

## NIEUWS UIT DE RESEARCH (NUDR) JUNI 2015

### **Curcumine vermindert angst , maar niet depressie bij personen met obesitas**

*(Esmaily H et al; Chin J Integr Med 2015 ; Mar 17 ; PMID 25776839)*

Dagelijks 1 gram curcumine vermindert bij personen met overgewicht in vergelijking met placebo angst, maar niet depressie.

Redactioneel commentaar : Naast curcuma is natuurlijk ook kava kava een goed anxiolytisch middel, al moet dit laatste wel onder begeleiding van een arts gegeven worden.

Uiteraard valt weer de veelzijdigheid van curcuma op : vermindert ook de kans op diabetes type 2 ; is goed bij neuropathie ten gevolge van diabetes ; vermindert klonteringsneiging erythrocyten bij diabetici ; vertraagt Kahler in een vroeg stadium ; het verbetert het lipidenprofiel ; vermindert pijn bij reumatoide artritis ; is goed bij SLE ; verlengt bij colitis ulcerosa-patienten de remissieperiode etc.

### **Magnesiumsulfaat vermindert pijn tengevolge van een propofolinjectie in vergelijking met een placebo even goed als ondansetron**

*(Rahimzadeh P et al; Adv Biomed Res 2015 Feb 17;4: 56 ; PMID 25802825)*

Magnesium blijkt in de anaesthesie zoals de titel aangeeft relevant om de pijn te verminderen.

Redactioneel commentaar : Sommige voedingsstoffen hebben alleen dan wel in combinatie met geneesmiddelen onder omstandigheden duidelijke pijnstillende eigenschappen. Capsaïcine vermindert lokaal geapplied gewrichtspijn ; cafeïne (50 mg) potentieert de pijnstillende werking van zowel paracetamol als aspirine; vitamine B12 versterkt de pijnstillende werking van diclofenac ; vitamine E heeft an sich pijnstillende eigenschappen o.a. bij reumatoide artritis ; dagelijks 1 gram L-carnitine plus 2 keer 300 mg liponzuur vermindert pijn ten gevolge van een hernia etc.

### **Glutamine intraveneus vermindert ernst neuropathie cisplatin**

*(Huang JS et al; J Chemother 2015 Mar 23; PMID 25800685)*

Huang JS et al vonden dat intraveneus gegeven glutamine de progressie van neuropathie door cisplatin in vergelijking met intraveneus gegeven calcium en magnesium vertraagde.

Redactioneel commentaar : Er zijn meer manieren om neuropathie door cisplatin tegen te gaan : allereerst NAC (2 keer 600 mg per dag) ; intraveneus gegeven glutathion en extra E kunnen in deze ook zinvol zijn. Er zijn nog andere bijwerkingen van cisplatin die ook tegengegaan kunnen worden : melatonine verminderde de kans op infecties tijdens behandeling met cisplatin en heeft niet zelden zelf therapeutische consequenties ; extra magnesium vermindert de kans op nierschade en ook selenium (seleniet) helpt de nier te beschermen etc.

### **Boswellia en ook Vaccinium myrtillus zijn lokaal geappliedeerd zinvol bij psoriasis en bij 'erythemateus eczeem'**

Togni et al vonden bij zowel patienten met psoriasis als bij patienten met een 'erythemateus eczeem' met zowel een creme met Vaccinium myrtillus als met een creme met Boswellia duidelijke verbeteringen in vergelijking met een placebo-creme.

Redactioneel commentaar : bij psoriasis zijn voor lokale therapie ook nicotinamidecreme (1,4%), dan wel vitamine D (3 mg per gram creme) opties. Voorts is alcoholbeperking vaak verstandig en ook veel vette vis. Bepaalde fumaarzuurzouten kunnen ook genomen worden, maar dan onder duidelijke medische supervisie (niet alle zouten zijn werkzaam en zwangeren mogen ze niet nemen).

**Luteine (met zeaxanthine) bevordert herstel ogen van photostress en verbetert contrast van kleuren**  
(Hammond BR et al; *Invest Ophthalmol Vis Sci* 2014 Dec 2;55(12):8583-9; PMID 25468896)

Hammond et al gaven jongeren dagelijks 10 mg luteine plus 2 mg zeaxanthine dan wel een placebo. De gezichtsscherpte was in de suppletiegroep niet duidelijk beter, maar wel het kleurencontrast en ook het herstel van lichtstress.

Redactioneel commentaar : Inmiddels is aangetoond dat een dergelijk mengsel ook de snelheid waarmee informatie via de ogen verwerkt wordt, versnelt. Van luteine sec is ook aangetoond dat het de gevoeligheid van de retina voor licht verbetert, dat het de progressie van staar vertraagt en leeftijdsafhankelijke maculadegeneratie vertraagt en zelfs kan verbeteren. Voor de behandeling van deze vorm van maculadegeneratie zijn ook van belang visolie, carnitine, Q10, zink, vitamine C, E en beta-caroteen.

**Kans op te hoge bloeddruk tijdens zwangerschap lager door extra magnesium**  
(Rylander R en Bullarbo M; *Pregnancy Hypertens* 2015 Jan;5(1):150; PMID 25787654)

In een dubbelblind, gerandomiseerd onderzoek laat zien dat magnesiumcitraat de kans op de ontwikkeling van te hoge bloeddruk bij zwangeren in verlaagt.

Redactioneel commentaar : Dit maakt de toepassing van magnesium (iets van 15 mmol per dag) in geval van preeclampsie tijdens de zwangerschap wel heel logisch. Onderzoek wijst er echter op dat ook een calciumtekort preeclampsie in de hand werkt (PMID 25241701). Alleen extra vitamine D (let wel alleen) echter leidt wel tot grotere en zwaardere kinderen, maar niet tot minder keizersneden, minder preeclampsie of minder vroeggeboorten (PMID 25813278).

**Koreaanse ginseng werkzaam tegen droge oogsyndroom bij glaucoom**  
(Bae W et al; *J Ginseng Res* 2015 Jan;39(1):7-13; PMID 25535471)

Bae HW et al vonden met Koreaanse ginseng een grotere stabiliteit van de traanfilm bij patienten met glaucoom en daardoor een vermindering van voorkomen van het droge oog syndroom.

Redactioneel commentaar : Behalve bij droge ogen door glaucoom, kan deze ginseng ook zinvol zijn bij kinderen die hyperactief zijn en een gebrek aan aandacht hebben (zie hieronder), maar ook in geval van COPD, diabetes, potentiële klachten en overgangsklachten. Voorts vermindert Panax ginseng angst en pijn bij fibromyalgie en verbetert het de cognitie, al is het evenwel niet zinvol ter behandeling van dementie.

**Koreaanse ginseng zinvol bij kinderen met hyperactiviteit en gebrek aan aandacht**  
(Ko HJ et al; *J Child Adolesc Psychopharmacol* 2014 Nov; 24(9):501-8; PMID 25369174)

Redactioneel commentaar : Bij dergelijke kinderen zijn ook visolie en melatonine (voor slapen in te nemen) zinvol.

**Astragalus membranaceus injecties naast conventionele behandeling zinvol bij virale myocarditis**  
(Piao YL en Liang XC; *Chin J Integr Med* 2014 Oct;20(10):787-91; PMID 25098261)

Een meta-analyse van RCT's laat zien dat Astragalus membranacea injecties ingeval van virale myocarditis het herstel door conventionele behandeling versnelt.

Redactioneel commentaar : Het Astragalus-polysaccharide vermindert ook de bijwerkingen van chemo bij het NSCLC en geeft een langere overleving ; zie bijvoorbeeld PMID 21928106