

Wat kun je ermee? De vraag die daarop volgt is: hoe moeten die voedingsstoffen eruit zien? Welke verbinding kun je het beste kiezen? Vervolgens gaan we kijken of je die stoffen ook in bepaalde systemen kunt plaatsten. Daarna gaan we kijken of er voor een bepaalde stof en het beeld waarvoor je die in zou willen zetten, ook een onderbouwing bestaat.

Deze gedachtegang loopt als een rode draad door de gehele opleiding met als doel, dat aan het einde van de opleiding een student begrijpt waarom hij bepaalde stoffen inzet.

Een ander onderscheid is, dat ik sinds 2006, meer dan andere opleiders, een verbinding wil maken met de reguliere geneeskunde door evidence based te werken. Hierdoor kan het zomaar voorkomen dat er voor een bepaald ziektebeeld maar drie stoffen zijn, die een positieve invloed zouden kunnen hebben. Hier zitten dan niet de 10 stoffen bij, die ook zouden kunnen werken en die in bepaalde middelen zitten of in een vademecum voorkomen.'

Deze gedachtegang brengt waarschijnlijk veel onderzoek en werk met zich mee bij het samenstellen van de lesinhoud?

'Het vergt zeker veel werk, maar de gedachtegang zelf is duidelijk en tegenwoordig is het internet een belangrijk hulpmiddel. Het is daarnaast zeer interessant werk.

Onderdeel van de opleiding is, dat we studenten een scriptie laten schrijven over een bepaalde voedingsstof. Hierbij geven we een aantal vaste onderdelen aan, die onderzocht moeten worden via uiteenlopende wetenschappelijke bronnen. Door dit onderzoek hoop ik dat studenten inzicht gaan krijgen in het toepassen van middelen en dat ze niet alles zomaar overnemen en aannemen, maar dat ze ook zelf kritisch blijven. Ze leren daarnaast zoeken en selecteren. Dit is eigenlijk vanaf het begin af aan een belangrijke doelstelling geweest om Ortho Linea te starten.'

“Van begin af aan willen we onze studenten leren grip te krijgen op de verschillende voedingsstoffen en hier kritisch naar te kijken.”

Is er in deze gedachtegang die aan de basis ligt van Ortho Linea, iets veranderd door de ervaring die je hebt opgedaan de afgelopen 10 jaar?

'Dat denk ik wel ja. Een van de dingen die is gebleken, is dat evidence based werken soms met een korreltje zout genomen mag worden. Het is duidelijk dat er in onderzoeken veel gerommeld wordt. De kunst is om dat te doorzien en kritisch te blijven kijken. Zelfs als het om 'gunstig' onderzoek gaat vanuit onze eigen branche!

Het tweede aspect is dat er middelen zijn, die zo goed werken dat een aantal firma's - met name regulier getint - daar patent op heeft aangevraagd en dat die middelen geregistreerd zijn als medicijn. Hierdoor zijn er middelen die zowel als medicijn verkrijgbaar zijn en ook als voedings-supplement. Voorbeelden zijn ginkgo biloba, visolie en carnitine. Hierdoor hebben deze stoffen een duale status gekregen.

Ik denk dat het belangrijk is altijd de actualiteit te blijven volgen, veranderende beelden in kaart te blijven brengen en altijd een kritische houding te blijven behouden.

De slogan die ik vanaf de oprichting heb gehad - 'Orthomoleculaire geneeskunde heeft de toekomst' - blijkt in mijn ogen méér en méér de waarheid weer te geven, omdat er steeds meer interesse is in dit vakgebied, het steeds vaker wordt toegepast en het steeds dichter tegen de reguliere geneeskunde aanleunt.

Dat laatste merk ik in het aantal lezingen dat ik heb mogen geven aan bijvoorbeeld de Universiteit van Amsterdam aan studenten psychologie vorig jaar. Die gingen over Food for Thought. Ik stond naast drie professoren en ik mocht het hebben over de relatie tussen de darmen en de hersenen. En dat was een interessant onderwerp voor die studenten, want daar wisten ze eigenlijk niets vanaf.

Ook heb ik mogen spreken voor farmacie- en geneeskundestudenten van de Universiteit van Utrecht dit jaar. En ook daar kreeg ik reacties als: waarom weten wij dit niet? Hoe kan het dat dit niet zit ingesloten in onze opleiding?

Dat was een heel goede vraag en die leidde tot een nuttige discussie. Uiteraard hadden we het over voedingsstoffen die echt goed zijn onderzocht.

Waar we onder andere over gehad hebben is het gebruik van foliumzuur. Wij zijn nu zover dat foliumzuur uit den boze is. Dat geef je niet meer. We geven nu 5-methyl-hydrofolaat (5MTHF). Maar daar is helemaal geen kennis over.'

Hoe komt het dat dit soort onderwerpen niet is ingesloten in universitaire studies?

'Ik denk dat dat komt omdat voeding eigenlijk een beetje een ondergeschoven kindje is. Geneeskundestudenten houden zich niet bezig met dit soort stoffen. Het gaat hier om voedingsstoffen en niet om medicijnen. Oneerbiedig gezegd zijn het medicijnstudenten en geen geneeskundestudenten.

Ik voorzie niet dat op korte termijn kennis over voeding en voedingsstoffen wordt geïntegreerd in het curriculum, maar ik zie wel dat er interesse bestaat onder studenten. Als zij na hun studie aan het werk gaan, zullen ze allemaal mensen tegenkomen in hun praktijken of apotheek die hier wel mee bezig zijn.

Hoe deze kennis geïntegreerd zal moeten worden, dat weet ik niet. Ik denk dat dat vanuit de studenten zelf zal moeten komen.

Toch is er ook beweging onder artsen. Onlangs is er een groep 'Arts en Voeding' ontstaan, die



recent een congres heeft georganiseerd waar 400 artsen aanwezig waren. Dat geeft wel degelijk aan dat er meer interesse ontstaat.

Zelf zou ik wel een rol willen spelen bij de integratie van beide werelden en ik denk dat er in Nederland meerdere personen zijn die hier heel goede ideeën over hebben. Waar dat aan te knopen of wat het startpunt is, dat weet ik niet. Misschien dat het nu net iets te vroeg is. Je ziet een beweging ontstaan, maar misschien is het op dit moment nog te vroeg om daarop in te stappen.'

Ortho Linea bestaat 10 jaar en dat wordt gevierd met een speciaal congres.

'Op zaterdag 19 november organiseren we het AGEs-congres in het Kontakt der Continenten in Soesterberg.

Vanaf 2006 behandel ik al het begrip AGEs (Advanced Glycation Endproducts) in de lesstof als mogelijke ontwikkeling van een verstoring of risico in het lichaam. In die tijd was hier bijna niets over bekend. In 2012 ben ik tegen een apparaat aangelopen waarmee je AGEs kunt meten en ook dat heb ik binnen de opleiding betrokken.

AGEs ontstaan in het lichaam door een combinatie van suiker en eiwitten. Normaal gesproken kan het lichaam AGEs opruimen, maar als het teveel wordt kunnen AGEs oxidatieve stress en ontstekingen veroorzaken en weefsels in het lichaam gaan verstoren, zoals nieren, hersenen, botstelsel, hart en ogen.

Een aantal jaar geleden is er een handzamer apparaat op de markt gekomen om AGEs te meten. De bedoeling was dat een vereenvoudigde versie van dit apparaat bij de huisartsen terecht zou komen. Waarom dit niet is gebeurd, weet ik niet. Wat ik wel heb gemerkt is dat veel huisartsen nog nooit van AGEs hebben gehoord.

Het onderwerp wordt ook wel gebagatelliseerd; zo van: dan moet je maar wat gezonder eten. Voor een deel klopt dit, omdat een deel van de AGEs via de voeding binnenkomt. Het andere deel wordt echter in het lichaam zelf geproduceerd. Aangezien de nieren verantwoordelijk zijn voor de uitscheiding van AGEs, is ook de werking van de nieren van belang.

Het apparaat wordt door steeds meer therapeuten en artsen in Nederland gebruikt, maar het wordt ook gebruikt voor onderzoek. Inmiddels zijn er meer dan 120 peer reviewed onderzoeken gepubliceerd waarbij dit apparaat betrokken was. Er wordt breed onderzoek gedaan; onder andere bij COPD, bij zwangeren en bij mensen met vaat schade en etalagebenen. Momenteel loopt er ook onderzoek aan de Universiteit van Maastricht. Omdat dit onderwerp de opleiding van Ortho Linea mede onderscheidt van andere opleidingen, leek het mij leuk om hier een congres over te organiseren. Hiermee wil ik ook terugkijken op de ontwikkelingen over AGEs de afgelopen 10 jaar. De sprekers staan inmiddels vast. Zo mag ik Pim Christiaans verwelkomen. Hij schreef onder meer *De houdbare man*, *De houdbare vrouw* en *Check je houdbaarheid*. Daarnaast zullen Jibin Chi, professor doctor Schalwijk, die mede bekend is door de uitspraak 'de zoete inval', en ikzelf op het congres spreken.

We gaan het hebben: Wat zijn AGEs? Hoe ontstaan ze? Hoe breng je ze in kaart? Wat brengen ze teweeg in het lichaam? en Wat kun je ertegen doen? Deelnemers die nog niets van AGEs afweten, krijgen een zeer interessant onderwerp voorgeschoteld en deelnemers die al meer weten, worden bijgepraat over het onderwerp.

Alle informatie over het congres is te vinden op een speciale website.'

Waar gaat Ortho Linea naartoe de komende jaren?

'Naar een verdere professionalisering die tot uiting komt in onder andere een vierjarige opleiding. Daarnaast willen we nieuwe, originele opleidingen gaan ontwikkelen. Een nieuwe interessante opleiding over een onbekende groep voedingsstoffen! En natuurlijk het jubileumcongres over AGEs. Dit is ons eerste congres en we kijken er enorm naar uit!'

Alle informatie over het congres is te vinden op www.agescongres.nl. Informatie over de Ortho Linea en de verschillende opleidingen is te vinden op www.ortholinea.nl