

# FEITEN EN COMMENTAREN OVER ALCOHOL EN DRUGS

115-de jaargang no. 6

november-december 2015

## EINDEJAARSFEESTEN AANLEIDING TOT EXTRA ALCOHOL- RECLAME

Het is alweer bijna december, de donkerste maand van het jaar. Van oudsher zijn de zonnewende en het naderen van het nieuwe jaar aanleiding geweest tot bezinning op het bijna voorbijge jaar. Buiten is veelal onaangenaam vertoeven, dus probeert de mens van oudsher om het binnenshuis gezellig te maken. De maand december is daardoor op onze breedtegraad altijd onverbrekelijk verbonden geweest met bezinning en huiselijkheid.

Zowel de huiselijke feesten als de bezinning, zijn in onze moderne maatschappij doelwit geworden van commerciële uitbuiting. We worden de laatste twee maanden van het jaar overspoeld door een tsunami van reclame. Die zou ons bijna doen denken dat feestvreugde alleen door materiële zaken bevorderd kan worden. Immateriële zaken kunnen dat echter minstens zo goed. Alleen valt daar minder aan te verdienen, dus wordt er veel minder reclame voor gemaakt. En gratis feestvreugde is in onze consumptiemaatschappij helemaal onder in de doofpot gestopt.

Het alcoholgehalte van de reclame is in deze periode duidelijk hoger dan de rest van het jaar. Alle verleidingskunsten waar de reclame over beschikt, worden voor veel geld op de consument losgelaten. Reclame probeert op die manier het kritisch denken te overstemmen. Er wordt de toeschouwer een beeld voorgehouden van een aantrekkelijke sociale omgeving waarin het drinken van alcohol standaard is. Hem wordt daarmee gesuggereerd dat hij door ook die drank te gaan drinken, in een vergelijkbare situatie terecht zal komen als de reclame hem toont.

De suggestieve reclame voor alcohol overstemt het besef dat alcohol ook in staat is om gezelligheid te verstoren, om feestvreugde in ruzie te doen omslaan. Die reclame suggereert verder dat feestvreugde iets is dat gekocht kan worden. Mensen worden zo verleid om drank te kopen hoewel zij dat niet van plan waren. Kortom: alcoholreclame probeert feestvreugde te versmallen tot consumptievreugde.

Door het suggereren van een verband tussen feestvreugde en alcoholgebruik, kan de reclame mensen die zich helemaal niet feestelijk voelen in de verleiding brengen om kunstmatig gevoelens van feestvreugde op te wekken met behulp van drank. Dat levert echter geen feestvreugde maar bedwelming op. Alcohol fungeert dan als vluchtmiddel of als troostmiddel. Dat zijn echter de slechtst denkbare redenen om alcohol te drinken. Zo gebruikt kan alcohol maar al te gemakkelijk tot verslaving aanleiding geven.

Alcohol werkt verdovend op het menselijke organisme. Daardoor verminderen waarnemingscherpte en logisch denkvermogen. Bezinning vraagt echter allereerst om een scherp waarnemingsvermogen. Vervolgens vraagt bezinning helderheid van geest, om logisch redenerend tot steekhoudende conclusies te komen. Alcohol gaat die scherpte en helderheid tegen, legt als het ware een mist over de bezinning. Alcohol heet niet voor niets benevelend.

De alcoholreclame drukt de bezinning zoveel mogelijk weg uit het publieke bewustzijn. Bezinning zou er wel eens toe kunnen leiden dat men minder alcohol gaat drinken. Dat wil de alcoholbranche niet. Het gaat hen niet om bezinning of bewustwording, maar om geld verdienen. Daartoe moet de consumptie aangewakkerd worden.

Dr.ir. D.Korf



ALCOHOL KOST DE  
SAMENLEVING RUIM  
TWEEMAAL ZOVEEL  
ALS HIJ OPLEVERT



## E-SIGARET MINDER VERSLAVEND DAN GEWONE SIGARET ?

**Uit een studie van Cardiff University zou blijken dat een elektronische sigaret minder verslavend werkt dan een sigaret van tabak. Merkwaardig omdat zij beide nicotine bevatten en die stof geldt als de oorzaak van het verslavende karakter van de rookgewoonte.**

De onderzoekers ondervroegen (in Wales) meer dan 10.000 jongeren tussen 11 en 16 jaar naar hun ervaringen met roken. Van hen bleek 12,3 procent wel eens een e-sigaret geprobeerd te hebben. Maar slechts 1,5 procent verklaarde dat regelmatig te doen. "Regelmatig" definieerden de onderzoekers daarbij als : minimaal eens per maand.

In hoeverre een enquête een reëel beeld van de werkelijkheid geeft, kan betwijfeld worden. Vooral waar het omstrede zaken betreft, zijn geënquêteerden vaak geneigd de waarheid wat bij te kleuren in de richting van wat zij denken dat het wenselijke antwoord is. Afgelopen zomer publiceerden

## ZUIPSCHUITEN VOOR DE KOSTEN LATEN OPDRAAIEN ?

Jongeren die te veel hebben gedronken, zouden de ziekenhuisrekening tenminste deels zelf moeten betalen. Aldus de uitkomst van een recente enquête door het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS).

De afgelopen jaren is er al vaker discussie geweest over de vraag of comazuipers zelf zouden moeten opdraaien voor de kosten van hun ziekenhuisopname. Maart 2012 werd het voorgesteld door voorzitter Kingma van Medisch Spectrum Twente. Hij kreeg steun uit de wereld van medici en zorgverzekeraars, maar ook bijvoorbeeld van burgemeester Van der Laan van Amsterdam.

Herfst 2013 werd de zaak opnieuw ter discussie gesteld, ditmaal door zorgverzekeraar "de Friesland". Die had een enquête gehouden onder



zuipschuitje

haar verzekerden over de vraag welke medische kosten voor rekening van de patiënt zouden moeten komen. Comazuipers bleken verreweg het minst populair bij de geënquêteerden, Maar liefst 64 procent van hen was van mening dat comazuipers hun medische kosten zelf zouden moeten betalen. Rokers waren minder impopulair, 40 procent van de deelnemers wilde hen hun ziekenhuiskosten zelf laten betalen.

De minister was tegen het idee. Zij verklaarde dat de spoedeisende hulp (SEH) in een ziekenhuis niet voor niets onder de basisverzekering valt. Iedereen moet daar op kunnen rekenen, en is er daarom ook verplicht voor verzekerd. Zij zag daarom nogal wat juridische bezwaren tegen het voorstel.

Dit jaar heeft het CBS de mening gepeild van de "gemiddelde Nederlander". Die bleek in overgrote meerderheid dezelfde mening tegegaan als de verzekerden van De Friesland. Ruim 80 procent van de geënquêteerden was van mening dat comazuipers hun ziekenhuisrekening tenminste deels zelf moesten betalen.

Ook met rokers had men weinig medelijden. Acht van de tien ondervraagden was van mening dat de kosten voor hulp bij het stoppen met roken geheel of gedeeltelijk voor eigen rekening zouden moeten komen. Hier lieten de ondervraagden het eigen belang zwaar meewegen. Zo vond 34 procent van de dagelijkse rokers dat hulp bij het stoppen volledig vergoed zou moeten worden. Onder de niet-rokers was maar 17 procent het daarmee eens.

## ZES DRANKRIJDERS PER DAG TOPJE VAN IJSBERG

**De agenten van politie-eenheid Noord-Nederland plukken gemiddeld zes mensen per dag van de weg die met teveel alcohol achter het stuur zitten. En dat zonder dat er speciale acties zijn tegen rijden onder de invloed.**

Vorig jaar werden in politiedistrict Noord-Nederland 2144 automobilisten betrapt op rijden onder de invloed van alcohol. Gemiddeld dus zes per dag. Rijden met een slok op, is daardoor nog steeds een dagelijkse realiteit. Met regelmatig schokkende ongevallen, vaak dodelijk, die veel ophef veroorzaken.

Deskundigen zijn het er over eens dat het aantal bekeuringen slechts het topje van de ijsberg is, en dat het werkelijke aantal drankrijders veel groter is. Maar alcoholcontroles hebben geen prioriteit meer. Dus zijn er geen acties

waarbij iedereen gecontroleerd wordt. Wat er nu aan bekeuringen wordt uitgedeeld, zijn min of meer toevalstreffers.

Toevalstreffers of resultaat van gerichte actie, jaarlijks worden in ons land ca. 22.000 drankrijders bij het CBR gemeld wegens inname van het rijbewijs. Een deel van hen raakt het rijbewijs definitief kwijt. Maar op de weg valt dat nauwelijks op. Het aantal niet-betrapt drankrijders is zo groot, dat er ieder jaar weer evenveel betrapt kunnen worden en voor een deel definitief uit het verkeer verdwijnen.

### COLOFON

**De GO** : tweemaandelijks voorlichtingsblad over alcohol en drugs, uitgegeven door de Stichting ANGOB. ISSN 0166-2880.

Postabonnement € 10,- per jaar.

**Verantwoordelijk eindredacteur:**

Dr. ir. D. Korf, Dresselhuisweg 20, 4105 DB Culemborg, tel 0345-473239, e-mail: dkorf@telfort.nl

**Administratie:**

W. Matla, Hof van Delftlaan 119, 2613 BL Delft, tel. 015-2126904, giro NL81 INGB 0000 849058.

**Artikelen voorgaande nummers:**

www.angob.nl

Weer een nieuw geneesmiddel tegen alcoholverslaving ?

## MEDICIJN TEGEN DIABETES EN OBESITAS WERKT BIJ RATTEN TEGEN ALCOHOLVERSLAVING

Onderzoek aan de universiteit van Göteborg lijkt een nieuw geneesmiddel tegen alcoholverslaving te gaan opleveren. Het betreft een bestaand geneesmiddel dat wordt toegepast bij de behandeling van diabetes en obesitas.

Het geneesmiddel is gebaseerd op het menselijk hormoon GLP-1. Dat hormoon zorgt voor stabilisatie van het glucosegehalte van het bloed gedurende en na de maaltijd. Het geneesmiddel stimuleert de afgifte van insuline en remt de afgifte van glucagon. Insuline zorgt voor een daling van het glucosegehalte van het bloed, glucagon bewerkstelligt een stijging van het glucosegehalte van het bloed. Het middel remt het effect van de maaltijd, te weten een stijging van het glucosegehalte van het bloed, door die dubbele werking dus af.

Het middel is gebleken ook de manier te beïnvloeden waarop de hersenen reageren op voedsel. Daardoor werkt het niet alleen bij diabetes, maar

ook bij obesitas. Het lijkt er op dat het verlangen naar eten afneemt, en dat tijdens het eten sneller een gevoel van verzadiging optreedt.

Het drinken van alcohol leidt tot het vrijkomen van dopamine in het "beloningscentrum" van de hersenen. Dat veroorzaakt een gevoel van euforie, van welbehagen. De Zweedse onderzoekers hebben nu ontdekt dat het geneesmiddel tegen diabetes, ook de vrijgifte van dopamine belemmert. Het gevoel van welbehagen blijft daardoor uit. Zowel het eten als het drinken verliezen hun effect op het welbehagen.

De onderzoekers constateerden dat ratten die gedurende een aantal maanden gewend waren gemaakt om grote hoeveelheden alcohol te drinken, na toediening van het geneesmiddel hun alcoholgebruik met 30 - 40 procent verminderden. Ook verminderde het de motivatie om alcohol te drinken van ratten met aangeboren "alcoholzucht".

Alles bij elkaar voldoende redenen om een onderzoek te starten naar de werking van het middel bij menselijke alcoholverslaafden. Het zal dus nog even duren voor het middel op de markt komt. Ook zijn de onderzoekers van plan om na te gaan of het hier een universeel middel tegen verslaving betreft, dat ook bruikbaar is tegen verslaving aan nicotine en cannabis.

Dingeman Korf



## RUIM DRIEKWART VAN DE NEDERLANDERS DRINKT ALCOHOL

Het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) heeft afgelopen zomer cijfers bekend gemaakt uit de Gezondheidsenquête 2014. Hieruit blijkt dat ruim driekwart van de Nederlanders alcohol gebruikt, en dat het resterende kwart te verdelen valt in vrijwel evenveel ex-drinkers als nooit-drinkers.

De cijfers van het CBS hebben betrekking op de bevolking van 12 jaar en ouder. Daarvan geeft 76,7 procent te kennen (regelmatig) alcohol te drinken. Als wij in aanmerking nemen dat jongeren van 12 tot en met 14 jaar nauwelijks drinken, dan zal dus boven de 14 jaar het percentage drinkers nog hoger liggen. Van de volwassen bevolking drinkt afgerond 80 procent alcoholhoudende drank.

Het CBS noemt 12,0 procent van de drinkers een overmatige drinker. Dat wil zeggen meer dan 21 glazen per week voor mannen en meer dan 14 glazen per week voor vrouwen. De groep daaronder, die van de zware drinkers, omvat 11,5 procent van de drinkers. Dit betekent dat 23,5 procent (bijna een kwart) van de drinkers na kortere of langere tijd alcoholische drank oploopt.

Opvallend is het grote aandeel ex-drinkers. Volgens de CBS-meting 10,6 procent van de bevolking ouder dan 12 jaar. Dat aandeel is duidelijk hoger dan een jaar of dertig geleden. Het ligt slechts 1,1 procent lager dan het aandeel van de nooit drinkers. Dat bedraagt namelijk 11,7 procent van de 12-plussers.

Kijken wij naar jongeren van 12 tot en met 17 jaar, dan zien wij dat in 2014 éénderde van hen drinkt, 12,2 procent wel eens heeft gedronken maar niet de laatste 12 maanden en 54,4 procent nog nooit heeft gedronken. Verontrustend is het feit dat 10,5 procent van de drinkende jongeren tot de zware drinkers behoort.

### Drink met de feestdagen gezond en alcoholvrij

De laatste twee maanden van het jaar worden we overspoeld door een tsunami van alcoholreclame. Die probeert ons wijs te maken dat drank, en dan vooral wijn, de feestvreugde zal verhogen, en dus niet gemist kan worden gedurende de feestdagen. Dat alcohol ook feestvreugde kan vernietigen, en al vaak oorzaak is geweest van verdriet in plaats van vreugde, is een waarheid die zorgvuldig wordt verzwegen.

De overvloed aan alcoholreclame dringt het besef dat er alcoholvrije alternatieven bestaan, geheel naar de achtergrond. Op de "dag van de alcoholvrije leefstijl" 19 september op het Spook hebben we kennis kunnen maken met de alcoholvrije wijnen en likeuren van LaSource uit Huizen. In aanvulling daarop lijkt het ons goed om de rangorde van gezonde vruchtensappen, zoals ruim twee jaar geleden opgesteld door prof. Crozier van de universiteit van Glasgow, nog eens in herinnering te roepen.

Crozier kwam tot de volgende rangschikking, met het "gezondste" vruchtensap bovenaan :

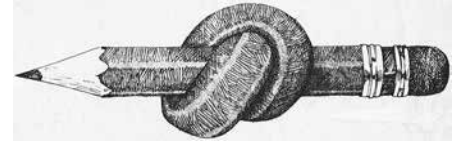
- Sap van blauwe druiven
- Sap van pompelmoes (grapefruit)
- Sap van veenbessen (cranberries)
- Troebele appelsap.
- Granaatappelsap

(rangschikking op basis van gehalte aan anti-oxidanten)





## CANNABISGEBRUIK IN V S IN TIEN JAAR VERDUBBELD !



### Uitkomst regionale meting West-Brabant

## LEEFTIJDGRENSEN ALCOHOL NOG STEEDS SLECHT NAGELEefd

Na de invoering van de verhoogde leeftijdsgrens voor alcohol per 1 januari 2014, is dat jaar op verschillende plaatsen in ons land nagegaan hoe het met de naleving stond. Die bleek toen in diverse regio's slechter te zijn dan een jaar eerder. Dat werd vergoelikt met het argument dat de verkopers nog moesten wennen aan de nieuwe grens. Een jaar later blijkt er echter nog geen verbetering te zijn bewerkstelligd.

De gegevens kwamen deze keer uit de regio West-Brabant. STAP voert daar om de twee jaar een onderzoek uit. Met behulp van zogenaamde "mystery-shoppers" is de naleving van de leeftijdsgrens gecontroleerd in cafetaria's, slijterijen en sportkantines. Verspreid over de regio zijn in totaal 262 koopopgingen gedaan. In slechts 51 gevallen controleerde de verkoper de leeftijd van de koper correct. Een naleving van niet meer dan 19 procent ! Vier van de vijf minderjarige jongeren konden gewoon alcohol meekrijgen.

Het slechtst deden de cafetaria's het. Van de 48 koopopgingen in cafetaria's slaagden er 47. Slechts éénmaal werd alcohol geweigerd.

In de Verenigde Staten zijn cannabisproducten (marihuana, wiet, hasj) de afgelopen tien jaar sterk in populariteit gestegen. Het gebruik van cannabis is meer dan verdubbeld ! Dat heeft het aantal problematische gebruikers doen toenemen tot bijna zeven miljoen. Aldus de uitkomst van een onderzoek door het medische tijdschrift JAMA Psychiatry.

Voor het onderzoek werden circa 36.000 volwassen Amerikanen ondervraagd over hun cannabisgebruik. Ongeveer 9,5 procent van hen gaf aan in de loop van het jaar wel eens cannabis te hebben gebruikt. Bij een soortgelijk onderzoek tien jaar eerder, was dat 4,1 procent geweest.

Vooral onder vrouwen, Afro-Amerikanen en Hispano-Amerikanen is sprake van een buiten-proportionele toename. Daarnaast was er sprake van een opmerkelijke stijging onder 65-plussers en onder volwassenen van middelbare leeftijd.

Gebruik van cannabis om medische redenen, is toegestaan in 23 Amerikaanse staten. In vier staten is ook het "recreatieve gebruik" (dus als genotmiddel) toegestaan. De toename van het aantal staten waar het gebruik is toegestaan, heeft bij het publiek de indruk gewekt dat cannabis een onschuldig genotmiddel is. Dit is volgens de onderzoekers echter geenszins het geval. Bij maar liefst éénderde van de gebruikers is sprake van misbruik en/of gewenning. Een groep van in totaal circa zeven miljoen "verslaafden", die behandeling behoeven.

## TE WEINIG ONDER- TEKENAARS VOOR CONVENANT

Onlangs heeft de gemeente Woensdrecht horecaondernemers, sportverenigingen, supermarkten en slijterijen benaderd voor deelname aan een convenant over het verantwoord verstrekken van alcohol.

Genoemd convenant houdt een aantal spelregels in voor beide partijen. Hierbij ligt de nadruk op de naleving van de leeftijdsgrens. Het convenant is volgens het persbericht gebaseerd op wederzijds vertrouwen. De drankverstrekkende partijen stellen alles in het werk om de leeftijdsgrens te laten naleven, en de gemeente zet meer in op preventie en kan daardoor meer gericht toezicht houden.

Van de horecaondernemers heeft 60 procent het convenant ondertekend, van de supermarkten 67 procent en van de sportverenigingen 40 procent. Opvallend is het geringe enthousiasme van de sportverenigingen. Blijkbaar heerst daar nog heel sterk een sfeer van "ons kent ons".

De over het algemeen trouwens zeer matige percentages, geven meteen de zwakte van het convenant aan. Er zitten teveel lekken in het systeem, de stroom alcohol naar minderjarigen zal er niet significant door afnemen.

## En dit...

... was een geval van alcoholische verwardheid bij een 38-jarige Amsterdammer.

Na een groot aantal alcoholische drankjes miste hij ineens zijn kat. Hij ging zoeken en dacht dat de kat op het dak van een gebouw in het centrum zat. Dus klom hij met zijn dronken kop naar boven. Eenmaal boven was er geen kat te zien. En de man durfde of kon niet meer naar beneden.

Een ladderwagen van de brandweer moest er aan te pas komen om de man van het dak af te krijgen. De kat bleef spoorloos . . . . .

\* \* \*

... was een recidivist in het plegen van geweld na alcoholgebruik.

De dader was een 24-jarige Groninger. Hij kwam voor de rechter wegens drie mishandelingen en een poging tot zware mishandeling. In juni had hij bij

het uitgaan een mede-uitgaander tegen de vlakte geslagen. Die ontwaakte pas in het ziekenhuis. De andere drie gevallen hadden zich beperkt tot schoppen en slaan. Verdachte erkende dronken te zijn geweest.

De officier van justitie eiste vier maanden elektronisch toezicht (door middel van een enkelband) en een voorwaardelijke celstraf van acht maanden om de man de komende twee jaar rustig te houden. Verder moet de man twee weken de cel in wegens een eerder opgelegde voorwaardelijke straf waarvan de proeftijd nog niet verstreken was . . . . .

\* \* \*

... was een 42-jarige Arnhemmer die zijn rijbewijs kwijtraakte.

De politie had rond 02.30 uur in de vroege zondagochtend, een melding gekregen dat er ter hoogte van Herveld een auto op de vluchstrook van de A-50 stond. Toen zij daar aankwamen troffen zij de auto aan met een sterk naar alcohol ruikende man achter het stuur. Zij namen de man een blaastest af. Die gaf 825 microgram aan, vier

keer het wettelijk maximum.

De man moest zijn rijbewijs inleveren en kreeg een lift naar het politiebureau. Zijn auto werd weggevoerd. Daar krijgt hij nog een rekening voor. Justitie beslist over eventuele teruggave van het rijbewijs . . . . .

\* \* \*

... was een bierfeestje op gevaarlijke hoogte.

De politie had een melding gekregen dat in Stadskanaal drie mannen op ruim 25 meter hoogte op een plateau van een zendmast zaten te drinken. Toen de agenten daar arriveerden, was één van hen, een 24-jarige Groninger al naar beneden gekomen. De twee anderen, resp. 22 en 34 jaar oud en uit Stadskanaal afkomstig, zaten nog boven met een krat bier.

Een agent klom naar boven en sommige de mannen naar beneden te gaan, wat zij deden. Op het bureau kregen zij processen-verbaal wegens betreden van verboden terrein en wegens openbare dronkenschap. Dat zij zichzelf in groot gevaar hadden gebracht bleef onvermeld . . . . .

## Estland durft happy hours wèl te verbieden

Estland heeft van 1919 tot 1990 deel uitgemaakt van de Sovjet Unie. In die tijd heerste er een uitermate alcoholvriendelijke wetgeving. Wodka stond op een voetstuk. Het land zit daardoor nog steeds opgescheept met een hoog hoofdelijk alcoholgebruik (ca 10 liter per hoofd) en alle gevolgen daarvan. Minister Ossinovski van Volksgezondheid, zet nu de aanval in op het nog steeds alcoholvriendelijke klimaat.

Volgens het door Ossinovski ingediende wetsvoorstel moeten winkels alcoholhoudende dranken scheiden van andere producten. Vanaf 1 januari 2018 mogen deze dranken nog slechts verkocht worden in een aparte ruimte. De verkoop van alcohol in tankstations wordt vanaf 1 januari 2017 geheel verboden.

De reclame voor drank wordt ook aangepakt. Buitenreclame wordt geheel verboden. TV-spots mogen nog slechts een stilstaand beeld vertonen. Radio-spots dienen zich te beperken tot productinformatie en worden verplicht een gezondheidswaarschuwing op te nemen.

Onderdeel van de aanpak van de reclame, is een verbod op het aanbieden van drank door middel van happy hours. Daar kan Nederland een voorbeeld aan nemen, met zijn jarenlang voortdurende discussie over een verbod op happy hours en op prijsstunten met drank in het algemeen !

## SCHENKEN ALCOHOL BUITEN HORECA NOG STEEDS VERBODEN

**Begin dit jaar was er nogal wat publiciteit over versoepeling van de regels voor de middenstand. Zo zou de strikte scheiding tussen de verschillende branches opgeheven worden. Een viertal gemeenten zou een experiment starten met opheffing van de strikte scheiding tussen middenstand en horeca. Aldus een persbericht van de VNG.**

Inmiddels is door de betrokken ministeries duidelijk gemaakt dat het niet bedoeling is dat winkels alcohol voor consumptie ter plaatse gaan schenken. De VNG was in zijn berichtgeving wat te hard van stapel gelopen.

De ministers Kamp en Plasterk, en staatssecretaris Van Rijn hebben naar aanleiding daarvan uitgesproken dat de experimenten binnen de mogelijkheden van de huidige Drank- en Horecawet dienen te blijven. Die wet eist een strikte scheiding tussen middenstand en horeca. Een biertje bij aankoop van een spijkerbroek blijft dus verboden.

Krantenberichten die op dit punt onvoldoende duidelijkheid boden, hadden echter al diverse plaatselijke clubs van middenstanders op het idee gebracht om een dergelijke vergunning

## Netto effect alcohol op gezondheid negatief VOORAL KANS OP KANKER DOOR ALCOHOL VERGROOT

Dat fors alcoholgebruik de kans op het krijgen van kanker vergroot, is al tientallen jaren bekend. De wetenschap zoekt steeds verder. Zo zijn er de afgelopen jaren diverse medische publicaties verschenen over het effect van matig tot licht alcoholgebruik op specifieke vormen van kanker. Een recente publicatie in het Engelse medische tijdschrift The Lancet (17 september) voegt nieuwe gegevens toe.

Het nieuwe onderzoek is verricht in 12 verschillende landen, onder supervisie van prof. Andrew Smyth van het Population Health Research Institute aan de McMaster Universiteit in Hamilton (Canada). Het onderzoek telde 115.000 deelnemers. Zij werden onderverdeeld naar land van inwoning op basis van het gemiddelde inkomen in dat land.

Canada en Zweden, samen 12.900 deelnemers, werden ingedeeld als landen met een hoog inkomen. Argentinië, Brazilië, Chili, Polen, Zuid-Afrika en Turkije, samen goed voor 24.400 deelnemers, werden bestempeld als landen met hoge middeninkomens. China en Colombia (48.800 deelnemers) als landen met lage middeninkomens. India en Zimbabwe tenslotte werden als landen met een laag inkomen geklassificeerd (28.800 deelnemers). Uit de indeling naar welvaartsniveau kwam meteen naar voren dat riskant, c.q. schadelijk drinkgedrag het meest voorkomt in landen met een laag welvaartsniveau. Zulks ondanks het feit dat daar het alcoholgebruik tot een kleiner deel van de bevolking beperkt is dan in de rijkere landen.



Prof. Andrew Smyth

Vervolgens werd gekeken naar de verdeling van de deelnemers op basis van hun drinkgedrag. Van de 115.000 deelnemers viel 31 procent onder de definitie "huidige drinkers". De groep bestond voor bijna driekwart uit lichte en matige drinkers (minder dan één, resp. één tot twee glazen per dag). Alle deelnemers waren in hun voorgeschiedenis vrij van hartziekten, hersenbloedingen en kanker.

De ontwikkeling van de gezondheid van de deelnemers werd gedurende vier jaar gevolgd. Het bekende verschijnsel deed zich weer voor dat de lichte drinkers minder vaak een hartinfarct kregen dan de niet-drinkers. Onder de niet-drinkers bevonden zich naar alle waarschijnlijkheid meer personen met een ongezonde uitgangspositie dan onder de lichte drinkers. Vooral de wijndrinkers hadden minder vaak een hartaanval (24 procent minder kans bij licht drinken). Zij moesten dit echter bekopen met een 51 procent verhoogde kans op kanker, en een 29 procent verhoogde kans op letsel.

Verdeeld naar de aard van de meest gedronken alcoholhoudende drank, was de vergroting van de kans op kanker bij wijndrinkers (alle hoeveelheden) 38 procent, bij drinkers van sterke drank 69 procent en bij bierdrinkers 20 procent.

De kans op het krijgen van één of andere vorm van kanker, bleek door alcoholgebruik met gemiddeld 51 procent toe te nemen. Sterfte aan kanker kwam in de onderzoeksperiode vooral voor onder de forse drinkers : 54 procent meer sterfte dan gemiddeld onder de bevolking.

De auteurs concluderen dat eventuele kleine voordelen van alcoholgebruik in het niet vallen bij de veel grotere nadelen. Het netto-effect van alcohol voor de volksgezondheid is zwaar negatief.

# VERSLAG DAG VAN DE ALCOHOLVRIJE LEEFSTIJL

Op zaterdag 19 september "vierde" Stichting ANGOB voor de eerste maal de "dag van de alcoholvrije leefstijl", een gemoderniseerde en feestelijk opgetuigde versie van de jaarlijkse "begunstigersdag". Een programma "voor elk wat wils", met een optreden van orkest Mudanthe, een workshop djembé trommelen, een presentatie door Anja v.d. Riet van Tactus Verslavingszorg, een proeverij van alcoholvrije drankjes door W. Dorrepaal van LaSource uit Huizen. En tussen alle "gastoptredens" in voorzitter Dingeman Korf over een jaar Stichting ANGOB en over het falende overheidsbeleid.



De weersomstandigheden zagen er aan het begin van de dag in sommige delen van het land niet zo gunstig uit. Mogelijk heeft dat sommige bezoekers thuis doen blijven. Maar op het Spoek zagen de aanwezigen het traditionele septemberzonnetje tijdens die dag uitgebreid zijn best doen.

De opening van de dag werd verricht door beheerder Ton van der Gaag. Hij vertelde kort iets over de nieuwe opzet van de dag, en gaf vervolgens het woord aan Anja v.d. Riet van Verslavingszorg Tactus, die ons iets kwam vertellen over het nieuwe programma "Ik Pas", ontwikkeld in samenwerking met het Trimbos Instituut.

Zij begon met het schetsen van de omstandigheden die tot het ontstaan van "Ik Pas" hadden geleid: de ontwikkeling van de Nederlandse drinkgewoonten sinds de jaren zestig van de vorige eeuw. Een ontwikkeling die verliep van alcoholgebruik bij feestelijke gelegenheden, via nagenoeg dagelijks drinken (bijv. bij de maaltijden) tot het huidige excessieve gebruik door jongeren, door verslaafden en door lijdens aan een "midlife crisis".

De marketing van de alcoholconcerns heeft er sterk toe bijgedragen dat met name onder jongeren alcoholgebruik steeds gewoner en steeds excessiever werd. De "uitvinding" van de "breezers" heeft hier ook flink aan bijgedragen.

Anja doorspekte haar betoog met vragen aan de zaal. Daaruit bleek dat deze zaal meer dan gemiddeld op de hoogte was van de alcohol situatie in ons land. Tot zover veel overeenkom-

sten met de presentatie vijf jaar eerder door Sonja Basemans, eveneens van Tactus, op onze toenmalige begunstigersdag.

Met name het excessieve alcoholgebruik door jongeren en jongvolwassenen, is aanleiding geweest tot het ontwikkelen van het programma "Ik Pas". Hierin worden de deelnemers uitgedaagd om te laten zien dat zij best een tijdje (30 of 40 dagen) zonder alcohol kunnen. Het idee kwam van twee kanten. Enerzijds uit het Zuiden van het land (Lierop, Best) aanhakend aan de Rooms-Katholieke traditie van de "vastenmaand" gedurende de 40 dagen na het Carnaval, en anderzijds uit een initiatief van Verslavingszorg Gooi- en Vechtstreek voor een onthoudingsperiode van 30 dagen. Die initiatieven zijn samengebracht in een programma dat dit jaar landelijk werd, en onder andere gepresenteerd werd op de Libelle Zomerweken.

De deelnemers aan "Ik Pas" worden niet gecontroleerd. Zij doen mee voor zichzelf, niet voor een diploma. Die relatieve anonimiteit van de deelnemers, maakt dat hun leeftijden redelijk gespreid zijn. Hopelijk draagt het bij tot een cultuurverandering waarbij alcohol wat minder "gewoon" wordt.

## Immonele brouwers

Na de beantwoording van enkele vragen door Anja, was de beurt aan Dingeman Korf. Gezien het gevorderde tijdstip, kortte hij zijn betoog flink in. Na de lunch zou er meer gelegenheid zijn voor belangstellenden om eventueel vragen te stellen, met name over de inhoud van de activiteiten van Stichting ANGOB. Nu hield voorzitter het bij een korte opsomming. Over de ontwikkeling van de alcoholproblematiek en het alcoholbeleid was hij wat uitvoeriger.

Het jaar 2014 was het eerste jaar waarin de verhoogde leeftijdsgrens



orkest Mudanthe



van 18 jaar van kracht was. Een te korte periode om nu al vèrgaande conclusies te trekken. Temeer daar er aan de naleving van de leeftijdsgrens niets verbeterde. Integendeel, enkele steekproeven lieten zelfs een verslechtering zien.

Dit feit, plus de waslijst van nooit uitgevoerde voorstellen ter vermindering van de alcoholproblematiek, leidden spreker tot de conclusie dat het de laatste zes kabinetten heeft ontbroken aan de wil of de moed, om de alcoholproblematiek daadwerkelijk aan te pakken. De overheid geeft meer gehoor aan de alcoholbranche dan aan de volksgezondheid, en vermijdt zoveel mogelijk om het bedrijfsleven aan te pakken. Dit alles onder de mom van "zelfregulering". Die blijkt in de praktijk neer te komen op "uitstel- en afstelregulering".

Verontrust en verontwaardigd was spreker over de afgelopen voorjaar gestarte campagne van Nederlandse Brouwers om vrouwen meer bier te doen drinken. De omzet onder mannen stagneert, dus willen de brouwers af van het imago dat bier een mannen-drink is. Daarom gaat de bierreclame zijn pijlen meer op vrouwen richten. Gezien het feit dat alcohol ondermeer de kans op borstkanker vergroot, noemde spreker het gedrag van de brouwers bijzonder cynisch en moreel absoluut verwerpelijk.

Na de weer uitstekend verzorgde lunch, volgde het optreden van muziekgroep Mudanthe, die ook de workshop djembé-trommelen verzorgde. Dit vond plaats in de open lucht, op het plein vóór de kantine. De workshop trok vooral veel belangstelling van kinderen met ouders. Om 15.30 uur gingen de meesten van hen naar het kindertheater.

Binnen ging tegen drieën de proeverij van alcoholvrije drankjes van start. LaSource ziet de laatste jaren een groeiende belangstelling voor alcoholvrije wijnen en alcoholvrije likeuren. Veel van de proevers waren aangenaam verrast door de smaak van één en ander.

's Avonds werd voor de volhouders onder de bezoekers en voor de avondgasten, de dag besloten met line-dance,



EEN ALCOHOLVRIJE  
LEEFSTIJL  
VERMINDERT DE KANS  
OP KANKER

### Verschijsing G O

Voor het eerstkomende nummer van dit blad is 14 januari 2016 gepland als verschijningsdatum. Copij voor dat nummer graag uiterlijk 19 december bij de redacteur.

### DANK VOOR ONTVANGEN LEGAAT

Onlangs ontving Stichting ANGOB via een omweg een legaat uit de nalatenschap van mevrouw Geers-Nijhoff uit Middelburg. Mevrouw Geers had bij testament verklaard dat haar nalatenschap voor het grootste deel ten goede moest komen aan de kerk, met een kleiner deel voor de ANDO.

De notaris constateerde dat de ANDO niet meer bestond en nam contact op met het voormalige bestuur over de bestemming van het aan de ANDO nagelaten geld. Er van uitgaande dat het de bedoeling van mevrouw Geers was geweest dat het geld ten goede zou komen aan de drankbestrijding, werd besloten eenzelfde verdeelsleutel te hanteren als voor de financiële afwikkeling van de opheffing van de ANDO was gebruikt. Wat inhield driekwart voor STAP en éénkwart (zijnde 10.000 euro) voor de ANGOB.

Stichting ANGOB dankt alle betrokkenen voor hun medewerking aan de transactie.

### Belgen hamsterden drank om accijnsver- hoging vóór te zijn

**De Belgische regering heeft op 1 november jl. de accijnzen op alcoholhoudende dranken verhoogd. Die verhoging was ruim van tevoren aangekondigd. Dus gingen de Belgen massaal aan het hamsteren.**

Feitelijk betekende de accijnsverhoging alleen voor sterke drank een flinke prijsverhoging. Een fles sterke drank is in België gemiddeld 2,60 euro duurder geworden. Een fles wijn is slechts 20 eurocent in prijs gestegen, en een flesje of blikje bier ongeveer 1 cent.

Volgens supermarktgigant Delhaize lag de omzet aan alcohol deze herfst ongeveer 30 procent hoger dan gewoonlijk. Ook andere supermarktketens meldden tweecijferige stijgingen. In reclames werd het publiek opgeroepen om vóór 1 november drank te kopen. De VAD (Vereniging Alcoholen Drugsproblemen) noemde die reclames, van onder andere de Belgische Spar, ethisch ongehoord.

### MEER BIER , MINDER ALCOHOL

**Cijfers gepubliceerd door Nederlandse Brouwers, het samenwerkingsverband van de grote en middelgrote brouwerijen van ons land, laten een stijging zien van de totale bierconsumptie van 3 volumeprocent in 2014. Die stijging kwam voor het grootste deel op rekening van licht-alcoholische en alcoholvrije bieren.**

Alcoholvrij bier geniet een stijgende populariteit. Bijna de helft van de bierdrinkers (45 procent) drinkt wel eens een alcoholvrij biertje. Vier jaar eerder, in 2011 lag dat percentage pas op 26. Ook laag alcoholische biermixen zoals Radler, winnen aan populariteit.

Het zijn de alcoholvrije en alcoholarme bieren die gezorgd hebben voor de toename van het totale aantal geconsumeerde hectoliters "bier" met 3 procent. De cijfers van het ministerie van financiën tonen een heel ander beeld : een daling van de accijnsopbrengst met ruim 1,5 procent. Eén van de verliezende biersoorten is pils, met een daling van 0,2 procent. Overigens blijft pils nog veruit de meest gedronken biersoort.

Interessant zijn de argumenten van de consument om te kiezen voor weinig of geen alcohol. Alcoholvrij wordt vooral gekozen met als argument

dat men nog moet rijden : 60 procent van de consumenten. Maar ook de smaak wordt steeds populairder. Vorig jaar dronk 36 procent het omdat men het lekker vindt. Eerder was dat 21 procent.

Alcoholarm wordt veel gekozen omdat men het lekker vindt (68 procent), maar ook relatief vaak omdat het de dorst goed lest (42 procent). Dat is een gunstige ontwikkeling richting lagere alcoholconsumptie. Bieren met 5 procent alcohol (pils) of meer zijn slechte dorstlessers. De dorst verdwijnt onvoldoende, en dan is de verleiding groot om er nog ééntje te nemen. Overigens blijft water (mineraal-, bron- en kraanwater) de beste dorstlesser.

Het aantal soorten bier is de afgelopen tien jaar sterk toegenomen. Daar zijn ook bieren bij met extreem hoge alcoholgehalten. Consumenten die kiezen voor geheel alcoholvrij, moeten steeds beter de etiketten bestuderen.

### ALCOHOL VERDUBBELT KANS OP MONDKANKER

**Wie per dag vier of meer glazen alcoholhoudende drank consumeert, verdubbelt daarmee zijn kans op het krijgen van mond- of keelkanker. Aldus de uitkomst van een langlopend Australisch onderzoek.**

Dat er een verband bestaat tussen het consumeren van alcoholhoudende drank en het optreden van diverse vormen van kanker, is al tientallen jaren bekend. Uit langlopende onderzoeken worden de laatste jaren steeds meer exacte cijfers bekend, over de mate waarin alcohol de kans op verschillende vormen van kanker verhoogt.

Het Australische onderzoek werd verricht door een team van onderzoekers van de universiteit van Melbourne en de Cancer Council Victoria. Zij richtten hun onderzoek specifiek op het optreden van kanker van mond- en keelholte als gevolg van alcoholgebruik. Bij het onderzoek werden de gegevens van circa 41.000 Australiërs geanalyseerd.

De uitkomst was niet echt verrassend. De groep personen die per dag 4 of meer glazen drank consumeerde, verdubbelde daarmee zijn kans op mond- of keelkanker ten opzichte van de groep die helemaal niet dronk. Mond- en keelkanker is daarmee

betrekkelijk weinig gevoelig voor de hoeveelheid alcohol. Andere vormen van kanker zijn (veel) gevoeliger. Zo verdubbelt de kans op slokdarmkanker al vanaf twee glazen drank per dag.

Voor kanker in het algemeen geldt dat er geen veilige ondergrens valt aan te geven, waar beneden alcohol geen vergroting van de kans op kanker veroorzaakt. Wie geen enkele vergroting van zijn kans op kanker wil accepteren, dient zich daarom van alcoholgebruik volledig te onthouden (zie bijv. website KWF).

De Australische onderzoekers waarschuwen dat het publiek in Australië zich onvoldoende bewust is van de vergroting van de kans op kanker door alcohol. Bij het woord alcoholgevaar denkt men aan directe gevaren als alcoholische geweldpleging en aan verkeersongevallen. Maar dat alcohol daarnaast een sluipend gevaar oplevert door aantasting van de gezondheid, realiseert men zich onvoldoende.



Wijnliefhebbers laten zich sprookjes vertellen

## STEEDS GROTERE WIJNCONCERNS

De kleine wijnboertjes, die hun druiven op de boerderij laten gisten in een oude eikenhouten kuip, bestaan bijna niet meer. De tegenwoordige wijn, zeker die uit de supermarkten, komt uit grote, roestvrijstalen mengketels. Alleen zo valt een redelijk constante kwaliteit te garanderen. Al die chateautjes zijn goed voor een mooi etiket, maar de meeste hebben geen reële betekenis meer.

Wijn is ook allang geen Franse gelegenheid meer. Het qua grootte derde wijnconcern ter wereld is een Australisch bedrijf : Treasury Wines Estates, gevestigd te Melbourne. Dat bedrijf bezit wereldwijd 12 duizend hectare wijngaarden, heeft ruim 4.000 werknemers en verkoopt jaarlijks zo'n 400 miljoen flessen, goed voor 1,3 miljard euro omzet.

Volgens de vereniging van Nederlandse wijnhandelaars, wordt 80 procent van de wijn voor thuisverbruik verkocht via de supermarkt. De daarvoor benodigde hoeveelheden kunnen alleen door grote multinationale concerns geleverd worden. Niet door al die kleine chateautjes.

Weg romantiek.

## INTRAVAL - RAPPORT : STERKE AFNAME KOOPPOGINGEN MINDERJARIGEN

In de tweede helft van oktober bracht onderzoeksbureau Intraval een rapport uit over aankoopogingen van alcohol door minderjarige jongeren. Meest opvallende feit : pogingen om alcohol te bemachtigen worden door de 14-15-jarigen nauwelijks meer gedaan. Ook onder 16-17-jarigen is sprake van een sterke afname.

Het rapport vergelijkt de huidige situatie met die van vier jaar geleden (2011). Van de 14-15-jarigen koopt nu slechts 1 procent wel eens drank voor zichzelf of voor anderen. Dat was 9 procent in 2011. Van de 16-17-jarigen koopt 10 procent wel eens alcoholhoudende drank voor zichzelf of voor anderen, dat was 78 procent in 2011. De verhoging van de leeftijdsgrens lijkt dus een flink effect te hebben meegebracht.

Horecagelegenheden en supermarkten zijn de favoriete plaatsen waar minderjarigen drank kopen. Slijterijen worden nauwelijks bezocht (3 procent) en snackbars evenmin (5 procent). De minderjarigen doen hun koopogingen vooral in horecagelegenheden (67 procent) en in supermarkten (34 procent). En zij kopen vooral zwak-alcoholhoudende drank. Pogingen om sterke drank te bemachtigen in de horeca, namen af van 23 procent in 2011 naar 5 procent

Zwangerschapspictogram nog lang niet algemeen ingevoerd

## EFFECT ZELFREGULERING : WAARSCHUWING ONLEESBAAAR KLEIN GEMAAKT

In 2013 is een begin gemaakt met de invoering van een "zwangerschapspictogram" op de verpakkingen van alcoholhoudende dranken. Dit na jarenlang aandringen door Tweede Kamer, zwangerschapsorganisaties en verslavingszorg. Minister Schippers verklaarde begin 2012 niets te voelen voor verplichte invoering, zij liet het over aan zelfregulering door de alcoholbranche.

Het waarschuwingslogo tegen alcoholgebruik bij zwangerschap kent een lange voorgeschiedenis. Ouders van kinderen met aangeboren alcoholische, consultatiebureau's voor zuigelingen, gynaecologen en verslavingszorg, drongen meer dan 25 jaar geleden al aan op meer en beter waarschuwen. Het advies van de Gezondheidsraad uit 2005 bracht de discussie in een stroomversnelling.

De Gezondheidsraad concludeerde dat er voor zwangeren geen veilige ondergrens voor alcohol viel aan te geven, waar beneden geen schade aan het ongeboren kind zou optreden. Daarom luidde het advies van de Gezondheidsraad klip en klaar : drink tijdens de zwangerschap in het geheel geen alcohol.

Lang niet alle zwangeren namen het advies van de Gezondheidsraad ter harte. In 2012 dronk in Nederland naar schatting nog éénderde van de vrouwen alcohol tijdens de zwan-



gerschap. Bijna 3 procent van de in Nederland geboren baby's vertoonde alcoholische schade. Meestal uitte die zich pas op wat latere leeftijd in gedrag- en leerstoornissen. Zichtbare lichamelijke afwijkingen (FAS-syndroom) waren aanwezig bij 0,5 procent van de nieuwgeborenen.

Bij een jaarlijks aantal geboorten van ca. 185.000, leidt het voorgaande tot de conclusie dat er in ons land ieder jaar zo'n 5500 kinderen met alcoholische schade geboren worden. Ons inziens een onaanvaardbaar groot aantal, dat tot acuut ingrijpen van het ministerie zou moeten leiden. De minister doet echter niets en laat de zaak over aan de zelfregulering door de alcoholbranche !

Inmiddels loopt de invoering van het vrijwillige zwangerschapspictogram nu ruim twee jaar. De invoering verschilt sterk per sector, en blijkt nog verre van volledig te zijn. Zo vertoont slechts 60 procent van de etiketten van sterke drank het logo. In de wijnsector is het met 67 procent weinig beter. Alleen in de biersector is een aanvaardbaar resultaat bereikt, met het logo op 92 procent van de verpakkingen.

Wie echter in de supermarkt een bierflesje uit het rek pakt, moet heel goed zoeken waar het logo te vinden is. Het is door de producent tot minimale afmetingen teruggebracht. Het staat tussen twee andere minimalistische logo's op de wikkel die om de hals van het flesje zit. Het zal daardoor niemand opvallen. Maar het was toch de bedoeling dat de waarschuwing juist wel zou opvallen ?

Ons inziens dienen er net als bij tabak, minimumafmetingen voor het waarschuwingslogo verplicht gesteld te worden.

Dingeman Korf