAND

# Sporters in beweging voor Joep

■ Leden van zestig sportcentra in het land zijn volop in training voor het Villa Joep-weekeinde.

FOTO: VES

## Ter nagedachtenis aan vierjarig kankerpatiëntje

door MARJOLEIN SCHIPPER

**AMSTERDAM** – Kanker bij kinderen? Dat kwam voor bij kinderen op televisie. Ver van je bed. Dacht Rowald Steijn. Tot zijn eigen vierjarige zontje Joep zes jaar geleden de ernstige en bij kinderen zeldzame kankervorm neuroblastoom bleek te hebben. Zo zeldzaam dat het voor de farmaceutische industrie 'economisch niet lonend' is er onderzoek naar te doen. Dat gaat veranderen, beloofde Steijn zijn zontje op zijn sterfbed: „Papa en mama gaan een winkel oprichten om héél veel centjes op te halen!”

De dag dat kleine Joep overleed, werd 'Villa Joep' geboren. De afgelopen jaren is het ongeloflijke bedrag van ruim een miljoen euro bij elkaar gebracht, door toedoen van Rowald en Leontine Steijn en een ploeg van twintig zeer gedreven vrijwilligers. Aanstaand weekeinde komt daar als het goed is een paar ton bij. Zestig sportcentra door heel Nederland, aangesloten bij de Vereniging Exclusieve Sportcentra (VES), organiseren op zaterdag 15 en zondag 16 maart een groot 'Spin for Life'-evenement. Duizenden mensen gaan gesponsord fietsen onder het motto 'door te werken aan je eigen gezondheid help je ook anderen aan een beter leven'. Zeker de helft van de opbrengst komt ten goede aan Villa Joep. Bij verschillende centra zullen bekende topwielrenners zoals Gregor Stam, Petra de Bruijn en Leo Peelen meefietsen.

Leontine en Rowald zijn blij dat de vreselijke dood van hun Joep toch nog iets positiefs heeft voortgebracht: „Jaarlijks overlijden 25 kinderen aan neuroblastoom, een 'solide tumor' waarbij de overlevingskans slechts 20 procent is. Neuroblastoom is een tumor van het zenuwstelsel dat bijvoorbeeld zorgt voor het activeren van spijsvertering en bloeddruk. Neuroblastomen ontstaan waarschijnlijk als gevolg van een fout in de orgaanontwikkeling van het embryo en de pasgeborene en behoren daarom tot de zogenaamde embryonale tumoren.”

„Toen Joep ziek was vond ik het heel erg om te horen dat bij andere vormen van kinderanker inmiddels zoveel onderzoek is gestegen tot gemiddeld zeventig procent!”, zegt Rowald Steijn. „Bij neuroblastoom is die kans al 25 jaar hetzelfde... Dat willen we gaan veranderen. Met het geld worden inmiddels twee onderzoeken gesteund in samenwerking met het Sophia Kinderziekenhuis, het AMC en het Radboudziekenhuis in Nijmegen. We brengen deze kankervorm onder de aandacht in de oncologische wereld en we publiceren onderzoeksnieuws. De strijd van Joep mag niet voor niets zijn geweest.”

Informatie over deelnemende sportcentra: [www.ves.nl](http://www.ves.nl) en [www.villajoep.nl](http://www.villajoep.nl)

**PUNT van ZORG**  
door René Steenhorst  
rsteenhorst@telegraaf.nl

## Achterstand

„Jan Peter” wil Nederland uit de zesjeszone houden. Maar 'achterstand' lijkt hier inmiddels de norm. Ook in de zorg voor patiënten.

Want wáár u ook woont, in een nette stille, een rommelige drukke, een chique saai of een verpauperde achterstandsbuurt; er hangt een zorgprijskaartje aan. Met het achterstandsgebied en uw leeftijd als uitgangspunten voor de prijsberekening...

Neem nu mevrouw Koonings, een 80-jarige, zeer energieke oud-bedrijfs-econome. Woont in een goede buurt. Kortgeleden ontving zij een vreemde nota van haar huisarts met de tekst: „Verzekerd vanaf 75 jaar, niet woonachtig in een achterstandsgebied”, te betalen: € 15,40. Mevrouw Koonings was verbaasd en stuurde mij een kopie. „Omdat ik niet in een achterstandsgebied woon, moet ik betalen! Ik begrijp er niets van. Ook mijn huisarts zei nergens van te weten.”

Vooral de rubricering „Verzekerd vanaf 75 jaar, etc.” ergert haar, hetgeen ik me kan voorstellen. „Door alle acties van de huisartsen heeft men van overheidswege blijkbaar een genoegdoening moeten verstreken.” Volgens de Landelijke Huisartsen Vereniging zit het anders en is het bedrag van 15,40 euro gewoon het aloude „inschrijvingstarief” voor de huisdokter, waarvan deze de praktijkkosten betaalt. De Nederlandse Zorgautoriteit (wvw.nza.nl) meldt dat de dokter dit bedrag per kwartaal in rekening brengt bij iedereen die op de eerste dag van dat kwartaal bij hem/haar ingeschreven staat. Voor het inschrijvingstarief zijn er drie leeftijdscategorieën (tot 65 jaar, 65-75 jaar, vanaf 75 jaar). Ook bestaat er sinds 2006 een onderscheid tussen het al dan niet woonachtig zijn in een zogenaamde achterstandsgebied. De verschillen naar leeftijd en wijk hebben te maken met de gemiddelde zorgbehoefte in de desbetreffende categorie.

Zó zit het dus. Beetje onkies, eigenlijk. Want wie in een 'achterstandsgebied' woont, en dat zegt lang niet altijd iets over iemands inderlijke beschaving, wordt daar dus op afgerekend. Met zelfs een paar euro méér. En ook verloskundigen lijken binnenkort wat extra te krijgen voor het werk in een achterstandsgebied. Want weliswaar, zo luidt de verklaring, voelen ze zich allerminst op hun gemak daar, maar ze zijn volhardend in hun toewijding. Meen ik toch altijd te hebben gedacht dat achterstandsgebieden van alle tijden zijn en niet pas sinds 2006 bestaan...

## Wég met waterwratjes

In deze rubriek kunt u tips tegen allerlei gezondheidskwaaltjes vinden waarvoor u niet naar de huisarts wilt of waar deze geen oplossing voor weet. Als u ziek bent, is de huisarts natuurlijk wel de aangewezen persoon waar u naartoe moet.

Op de oproep 'Advies gevraagd bij waterwratjes' kwamen diverse reacties binnen. Zo mailt Wendelmoet van Horik: „Mijn zoon van 6 en dochtertje van 1 hadden er ook last van. Waarschijnlijk hebben ze dit probleem opgelopen in een sub-tropisch zwembad. Voor mijn zontje had ik druppeltjes van A. Vogel (Thuja D6); ik deed dat driemaal daags in zijn drinken. Bij mijn dochtertje moest ik Thuja op de wratjes smeren. Het duurde even, maar uiteindelijk merkte ik dat er geen wratjes meer bij kwamen.” Caroline Molenaar uit Purmerend schrijft: „Onze zoon Brian van twee heeft die dingen ook en het zit in de bloedbaan en gaat vanzelf over, zeggen zowel de huisarts als het consultatiebureau. Brian gaat eraan krabben waardoor ze gaan bloeden en ontsteken.” Ook Annemiek Zuidgeest is op zoek gegaan naar een hulpmiddelje voor de waterwratjes van haar kleinzoon. „Ik vond 'betadine scrub' (niet de crème!). Doe de scrub op een



■ Waar de wratjes zaten, zit nu een grote pleister. FOTO: CORBIS

**GEZONDHEIDSTIPS**  
door Mirjam Brinks

wattenschijfje, wrijf dit over de wratjes en na twee dagen zijn ze verdwenen!”

Mevrouw A. van Hoeken heeft een vraag over smaak. „Ik heb enkele jaren geleden twee maal mijn neusamandelen moeten laten verwijderen. Nu heb ik bijna geen smaak en geur meer. Weet iemand iets waarmee ik dit alles weer terug kan krijgen?”

Heeft u ook nuttige gezondheids tips? Mail ze naar [mbrinks@telegraaf.nl](mailto:mbrinks@telegraaf.nl).