

NIEUWS UIT DE RESEARCH (NUDR) december 2016

Q10 gaat oxydatieve stress en dito ontstekingsverschijnselen lever na operatie wegens kanker tegen

(Liu HT et al ; Nutr J. 2016 Oct 6;15(1):85 ; PMID 27716246)

Liu et al gaven aan 20 versus 20 patienten na operatie wegens een hepatocellulair carcinoom 300 mg Q10 per dag respectievelijk een placebo en dat 12 weken lang. Oxydatieve stress en ontstekingsverschijnselen waren in de Q10-groep lager en de antioxydantenzymen hadden in de Q10-groep een hoger niveau.

Redactioneel commentaar: Q10 vermindert de sterfte bij diverse vormen van hartlijden ; gaat bijwerkingen adriamycine tegen ; is gunstig bij tandvleesproblemen en ook bij leeftijdsafhankelijke maculadegeneratie, maar wat kanker sec betreft zijn er niet meer dan aanwijzingen dat het regressies bij borstkanker kan geven. Anders gezegd, Q10 is een zeer waardevol voedingssupplement met antioxydanteigenschappen, maar of het na operatie wegens een primair levercarcinoom ook het beloop gunstig beïnvloed is niet bekend. Het feit dat oxydatieve stress met ontstekingsverschijnselen bij de progressie van het primaire levercarcinoom een rol lijkt te spelen vraagt om een herhaling van dit onderzoek met grotere aantallen en een langere follow-up.

Yiqigubiao : superieur middel ter behandeling van stabiele COPD

(Li FS et al; Exp Ther Med 2016 Oct;12(4):2477-2488 ; PMID 27698749)

Het TCM-middel Yiqigubiao blijkt in vergelijking met placebo de klachten bij stabiele COPD te verminderen, maar ook de kans op acute verergeringen te verlagen.

Redactioneel commentaar: Bij COPD zijn verder met name relevant zoutrestrictie, vette vis/visolie ; cafeïne , Boswellia serrata ; een multi ; vitamine C, lycopen , magnesium, Panax ginseng, Q10 en bepaalde synbiotica. Life-style veranderingen : minder zout, meer vette vis, wel/meer koffie, algemeen gezonder eten : tomaten (lycopen) en magnesiumrijk voedsel (pure chocola, walnoten, amandelen etc.), probiotica-bevattend voedsel etc. zijn een goed begin. Ben je allergisch voor bijvoorbeeld walnoten, dan moet je die natuurlijk niet nemen. Supplementen zijn echter nog belangrijker.

Serenoa repens, selenium, lycopen, bromelaine en MSM een goede combinatie als aanvullende therapie voor chronische bacteriële prostatitis

(Cai T et al; Arch Ital Urol Androl 2016 Oct 5 ; 88(3):177-182 ; PMID 27711089)

Bij een chronische bacteriële prostatitis is het behandelingsresultaat met levofloxacin aantoonbaar beter wanneer er tevens een combinatie van selenium, lycopen, bromelaine, serenoa repens en MSM wordt gegeven.

Redactioneel commentaar: De toevoeging van een probioticum, C en cranberry, alle 3 werkzaam bij een urineweginfectie zou niet onlogisch zijn.

Lycopen en serenoa repens zijn ook bij prostatisme van belang en lycopen sec vertraagt de progressie van prostaatkanker.

Vitamine D vermindert risico op habituele abortus

(Samimi M et al Glob J. Health Sci 2016 Jul 12;9(3):57723 ; PMID 27806501)

In 2 groepen van 40 versus 40 werd de kans op habituele abortus getest. Vitamine D : 400 IU bleek de incidentie van habituele abortus significant te verminderen.

Redactioneel commentaar: Het zwakke punt is dat het eenzijdig getoetst wel, maar tweezijdig getoetst niet significant verschil. Doorgaan met extra foliumzuur is ook een manier om habituele abortus tegen te gaan.

Maitake-extract bevordert ovulatie bij vrouwen met polycysteus ovariaal syndroom (PCO)

(Chen JT et al; *J Altern Complement Med*. 2010 Dec; 16(12): 1295-9; PMID 21034160)

Bij vrouwen met PCO, waar met clomipheen geen ovulatie is opgetreden blijkt een Maitake-extract in vergelijking met niets extra's ovulatie significant te bevorderen.

Redactioneel commentaar: Het natuurlijke antidiabeticum berberine kan dit net als methformine overigens ook.

Vitamine C gaat postoperatief atriumfibrilleren na cardiale chirurgie tegen

(Baker WL en Coleman CI; *Am J Health Syst Pharm* 2016 Nov 2; PMID 27806938)

In een meta-analyse, gebaseerd op 11 studies waarin extra C hetzij oraal, hetzij intraveneus is gegeven, bleek C in vergelijking met placebo dan wel non-placebo atriumfibrilleren na cardiale chirurgie te verminderen.

Redactioneel commentaar: Magnesium, carnitine, Q10, visolie en meidoorn zijn in deze in principe ook relevant. Los van atriumfibrilleren: bij het acute hartinfarct zijn C met E, carnitine en Q10 relevant om de prognose te verbeteren. De laatste 2 verminderen ook nog eens met zekerheid de sterfte.

Resveratrol zinvol bij Takayasu-arteriitis

(Shi G et al; *Immunology* 2016 Oct 14, pii: S0171-2985(16)30415; PMID 27771172)

Shi et al vonden dat dagelijks 250 mg resveratrol in vergelijking met placebo Takayasu-arteriitis verminderde. Mogelijk komt dit doordat resveratrol een zekere anti-tumor necrosis factor activiteit heeft.

Redactioneel commentaar: Resveratrol blijkt bij meer ziekten van belang dan voorheen werd gedacht. Zo ook bij de autoimmuunziekte Takayasu-arteriitis. Wat je er verder orthomoleculair bij zou kunnen geven is voor mij een open vraag. Logisch is om de middelen te geven die bij RA zinvol zijn. Toch is dit zeer speculatief: van visolie bijvoorbeeld vond ik in relatie tot deze ziekte niks.

Resveratrol vermindert androgeen-niveau's bij PCO (poly cysteus ovarieel syndroom)

(Banaszewska B et al; *J Clin Endocrinol Metab* 2016 Nov., 101 (11):4322-4328; PMID 27754722)

Resveratrol in een dagdosis van 1500 mg vermindert bij PCO-patienten ovarieel en bij nierandrogenen. Tevens verbetert de insulinegevoeligheid.

Redactioneel commentaar: In de voorgaande publicatie werd dagelijks 250 mg, hier dagelijks 1500 mg resveratrol gegeven. Zelf geef ik kankerpatienten indien resveratrol geïndiceerd is 250 tot 500 mg per dag. Bedenk verder dat zowel berberine als Maitake bij PCO de ovulatie bevordert.

Met enzymen gemodificeerde ginseng werkzaam tegen vermoeidheid

(Lee N et al; *J Altern Complement Med*. 2016 Oct 18; PMID 27754709)

Lee et al vonden dat ginseng behandeld met enzymen waardoor de beschikbaarheid van ginseng-saponinen vergroot wordt, vermoeidheid bij verder gezonde mensen in vergelijking met placebo vermindert.

Redactioneel commentaar: in dit verband zijn ook interessant vitamine C, Q10 (eventueel samen met B3: zie PMID 26212172), magnesium en acetyl-L-carnitine.

Nano-curcumine zinvol bij diabetes type 2

(Rahimi HR et al; *Avicenna J Phytomed* 2016 Sep-Oct; 6(5):567-77; PMID 27761427)

Nanocurcumine blijkt bij diabetes type 2 in vergelijking met placebo de nuchtere bloedsuikerspiegel, het HbA1C, het slechte cholesterol en de triglyceriden te verlagen.

Redactioneel commentaar: Van curcuminen was al bekend dat die het ontstaan van diabetes type 2 vertragen. Nu is er van nanocurcuminen ook een therapeutisch effect aangetoond wanneer de diabetes type 2 zich manifesteert. De nanotechnologie is een revolutie in de geneeskunde. Er is inmiddels zelfs een aparte studierichting voor : de nanobiologie onder andere aan de TU-Delft.

Ter memorering : ook berberine (met stip op nummer 1), resveratrol, liponzuur , chroom, Q10, Panax ginseng, zink, selenium, melatonine, aloe vera, vitamine C, magnesium, vitamine D , olijfolie, en last but not least vette vis zijn complementair bij diabetes type 2 van belang.

Regulier is nu ook het inzicht doorgebroken dat strenge vetbeperking bij diabetes type 2 niet een automatisch slim advies is!!