

NIEUWS UIT DE RESEARCH (NUDR) augustus 2017

Ginkgo biloba extract LI 1370 verbetert taakvaardigheid bij lopen in geval beginnende cognitieve achteruitgang

(Gschwind YJ et al; Aging Clin Exp Res 2017 Feb 8; PMID 28181206)

Bij patiënten met beginnende dementie is het lopen vaak minder stabiel. Ginkgo biloba extract LI 1370 blijkt de loop in vergelijking met placebo duidelijk te verbeteren.

Redactioneel commentaar: Naast Ginkgo biloba zijn vooral carnitine en fosfatidylserine geschikt om het ontstaan van dementie tegen te gaan. Aanwijzingen, dat curcuma, visolie, groene thee onder andere dat ook doen zijn er ruimschoots.

EGCG werkzaam bij zwangerschapsdiabetes

(Zhang H et al; J Hum Nutr Diet 2017 Mar 6; PMID 28266082)

Zhang et al gaven vrouwen met zwangerschapsdiabetes hetzij 500 mg EGCG hetzij placebo. Met EGCG waren de maternale diabeteswaarden beter en waren er minder neonatale complicaties.

Redactioneel commentaar: Dit is een interessant resultaat omdat eigenlijk qua supplementen wel naar diabetes type 1 en 2 is gekeken, maar weinig naar deze vorm van diabetes. Ook is het de eerste studie die ik ken, waarin de toepassing van EGCG zinvol blijkt te zijn. Het ligt uiteraard voor de hand dat vele andere middelen die voor de behandeling van diabetes type 2 zijn beschreven, bij zwangerschapsdiabetes ook zinvol zullen zijn, al moet er wel met de zwangerschap rekening gehouden worden.

Melatonine en snelle angioplastie bij een infarct is gunstig; melatonine plus late angioplastie is ongunstig

(Dominguez-Rodriguez A et al; Am J Cardiol. 2017 May 30; PMID 28645475)

Bij een infarct kan door een bloedvat met een ballonnetje op te rekken (angioplastie) de doorbloeding weer op gang komen. Wanneer intracoronair en intraveneus melatonine werd gegeven bij de eerste tekenen van een infarct bleek de infarctgrootte na angioplastie kleiner. Angioplastie moest dan wel binnen 136 plus/min 23 minuten plaatsvinden. Angioplastie na pas 249 plus/min 49 minuten met melatonine resulteerde echter in een grotere infarctgrootte.

Redactioneel commentaar: Over melatonine is inmiddels veel bekend. Het verlaagt de bloeddruk, verbetert de glucose tolerantie, remt vele soorten kanker in de groei, heeft anaesthetische eigenschappen etc. Melatonine heeft echter niet altijd gunstige eigenschappen. Dit onderzoek laat zien dat melatonine kort na de eerste symptomen van een infarct gunstig is mits gevolgd door angioplastie en dat indien je laat met de angioplastie bent melatonine zelfs nadelig is.

NAC vermindert kans op nefropathie door contrastmiddelen bij coronaire angiografie; vitamine C voegt daar niets extra's aan toe

(Xu R et al J Am Heart Assoc 2016 Sep 23;5(9); PMID 27663415 en Feng Y et al; Nephrology (Carlton) 2017 Apr 27; PMID 28452187)

In een meta-analyse van RCT's vonden Xu et al dat NAC de kans op nefropathie door contrastmiddelen bij coronaire angiografie vermindert, maar dat dit bij perifere angiografie echter niet duidelijk was. Feng et al vonden dat vitamine C en NAC dit in gelijke mate konden, maar dat de combinatie niet beter werkt; dan stijgt zelfs de creatinine.

Redactioneel commentaar: NAC alleen is OK om de kans op nefropathie door contrastmiddelen te verminderen. Vitamine C doet dat ook, maar voegt niets aan het effect van NAC alleen toe.

Carnitine zinvol bij hemodialyse

(Aoki Y en Yamamoto T; *Saudi J Kidney Dis Transpl* 2017 May-Jun;28(3):477-482; PMID 28540882)

Drie keer per week intraveneus 2 gram carnitine bij dialyse vermindert de hoeveelheid benodigde darbepoetine met een factor 10!!

Redactioneel commentaar: Carnitine is ook gunstig bij het beloop van het acute hartinfarct, verbetert de potentie, gaat veel vormen van neuropathie tegen en vertraagt Alzheimer.

Carnitine zeer gunstig bij chronisch hartfalen

(Song X et al; *Biomed Res Int* 2017; 2017: 6274854; PMID 28497060)

In een meta-analyse van 17 RCT's met carnitine bij chronisch hartfalen verbetert carnitine heel duidelijk de hartfunctie en vermindert het de klachten. De sterfte is echter door carnitine niet duidelijk lager.

Redactioneel commentaar: hierbij zijn taurine, magnesium en Q10 vermoedelijk ook van belang.

Magnesium verbetert metabool profiel bij obese/prediabetische patiënten met milde tot matige chronische nierziekte

(Toprak O et al; *Kidney Blood Press Res.* 2017;42(1):33-42; PMID 28297698)

Toprak et al vonden bij hier in de titel genoemde patiënten met 365 mg magnesium per dag in vergelijking met placebo een vermindering van de insulineresistentie, een daling van de Hb1Ac, een daling van de insulinespiegel en een vermindering van de heupomvang. De bloeddruk veranderde niet duidelijk, maar wel duidelijk is dat bij dergelijke patiënten door extra magnesium het metabool profiel verbetert.

Redactioneel commentaar: Bij prediabetes kun je niet alleen denken aan extra magnesium, maar ook aan curcuma longa, berberine, chroom etc.

Curcumine al dan niet in combinatie met saffraan heeft een antidepressieve werking

(Lopresti AL en Drummond PD; *J Affect Disord* 2017 Jan 1;207:188-196; PMID 27723543)

In vergelijking met placebo hebben 500, maar ook 250 mg curcumine per dag een antidepressieve werking. Met een nog lagere dosering curcuminen plus 15 mg saffraan (alles steeds op dagbasis) werd ook een antidepressief effect gezien.

Redactioneel commentaar: Er zijn vele andere stoffen met een afhankelijk van het type depressie met een zekere antidepressieve werking, zoals melatonine, foliumzuur, fosfatidylserine, chroom, B6, carnitine, D met calcium, inositol en tryptofaan.

Curcumine goed voor cognitie

(Rainey-Smith SR et al; *Br J Nutr* 2016 Jun;115(12):2106-13; PMID 27102361)

Een curcuma-extract van dagelijks 1500 mg, dat zeer rijk aan curcuminen is, blijkt in vergelijking met placebo bij ouderen cognitieve achteruitgang bij ouderen 'stil te zetten'.

Redactioneel commentaar: We moeten onderscheid maken tussen stoffen die de kans op Alzheimer lijken te verminderen, zoals Ginkgo biloba, carnitine, fosfatidylserine, curcumine (en minder duidelijk cafeïne, EGCG, visolie etc.) en stoffen die de progressie van Alzheimer remmen: fosfatidylserine, vitamine E, huperzine A, carnitine, adenosylmethionine en citicoline, visolie etc. Sommige stoffen komen zoals blijkt in beide categorieën voor. In de therapeutische sfeer lijkt er ook voor kokos een rol weggelegd.

Ginkgo biloba kan bij vrouwen cognitie verbeteren

(Ong Lai Teik D et al; PLoS One 2016 Mar 3;11(3):0150447; PMID 26938637)

Bij vrouwen, maar niet bij mannen verbetert Ginkgo biloba door vergroten van de cardiovasculaire reactiviteit de cognitie. Het adaptogeen Panax ginseng blijkt dat echter bij beide sexen niet te kunnen.

Redactioneel commentaar: Dat door vergroten van de cardiovasculaire reactiviteit cognitie bevorderd wordt begrijp ik nog wel, maar waarom het bij vrouwen wel, maar bij mannen niet van betekenis is begrijp ik niet.