

FEITEN EN COMMENTAREN OVER ALCOHOL EN DRUGS

117-de jaargang no. 1

januari-maart 2017

STEEDS MEER ERKENNING VOOR RISICO'S VAN ALCOHOL



De afgelopen vijftien jaar is onze kennis over de gevolgen van alcoholgebruik enorm toegenomen. Die toename bestaat vooral uit kennis over negatieve effecten van alcoholgebruik. Daardoor zijn bijvoorbeeld de eerdere juichende verhalen over positieve effecten van alcohol (vooral rode wijn) op hart- en bloedvaten steeds meer onjuist gebleken.

Tal van organisaties op het terrein van gezondheid en welzijn, hebben op grond van de toegenomen kennis adviezen uitgebracht met betrekking tot alcoholconsumptie. In 2005 publiceerde de Gezondheidsraad (GR) het advies aan zwangeren om zich geheel van het consumeren van alcohol te onthouden. Volgens de Raad was er geen enkel bewijs voor een veilige grens waar beneden er geen risico voor de foetus zou zijn.

Een jaar later kwam de Gezondheidsraad met een algemeen advies. Mannen zouden veilig 2 glazen per dag kunnen drinken en vrouwen 1 glas, met elke week 2 alcoholloze dagen. Een advies mede gebaseerd op een eerder advies van de Europese tak van de Wereld Gezondheidsorganisatie (WHO).

Na het nuladvies voor zwangeren van de GR, kwam ook het Koningin Wilhelminafonds voor de Kankerbestrijding (KWF) met een nuladvies. In 2013 concludeerde het KWF : het beste is om helemaal geen alcohol te drinken als je het risico voor kanker minimaal wilt maken. Van de 100.000 nieuwe gevallen van kanker per jaar, zijn er ongeveer 6.000 aan alcohol te wijten. Ook verklaarde het KWF dat de norm van de GR uit 2006 inmiddels achterhaald was.

De talloze nieuwe gegevens brachten de Gezondheidsraad er toe om zijn alcoholadvies te herzien. In het rapport "Richtlijnen Goede Voeding 2015" dat de Raad op 4 november aanbood aan minister Schippers, staat over alcohol te lezen : **drink geen alcohol, of in ieder geval niet meer dan één glas per dag.**

Het viel natuurlijk te verwachten dat de alcoholbranche zich zou verzetten tegen de suggestie om geheel af te zien van alcoholgebruik. Men lanceerde diverse reclame acties, bagatelliseerde de adviezen van KWF en Gezondheidsraad, en weersprak zoveel mogelijk de voor alcohol negatieve berichten die er verschenen. Vooral het advies van de GR uit 2015 leidde tot scherpe reacties.

De alcoholbranche propageert het standpunt dat alcohol een gewoon consumptieartikel is, je moet er alleen maar verstandig mee omgaan. Dat inspireerde de VNG en kamerlid Ziengs tot de gedachte dat zoiets gewoons als een "verstandig glaasje" meer ruimte moest krijgen in het maatschappelijk verkeer. In boekhandels, kledingzaken en dergelijke, moest ruimte zijn voor een glaasje drank. Dat is echter strijdig met de Drank- en Horecawet.

Een elftal gezondheidsorganisaties wilde de DHW juist in de andere richting gewijzigd krijgen. Zij lanceerden 1 november 2016 een alcoholmanifest. Het manifest roept de regering op om eindelijk werk te maken van de drie meest effectieve maatregelen. Maatregelen die al jaren door de WHO worden aanbevolen, te weten hoge prijzen, beperking verkooppunten en inperking van de alcoholreclame. De alcoholbranche wil zo'n wijziging niet, en draagt daarom de boodschap uit dat het Nederlandse alcoholbeleid goed werkt.

Dr.ir. D. Korf

KOMENDE 20 JAAR 135.000 DODEN IN ENGELAND DOOR ALCOHOLKANKER

Cancer Research UK heeft onderzoek laten doen door Sheffield University naar de verwachte sterfte aan alcoholgerelateerde kanker in de komende jaren. De uitkomst was onverwacht en verontrustend: 135.000 sterfgevallen in het Verenigd Koninkrijk in verloop van de komende 20 jaar.

Naar aanleiding van de cijfers spreekt Alison Cox van Cancer Research UK van een verwoestend effect van alcohol op de volksgezondheid. In Engeland wordt alcohol als veroorzaker van kanker nog te weinig erkend.

Cox wil dan ook in eerste instantie dat die rol meer bekend wordt. "Het is van het grootste belang dat mensen zich bewust worden van de relatie tussen alcohol en kanker, en van wat zij kunnen doen om de risico's te beperken". Cancer Research UK zal hier de komende tijd aanzienlijk meer aandacht aan besteden.

Volgens de onderzoekers van de universiteit van Sheffield wordt slokdarmkanker de meest voorkomende vorm van door alcohol veroorzaakte kanker, gevolgd door darmkanker. Verder zullen belangrijke bijdragen geleverd worden door mond- en keelkanker, borstkanker en leverkanker.

Staatssecretaris houdt zich op de vlakte

HEINEKEN BIERTEGOED VOOR OVERHEID ONGRIJPBAAR ?

In het vorige nummer van dit blad schreven wij "bier drinken om nog meer bier te kunnen drinken" over de actie Heineken Biertegoed. Wij meldde daarin dat Tweede-kamerlid Marith Volp vragen over die reclame-actie van Heineken had gesteld aan de staatssecretaris.

Marith Volp had aan staatssecretaris Van Rijn gevraagd of de actie Heineken Biertegoed op enig onderdeel strijdig is met de Drank- en Horecawet (DHW), of met de Reclamecode voor Alcoholhoudende Dranken. Verder vroeg zij de staatssecretaris of hij deze actie niet **onwenselijk** achtte in het licht van het beleid ten aanzien van alcoholhoudende dranken.

De staatssecretaris heeft inmiddels Volp laten weten dat er geen bepalingen in de DHW zijn die genoemde actie van Heineken verbieden. Over de Reclamecode houdt Van Rijn zich op de vlakte. Hij geeft geen oordeel over het al dan niet in strijd zijn met de zelfreguleringsbepalingen zoals neergelegd in de reclamecode. Zelfregulering is een interne zaak van de alcoholbranche.

Van Rijn voegt hieraan toe dat de horeca die het gratis biertje verstrekt, zich wel aan de regels voor de verstrekking van drank uit de DHW dient te houden. Dus geen verstrekking aan

Alcohol onbruikbaar om het hart gezond te houden

LICHT ALCOHOLGEBRUIK KAN AL HART-RITMESTOORNISSEN VEROORZAKEN

De afgelopen decennia is er een stortvloed aan publicaties geweest waarin geconcludeerd werd dat matig alcoholgebruik de kans op een hartinfarct zou verkleinen. Een recente publicatie van prof. dr. P. Kistler, van het Heart and Diabetes Institute in Melbourne, stelt daar tegenover dat diezelfde hoeveelheid alcohol de kans op onregelmatige hartslag fors vergroot.

De publicaties over een eventuele gunstige werking van alcohol op hart en bloedvaten, staan de laatste jaren meer en meer aan kritiek bloot. Vele zijn hun bewijskracht verloren doordat de groep niet-drinkers uit een mengsel van geheelonthouders en ex-drinkers bestond. En nu komt daar de publicatie van prof. Kistler bij, die de kans op ritmestoornissen uitbreidt naar veel lagere consumptieniveaus.

Van binge-drinkers is bekend dat zij vaak een onregelmatige hartslag of hart-flutteren ondervinden bij hun drinken. Het onderzoek van prof. Kistler en medewerkers laat nu zien dat die onregelmatigheid ook al optreedt bij geringere hoeveelheden alcohol. Het onderzoek had een looptijd van 12 jaar en omvatte 900.000 personen. Het werd afgelopen december gepubliceerd in het Journal of the American College of Cardiology.

Onregelmatige hartslag, in de vorm van atriumfibrilleren, tast het hart aan en kan leiden tot hartfalen, hartstilstand, hartverlamming en dergelijke.

Het kan dus even dodelijk zijn als de aderverkalking van de kransslagaderen die zoveel mensen proberen tegen te gaan met dat ene glaasje per dag. Aderverkalking is een afwijking van de stofwisseling van hart en bloedvaten, onregelmatige hartslag is een afwijking van het elektrische systeem van het hart.

Tegen onregelmatige hartslag wordt vaak de ingreep "ablatie" toegepast. Kistler en medewerkers ontdekten dat het effect van ablatie door voortzetting van het alcoholgebruik op den duur teniet wordt gedaan.

De belangrijkste conclusie uit het onderzoek van Kistler cs is echter dat ieder dagelijks glas alcohol, de kans op onregelmatige hartslag met ongeveer 8 procent vergroot. Drie glazen per dag doen de kans op onregelmatige hartslag dus met bijna een kwart toenemen. Dat geldt zowel voor mannen als voor vrouwen.

Kistler meent dat de uitkomst van zijn onderzoek bekend zou moeten worden bij al die mensen die dagelijks één of twee glaasjes drinken ter voorkoming van een hartinfarct: "Zij dienen te weten dat zij hiermee een ander risico binnenhalen".

Dingeman Korf



COLOFON

De **GO** : driemaandelijks 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, Ludinge 13, Mozaïek-apartement 13, 9471 JD Zuidlaren, tel. 06 22 952178,

giro NL81 INGB 0000 849058.

Artikelen voorgaande nummers:
www.angob.nl

Bloed van zwangere vrouwen bevat indicatorstoffen

VROEGE OPSPORING FOETAAL ALCOHOLSYNDROOM

Bloedonderzoek bij zwangere vrouwen kan aantonen of de foetus schade heeft opgelopen door alcoholgebruik van de moeder. Onderzoekers van de universiteit van Californië in San Diego zijn bezig met het ontwikkelen van een test hiervoor, in samenwerking met A & M College of Medicine (Texas) en een Oekraïens preventieprogramma voor aangeboren afwijkingen.

Foetaal alcoholyndroom (FAS) is een gevolg van alcoholgebruik door zwangere vrouwen. Het kan zich uiten in een groot aantal aangeboren afwijkingen. Die behoeven niet allemaal aanwezig te zijn, en kunnen bovendien stuk voor stuk ook een andere oorzaak hebben. De diagnose is daardoor niet ondubbelzinnig. De "ziekte" is dan ook lang onopgemerkt gebleven.

De kenmerken ervan kunnen zijn een relatief kleine schedel, laag geboortegewicht, korte ledematen, slechte spiercoördinatie, vertraging bij het leren praten, en vertraging bij de geestelijke ontwikkeling (gedrags- en leerproblemen). Dit complex van verschijnselen bleek statistisch relatief vaak voor te komen bij adoptiekinderen. Verder onderzoek langs dit spoor, leidde tot de conclusie dat alcoholgebruik tijdens de zwangerschap de oorzaak was. Verslavingsproblemen bleken heel vaak ook de aanleiding geweest om de baby voor adoptie af te staan.

Lang niet alle alcoholgebruik door zwangere vrouwen leidt tot aantoonbare schade aan de baby. Recent Canadees onderzoek onder leiding van S. Popova leidde tot de conclusie dat één op de 67 gevallen van alcoholgebruik tijdens de zwangerschap, had geleid tot een baby met één of meer FAS-symptomen.

Alcoholgebruik tijdens de zwangerschap komt ondanks alle waarschuwingen, nog steeds over de hele wereld voor. Naar schatting bij minstens 10 procent van de vrouwen. De verschillen tussen de diverse landen zijn enorm. Zo is in Oost-Europa alcoholgebruik door zwangere vrouwen wijd verbreid. In die landen zijn medische diensten en ziekenhuizen actief bij het opsporen en adviseren van die gevallen. Zo ook in Oekraïne.

Zowel uit dierexperimenteel als humaan onderzoek is eerder gebleken dat alcoholgebruik tijdens de zwangerschap leidt tot veranderingen in de

zogenaamde micro-RNA's in het bloed van de zwangeren. In Oekraïne onderzocht een team onder leiding van prof. W. Wertenleki of er een relatie bestond tussen het niveau van de micro-RNA's en de mate van aantasting van de baby's door FAS.

Het onderzoek omvatte 68 drinkende zwangere vrouwen. Er bleek bij hen een verband te bestaan tussen hun alcoholgebruik gedurende de eerste maanden van de zwangerschap, en het aantal circulerende micro-RNA's. Vervolgens bleek er ook een verband te bestaan tussen het aantal circulerende micro-RNA's en de ernst van het FAS van de baby's.



ALCOHOL VERGROOT KANS OP PROSTAATKANKER

Aan de lijst van kankers die door alcoholgebruik veroorzaakt of bevordert worden, kan nu definitief ook prostaatkanker worden toegevoegd. Dat is de uitkomst van een uitvoerige en kritische evaluatie van eerdere onderzoeken over dit onderwerp door een werkgroep van de universiteit van Victoria (Canada).

Prostaatkanker is bij mannen naar aantal gevallen de tweede kanker. In 2012 werden wereldwijd 1,1 miljoen nieuwe gevallen geconstateerd. Dat was 15 procent van alle nieuwe gevallen van kanker. De overlevingskans is groter dan bij de meeste andere kankers, zodat prostaatkanker op de vijfde plaats staat qua sterfte.

De ziekte lijkt het meest voor te komen in de meer welvarende landen. Daar is de gezondheidszorg meestal op een relatief hoog peil, wat leidt tot een grotere overlevingskans. Vermoedelijk blijven in de minder ontwikkelde landen nog veel gevallen onontdekt en eindigen in de sterftestatistieken in de groep "andere oorzaken". De Wereld Gezondheids Organisatie (WHO) klassificeert prostaatkanker dan ook onder de belangrijkste oorzaken van voortijdige sterfte.

De werkgroep van de universiteit van Victoria speurde 340 medische publicaties op over prostaatkanker. Maar liefst 313 daarvan voldeden niet aan de strenge criteria van de onderzoekers. Publicaties die niet in het Engels waren geschreven, of die niet tenminste drie niveaus van alcoholgebruik onderscheidde, of de groep niet-drinkers niet ontdeken hadden van vroegere drinkers, werden uitgesloten. Zodoende bleven er slechts 27 publicaties over.

Uit een oogpunt van preventie, is er grote behoefte aan een simpele en betaalbare test om alcoholgebruik van zwangeren aan te tonen en een indruk te krijgen van de mate van aantasting van de baby. Afhankelijk van de uitkomst kan dan gepoogd worden om de schade zo beperkt mogelijk te houden. Het Oekraïense en het Californische team werken nu samen aan de ontwikkeling van een dergelijke test.

Dingeman Korf



Door de gehanteerde strenge criteria voor de meta-analyse, was het de onderzoekers mogelijk om aan te tonen dat het risico voor prostaatkanker een dosis-respons curve volgt. Zij konden de patiënten in vijf groepen onderverdelen. Alle groepen drinkers vertoonden een duidelijk verhoogd risico in vergelijking met de niet-drinkers. De consumenten van minstens één glas per week, en hoogstens veertien glazen (twee per dag) hadden al een met 8 procent verhoogde kans in vergelijking met de niet-drinkers. Merkwaaardigerwijs bleef het risico in de groep van twee tot vier glazen per dag gelijk. Dat lijkt er op te duiden dat beide groepen met hun consumptie gemiddeld vrij dicht bij de grens van twee glazen zaten.

De groep van meer dan vier glazen per dag had al een met 14 procent verhoogd risico, en bij de echt zware drinkers was de kans op prostaatkanker met 18 procent verhoogd. Aangezien prostaatkanker een veel voorkomende kanker is, vormt deze verhoging volgens de woordvoerder van de onderzoekers, dr. Tim Stockwell, een belangrijke belasting voor de volksgezondheid. Het beleid ten aanzien van de volksgezondheid dient hier terdege rekening mee te houden. Met name het beleid gericht op het terugdringen van "alcoholziekten".

Dingeman Korf

Chronische ziekten kosten EU 115 miljard per jaar EÉN OP DE VIJF EUROPEANEN IS REGELMATIGE BINGE-DRINKER

Eind vorig jaar verscheen het rapport "Health at a glance : Europe 2016", uitgegeven door de Organisatie voor Economische Samenwerking en Ontwikkeling, in samenwerking met de Europese Commissie. Jaarlijks overlijdt een half miljoen Europeanen aan chronische ziekten vóór het 65-ste levensjaar. Zowel om humanitaire als om economische redenen dient die voortijdige sterfte teruggedrongen te worden.

Europa is het werelddeel met het hoogste hoofdelijk alcoholgebruik. Alcohol behoort hier dan ook tot de vijf belangrijkste oorzaken van voortijdige sterfte. Het rapport vergelijkt de situatie van het jaar 2000 met die van 2014. Opvallend is de toename van obesitas als oorzaak van ziekte en sterfte gedurende deze periode.

Ondanks ontmoedigingsmaatregelen rookt ruim 20 procent van de volwassenen dagelijks, geeft eveneens ruim 20 procent aan tenminste eenmaal per maand bij één gelegenheid 6 of meer glazen drank te consumeren, en lijdt één op de zes personen aan zwaarlijvigheid.

Toch is sinds 1990 de levensverwachting in de EU-lidstaten met meer dan zes jaar gestegen. In 1990 was de gemiddelde levensverwachting 74,2 jaar. In 2014 was dat gestegen tot 80,9 jaar. In alle landen ligt de levensverwachting voor vrouwen iets hoger dan voor mannen. Gemiddeld leven mensen in West- en Noord-Europa acht jaar langer dan mensen in Zuid- en Oost-Europa.

Tussen 2000 en 2014 is de gemiddelde alcoholconsumptie in de landen van de Europese Unie licht gedaald. Die daling was zeer ongelijk gespreid over de 28 landen van de EU. In

zeven landen trad juist een stijging op. In Zweden was die stijging gering, in België wat groter, maar in Polen, Letland, Litouwen, Bulgarije en Malta was hij aanzienlijk. Litouwen staat daardoor nu naar alcoholgebruik aan de top van de EU-landen. In 2000 was dat nog Ierland geweest.

In vier Europese landen bleef het hoofdelijk alcoholgebruik (nagenoeg) constant, namelijk in Finland, Slowenië, Estland en Tsjechië. In de overige 17 landen trad een (soms aanzienlijke) daling op. Ierland en Denemarken waren de sterkste dalers.

Interessant is verder de grafiek over binge-drinken. De auteurs definiëren binge-drinken als het drinken van 6 of meer alcoholhoudende drankjes bij één gelegenheid. Het Europese gemiddelde ligt hier op ongeveer 20 procent van de bevolking van 16 jaar en ouder. In de landen aan de Middellandse Zee doet ongeveer 10 procent van de bevolking er aan. Aan de andere kant van de schaal staan Denemarken en Roemenië met bijna 40 procent. Ook Duitsland, Finland en Luxemburg liggen ver boven het Europese gemiddelde.

De ministers van volksgezondheid kennen nu de knelpunten van het alcoholbeleid. Nu komt het er opaan die kennis in actie om te zetten.

NEDERLANDSE SCHOLIEREN DRINKEN VAKER EN MEER PER KEER DAN EUROPESE LEEFTIJDGENOTEN

Afgelopen najaar verscheen het vierjaarlijkse ESPAD-rapport over het alcohol- en drugsgebruik onder scholieren/studenten in 35 Europese landen. De trend in Europa is een daling van het gebruik van vrijwel alle middelen.

Het betreft hier de leeftijdsklasse van 15 en 16 jaar, dus scholieren van het voortgezet onderwijs. Het onderzoek is getiteld European School Survey Project on Alcohol and Drugs.

Voor wat betreft het beginnen met alcoholgebruik, ligt Nederland in lijn met de Noord Europese landen. Van de Nederlandse scholieren heeft 26 procent vóór zijn of haar 14-de jaar al eens gedronken. In de Zuidelijkere landen is dat 47 procent. Dit betreft in de meeste landen scholieren die wettelijk net wel of nog net niet mogen drinken. De verschillen tussen de Noordelijke en de Zuidelijke landen konden nog wel eens groter worden als de verhoging van de leeftijdsgrens in de Noordelijke landen effect krijgt.

Voor Nederland was het het eerste jaar van de naar 18 jaar verhoogde leeftijdsgrens.

Als de Nederlandse jongeren eenmaal gaan drinken, dan doen zij dat vaak en drinken veel. Nederlandse 16-jarigen drinken gemiddeld meer dan 7 keer in een maand. Nederland behoort daarmee tot de topgroep, die verder nog bestaat uit Vlaanderen, Montenegro, Malta en Cyprus. In Skandinavië, IJsland, Estland en Litouwen drinken de 16-jarige scholieren minder dan 4 keer per maand. Wat betreft de hoeveelheid drankjes op de laatste drinkdag behoort Nederland tot de top vijf van de 35 deelnemende Europese landen. Denemarken staat op de eerste plaats.



Een hard ratelend geluid.

De passagier op de achterste plek in de bus had de noodhamer uitgetrokken. De noodhamer zit met een vrij lange staalkabel vast, die maakte een hard ratelend geluid.

Wie haalt die noodhamer er nou uit zonder reden? Dat moet wel een vreemd persoon zijn. De man hing maar wat op de stoel te glimlachen. Bij een halte vlak voor ons dorp ging de bus niet verder. De buschauffeur kwam de hele verlengde bus door naar achteren lopen, en dan denk je: er is wat mis.

De buschauffeur ging in gesprek met de gebrekkig Engels sprekende passagier. Er zat ook een jongeman bij de chauffeur, in het zwart gekleed. Wat heeft die er mee te maken? Hij liep eerder ook al een paar keer op en neer door de bus. De buschauffeur pakte een fles van de passagier af, en gooide de fles de bus uit.

Toen begreep ik dat het om een dronken man ging, die niet agressief was, eerder lam. "You have no ticket, you have no ticket?" De chauffeur begon al harder te praten, terwijl de jongeman in het zwart niet van zijn zijde week, en de dronken passagier strak aan bleef kijken.

We vroegen ons af of we nog lang stil zouden staan met de bus. Een knipperlicht kwam langs: de politie. Twee agenten namen het gesprek over. De man zat maar wat te smilen, waarop een van de agenten hem met een ruk aan zijn kleren richting deur sleurde en de man als een zak aardappels tegen de busbodem smeet, half uit de bus. Zijn grote tas werd er achteraan naar buiten gegooid. Wij konden weer verder.

En de jongeman in het zwart? Dat was een leerling van het Alfacollege in Groningen, Uniformdiensten. Hij was met de bus op weg naar huis, en kwam in een praktisches terecht!

En hoe liep het af met de dronken man? Een nachtje de roes uitslapen in de cel? Nee. Dit hoorde ik de volgende dag: de man is in de volgende bus gestapt, waarna hij wéér woorden kreeg met de buschauffeur, die de politie wéér gebeld heeft.

Alcohol wakkert bij muizen de honger aan

Volgens onderzoekers van de biomedische research instelling het Francis Crick Institute in Londen, wakkert alcohol de honger aan. Althans bij muizen. Of dit ook bij mensen zo is, kunnen de onderzoekers niet met zekerheid zegen.

De onderzoekers gaven muizen drie dagen lang alcohol door hun drinkwater. Per dag ging het om een hoeveelheid alcohol die overeenkwam met twee flessen wijn voor een mens. Een zeer forse hoeveelheid alcohol dus. Een controlegroep kreeg zuiver water.

Het ging de onderzoekers om de invloed van alcohol op de stofwisseling en het zenuwstelsel. Zonder dat zij nog aan gecompliceerde metingen toe waren, zagen zij al dat de muizen die alcohol kregen, fors meer gingen eten dan de muizen uit de controlegroep zonder alcohol.

Metingen aan het zenuwstelsel lieten zien dat bij de alcohol-muizen bepaalde zenuwcellen geactiveerd waren, namelijk de AgRP-neuronen. Niet verwonderlijk, want als die neuronen op een andere manier (bijv. elektrisch) gestimuleerd worden, gaan de muizen onmiddellijk op zoek naar voedsel. Ook al hebben zij net meer dan voldoende gegeten.

Of dit bij mensen net zo werkt, durven de onderzoekers niet met zekerheid te zeggen. Wel is het een bekend verschijnsel dat veel mensen bij thuiskomst van een avondje uit, eerst nog iets eten voordat zij naar bed gaan.

TWEEDE KAMER BESPRAK ALCOHOLBELEID

Op 15 februari besprak de Tweede Kamer het alcohol- en drugsbeleid met staatssecretaris Martin van Rijn. Daarbij kwamen onder meer aan de orde het prijsbeleid, reclameverboden, branchevervaging, handhaving en preventie.

Kamerlid Van Gerven noemde het onaanvaardbaar dat een flesje water soms duurder is dan een bekertje bier van de tap. Volgens de staatssecretaris is het momenteel aan de gemeenten om prijsacties en dump-prijzen op lokaal niveau te verbieden. Lokale overheden blijken echter maar amper gebruik te maken van die mogelijkheid. De bewindsman is daarom de mogelijkheden aan het verkennen om het Rijk te laten beslissen over prijsacties en daarop toezicht te houden.

Bij vragen over ingrijpen in de alcoholreclame, was Van Rijn minder inschikkelijk. Hij liet weten dat hij voorlopig niet in wil grijpen in de zelfregulering van de alcoholreclame. Blijkbaar is de inhoud van diverse publicaties (onder andere van de WHO) over het niet effectief zijn van zelfregulering, nog niet tot hem doorgedrongen.

Aan de orde kwam ook de branchevervaging, ofwel "blurring". Diverse

PUBLIEKE KENNIS SCHADELIJKHEID ALCOHOL ONVOLDOENDE

De afgelopen maanden verschenen er twee rapporten over de kennis van de bevolking met betrekking tot de risico's van alcoholgebruik. Het ene een Nederlandse beleidsverkenning, het andere een Europees rapport in het kader van het RARHA-project (Reducing Alcohol Related Harm). Beide komen tot dezelfde conclusie : er zal nog veel aan gedaan moeten worden om het publiek voldoende te informeren.

De beleidsverkenning is gebaseerd op een steekproef van 1895 Nederlanders van 14 jaar en ouder, en is opgesteld door bureau GfK. Het overgrote deel van de deelnemers maakt zich geen zorgen over de gevolgen van het eigen alcoholgebruik. Dat is logisch, als zij zich er zorgen over zouden maken, zouden zij het wel (trachten te) veranderen. Het zijn meestal "de anderen" of "de jeugd" die in hun ogen gezondheidsrisico's lopen.

Het kennisniveau van het publiek is niet up to date. Gevraagd naar gezondheidsrisico's noemt 47 procent spontaan leveraantasting. Ook verslaving wordt genoemd. Ronduit verontrustend is het feit dat 52 procent nog gelooft in een positief effect van (rode) wijn. Dat vaak gecombineerd

EENDERDE VAN DE
PATIENTEN MET LICHT
HERSENLETSEL HEEFT DAT
AAN ALCOHOL TE DANKEN

met een ontkenning van de risico's. Een slechte basis dus om op aan te haken met een matigingscampagne. Die stuit direct op ongelooft.

Wanneer de risico's door de interviewer worden voorgelegd, dan onderschrijft 93 procent van de ondervraagden het risico van leveraandoeningen, 92 procent dat van verslaving en 87 procent dat van levercirrose. Op afstand volgen dan nog overgewicht en hersenbeschadiging, met elk 80 procent. Verhoogde bloeddruk, hersenbloeding, kanker, Alzheimer en diabetes worden veel minder geassocieerd met alcohol.

Ondervraagd over de plaats van alcohol in onze samenleving, geeft 78 procent van de ondervraagden te kennen een wijntje bij de kapper niet normaal te vinden, 16 procent heeft geen mening en slecht 6 procent vindt dit wel normaal. Ook veel tegenstand is er tegen alcohol in sportkantines, ongeveer de helft is daar op tegen. Van de minderjarige jongeren (14 tem 17 jaar) geeft 12 procent te kennen vanuit hun vriendenkring druk te ondervinden om te gaan drinken.

Het RARHA-project dient als oriëntatie met betrekking tot de Europese regels voor de etikettering van consumptie-artikelen. Komend voorjaar komt de Europese Commissie met een voorstel voor etiketteringsregels met betrekking tot de voedingswaarde. Tot nu toe geldt voor dranken met meer dan 1,2 procent alcohol vrijstelling : noch de ingrediënten, noch de voedingswaarde behoeven op de verpakking vermeld te worden. Een vrijstelling waar een organisatie als Foodwatch zich sterk tegen verzet. Ook diverse beroepsgroepen vinden die vrijstelling ongewenst (bijv. artsen, diëtisten, enz.).

In het kader van het RARHA-project werden een kleine 8.000 consumenten geïnterviewd, gespreid over 21 Europese landen. De meerderheid was voor afschaffing van de vrijstelling. Een ander punt dat naar voren kwam was het feit dat er zoveel glazen in gebruik zijn met verschillende inhoud. Daardoor kan de toerist-consument slecht schatten hoeveel alcohol hij binnenkrijgt.

Tot nu toe hebben de Europese landen allemaal hun eigen standaardglazen. Die verschillen onderling in het algemeen niet zo veel. Alleen de Engelse standaard wijkt nogal af, en de Duitse en Tsjechische bierglazen. Gezondheidsrisico's worden vaak uitgedrukt in aantallen glazen per dag of per week. Dus is het wenselijk dat er een Europese standaard komt.

Dingeman Korf

EU-COMMISSARIS GEZONDHEID PRIJST IERS PLAN

De Ierse minister van volksgezondheid M.C. Kennedy, heeft enige tijd geleden in het parlement een voorstel ingediend voor aanscherping van het alcoholbeleid. Het wetsvoorstel omvat onder meer de invoering van een minimumprijs per eenheid alcohol, waarbeneden geen drank verkocht mag worden. Daarnaast nieuwe regels met betrekking tot etiketteren en beperkingen met betrekking tot alcoholclame.

Eurocommissaris Andriukaitis van gezondheid, heeft zich afgelopen september tijdens een bijeenkomst in Brussel, lovend uitgelaten over het Ierse plan. Hij noemde het een veelbelovende aanpak, waar andere landen een voorbeeld aan kunnen nemen.

Wij wachten met belangstelling af of Brussel binnenkort met een voorstel komt om over te gaan tot invoering van een minimumprijs, en of die gelijk zal zijn aan de in het Ierse voorstel gesuggereerde 10 eurocent per gram pure alcohol.

OM JE KANS OP HARTZIEKTEN TE VERKLEINEN MOET JE NAAR DE GROENTENMAN, NIET NAAR DE SLISTER

SCHOTSE WHISKYSTOKERS BLOKKEREN INVOERING MINIMUMPRIJS VOOR ALCOHOL

De Schotten kunnen voorlopig nog profiteren van stuntprijzen voor alcohol. Hoewel het Schotse parlement al in mei 2012 akkoord ging met de invoering van een minimumprijs voor alcohol, is die minimumprijs nog steeds niet ingevoerd. Het verzet van de alcoholbranche, en met name van de Scottish Whisky Association (SWA), heeft nu al vijf jaar vertraging opgeleverd.

Om excessief drinken tegen te gaan, is een hoog prijsniveau één van de effectiefste middelen. Dat is door diverse onderzoeken bewezen. Een gemiddeld hoog prijsniveau kan bewerkt worden door hoge accijnzen, door een verbod op prijsstunten met alcoholhoudende dranken, of door het afkondigen van een minimumprijs. Het Schotse parlement koos in 2012 voor een minimumprijs.

De aanpak van excessief drinken door hoog houden van de prijs, heeft het voordeel dat deze maatregel harder aankomt bij de consument naarmate die meer drinkt. De aanpak is dus min of meer selectief.

Verslaafden zowel als excessief drinkende jongeren kopen vooral goedkope alcohol. Dure dranken nog duurder maken door accijnsverhoging heeft voor hen geen zin, maar een bodem leggen onder de prijzen van hun biertjes wel.

Nieuw onderzoek bevestigt eerdere conclusies

GUNSTIG EFFECT ALCOHOL OP HET HART IS EEN SPROOKJE

De opvatting dat (zeer) matig alcoholgebruik een positief effect zou hebben op hart en bloedvaten, is wijd verbreid. Tot in medische kringen toe. De statistieken wijzen het immers uit : matige drinkers leven langer. Recent onderzoek door wetenschappers van de Semmelweis universiteit in Boedapest laat echter (nogmaals) zien dat een positief effect van alcohol niet bestaat.

De oorsprong van de opvatting dat gering alcoholgebruik gunstig zou zijn voor de gezondheid van hart en bloedvaten, ligt bij de ontdekking van de zogenaamde "Franse paradox". In Frankrijk is de sterfte aan hart- en vaatziekten geringer dan overeenkomt met het gemiddelde voedingspatroon. Sommige epidemiologen meenden dat die relatief geringe sterfte een gevolg was van de wijnconsumptie in Frankrijk. Veel nader onderzoek, veelal epidemiologisch gericht, leek die conclusie te bevestigen. En daarmee was een nieuwe mythe geboren : zeer matig alcoholgebruik is beter voor hart en bloedvaten dan helemaal niet drinken.

Kritische epidemiologen publiceerden enkele jaren later analyses van die onderzoeken, en merkten op dat de groep niet-drinkers ook ex-drinkers omvatte. Die ex-drinkers zouden in hun drinkperiode al zoveel schade hebben kunnen oplopen, dat zij het resultaat van de groep niet-drinkers omlaag

haalden tot beneden het niveau van de matige drinkers. Bij de (weinig) onderzoeken waar de groep niet-drinkers ontdaan was van de ex-drinkers, kon geen positief effect van matig alcoholgebruik worden aangetoond. Daarmee was het sprookje van het gunstige effect van alcohol naar de prullenmand verwezen.

Een mens gelooft echter graag die dingen die in zijn kraam van pas komen. Soms zelfs tegen beter weten in. Dus bleven velen geloven in het sprookje. Daarin gesterkt door producenten van en handelaren in wijn, die uit eigenbelang de mythe bleven verkondigen.

Doctor Julia Karády van de Semmelweis universiteit in Boedapest, besloot de zaak vanuit een andere invalshoek te benaderen. Niet vanuit sterfstatistieken, maar vanuit preventief hartonderzoek. Onderzoek met de moderne medische techniek van de CT-angiografie. Met die techniek worden "plaques" in de kransslagaderen zichtbaar gemaakt. Die kunnen het begin zijn van "aderverkalking" en leiden tot een hartinfarct.

Samen met haar medewerkers onderzocht Karády de scans van 1925 patiënten, die door hun artsen verwezen waren voor CT-angiografie. Alle onderzochte personen stonden dus onder de verdenking dat er iets mis was met hun hart. Ingedeeld naar alcoholgebruik vormden forse drinkers de grootste groep, bijna 40 procent. De overigen werden in drie groepen ingedeeld : niet-drinkers, lichte drinkers en matige drinkers.

Tot hun verrassing vonden Karády cs geen enkel verband tussen alcoholgebruik en beginnende coronaire hartziekte. Een beschermend effect van licht alcoholgebruik kon niet worden aangetoond. Van matig alcoholgebruik evenmin. De kransslagaderen van geheel onthouders, van lichte drinkers en van matige drinkers waren geheel vergelijkbaar. Alcohol kan dus geschrapt worden als zelfzorggeneesmiddel !

Dingeman Korf





Verschijsning G O

Het eerstkomende nummer van dit blad zal omstreeks eind mei verschijnen. Copij voor dat nummer graag uiterlijk 10 mei bij de redacteur.

Bladadministratie

Onze bladadministrateur is verhuisd van Delft naar Zuidlaren.

Zijn adres is nu :

W. Matla,

Ludinge 13 , Mozaïek-appartement 13
9471 JD Zuidlaren.

Hij heeft tevens te kennen gegeven in verband met zijn gezondheidstoestand op zo kort mogelijke termijn te willen aftreden als bladadministrateur. Wie help ons uit de brand door hem op te volgen ?



**SONG VEEL DRINKEN
PLAVEIT DE WEG
NAAR EEN LEVEN VAN
GEMISTE KANSEN**

Helpt ongevallen door snelheid of alcohol

SWOV VRAAGT OM MEER BOETES

Het nieuwe kabinet moet miljoenen bekeuringen extra uitdelen aan verkeersovertreders. De handhaving van de wegenverkeerswet is in de versloffing geraakt. Aldus het advies van Stichting Wetenschappelijk Onderzoek Verkeersveiligheid (SWOV) aan het komend voorjaar te vormen kabinet.

In 2015 vielen er 621 doden in het verkeer. Een jaar eerder waren dat er 570. Het aantal ernstig gewonden vertoonde eveneens een onrustbarende stijging, van 20.700 naar 21.300. De stijging van het aantal verkeersdoden in ons land, was met 9 procent de hoogste van Europa.

De SWOV ziet een verband tussen de aantallen doden en gewonden enerzijds, en de verslappening van de handhaving anderzijds. De aantallen uitgedeelde verkeersboetes en uitgevoerde staande houdingen zijn namelijk in de loop der jaren sterk gedaald. In 2007 werden er 9,6 miljoen boetes uitgedeeld, in 2015 was dat gedaald tot 6,6 miljoen boetes. In 2007 vonden 1,5 miljoen staande houdingen plaats, in 2015 was dat gedaald tot 250.000 staande houdingen.

Directeur P. van de Knaap van de SWOV noemt handhaving één van de drie pijlers onder de verkeersveiligheid, naast veilige inrichting van wegen en duidelijke verkeersborden. *"Bij de helft van de ongevallen speelt snelheid of alcohol een rol. Handhaving draagt er aan bij dat mensen zich veiliger gaan gedragen, en dat leidt tot minder slachtoffers"*. Handhaving is namelijk meer dan alleen maar de zondaars eruit pikken en straffen. Handhaving heeft ook een psychologisch, preventief effect op de overige verkeersdeelnemers. Het is een signaal van "er wordt op u gelet".

Vandaar de vraag van de SWOV om meer verkeersboetes. Of meer officieel verwoord : *"Geef handhaving weer de serieuze plaats in het verkeersveiligheidsbeleid die het had en die het verdient"*.

HOE VERDER (2)

VOORLOPIG KWARTAALBLAD ?

In het vorige nummer van dit blad schreven wij, dat de vroegere drukker van ons blad in september zijn bedrijf heeft beëindigd. Voor het laatste nummer van 2016, waren wij zo gelukkig een drukker te vinden die in staat was dat nummer te drukken en nog vóór Kerstmis bij de lezers te laten bezorgen.

Daarmee zijn de problemen echter nog niet de wereld uit. De G O is duurder geworden, de posttarieven zijn verhoogd, en Post NL heeft in het vooruitzicht gesteld dat de sterke afname van het aantal poststukken per jaar, de komende tijd tot nog meer tariefsverhogingen kan leiden.

Uw bestuur dacht die ontwikkeling voor te kunnen zijn door over te gaan op digitale uitgave van de G O. Geen drukkosten en geen verzendkosten meer. Echter, noch de bladadministratie, noch het secretariaat beschikt over e-mail adressen van alle begunstigers/donateurs. De oproep in het vorige nummer leverde slechts een beperkt aantal nieuwe e-mail adressen op. Sommige inzenders daarvan gaven aan liever een papieren blad te ontvangen, maar wel in staat te zijn per e-mail het blad te ontvangen en te lezen.

Het bestuur heeft daarom besloten als tussenoplossing over te gaan tot uitgifte van de G O éénmaal per drie maanden. De G O wordt dus een kwartaalblad in plaats van een tweemaandelijks blad. Dat betekent dat wij ons minder op de actualiteit kunnen richten en meer op de grote lijnen van de wetenschappelijke en maatschappelijke ontwikkelingen. Minder berichten over incidenten, en meer over gezondheid en (overheids)beleid.

Deze ontwikkeling is ons inziens een logisch gevolg van de omzetting van de ANGOB in een stichting. Als vereniging hadden wij plaatselijke afdelingen, die ook plaatselijke en regionale, c.q. provinciale acties hielden. De G O werd in het verleden voor een deel gevuld met de verslagen daarvan, geschreven door afdelingssecretarissen. De G O was een blad voor en door Angob-ers. De omzetting van de ANGOB in een stichting betekende opheffing van de afdelingen. De afgelopen jaren was de G O bijna een eenmansblad. Ook daaruit valt een argument te halen om de verschijningsfrequentie te beperken.

Op langere termijn blijft ons streven een volledig digitaal blad. Meld dus uw e-mail adres !



Willen brouwers bier alleen nog via supermarkt verkopen ?

BIERPRIJS STIJGT IN HORECA DRIE KEER HARDER DAN IN SUPERMARKT

De afgelopen tien jaar is de prijs van een pilsje in het café driemaal zo hard gestegen als in de supermarkt. Het pilsje werd gemiddeld 42 procent duurder, een kratje 14 procent. Aldus de nieuwe cijfers van het CBS over de gemiddelde prijzen tot en met 2016.

Gemiddeld genomen kostte in 2016 een pilsje in een café 2,43 euro. Dat was 72 cent meer dan in 2006, want toen was de gemiddelde prijs 1,71 euro. Een prijsstijging van 42 procent. De prijs van een krat bier in de supermarkt, steeg in diezelfde periode met

14 procent. De prijzen groeiden dus steeds verder uit elkaar.

Een veel gehoorde verklaring voor het verschil, is dat supermarkten veel grotere hoeveelheden in kunnen kopen. Daardoor zouden zij (veel) lagere prijzen kunnen afdwingen bij de brouwerijen. Dat verklaart alleen niet waarom de prijzen steeds verder uit elkaar groeien. Er lijkt meer achter te zitten.

Horeca Nederland kwam na het bericht van het CBS meteen met een verklaring. Momenteel ligt gemiddeld genomen de inkoopprijs voor de horeca bijna tweemaal zo hoog als de verkoopprijs in de supermarkt. Een prijsverhouding die huns inziens niet

gerechtvaardigd kan worden door een verschil in afnamevolume.

Wij vermoeden dat de brouwers de prijs voor de supermarkten zo laag houden om hen in staat te stellen met stuntprijzen hun omzet te vergroten. Dat vergroot de totale consumptie in het land en houdt het bier populair. Daar hebben de brouwerijen profijt van. Feitelijk subsidiëren de brouwerijen de supermarkten om propaganda voor bier te maken !



ALCOHOLADVIES EUROPEES COMITÉ VAN DE REGIO'S

Het Europees Comité van de Regio's heeft recent een advies uitgebracht waarin gepleit wordt voor een nieuwe EU-strategie voor alcohol. Ook vraagt het Comité aan de EU-instellingen zich te blijven inzetten voor slagvaardiger handelen en voor een betere samenwerking tussen de lidstaten.

De afgelopen jaren zijn er zowel op medisch gebied als op maatschappelijk gebied zoveel nieuwe ontwikkelingen geweest, en is de roep om een krachtadiger aanpak zoveel luider geworden, dat de oude EU-strategie voor alcohol aangepast moet worden. Daarbij noemt het Comité een viertal specifieke acties.

Zo wil het Comité dat het excessieve alcoholgebruik onder jongeren actiever wordt tegengegaan. De EU zou de beleidsterreinen moeten aangeven waarop de lidstaten maatregelen kunnen nemen, en globaal moeten aangeven welke maatregelen dat zijn.

Verder zouden de lidstaten ervoor moeten zorgen dat kinderen en jongeren minder worden blootgesteld aan reclame voor alcohol. Dat geldt voor zowel TV-reclame en product placement, als voor reclame en promotie via internet en sociale media.

Uitbreiding van de EU-wetgeving betreffende de etikettering van alcoholhoudende dranken met de verplichte vermelding van ingrediënten, voedingswaarde en calorieën op de verpakkingen.

Als vierde noemt het Comité van de Regio's intensivering van het beleid ter verhoging van de verkeersveiligheid in de EU. Met name door meer uitwisseling van ervaringen met maatregelen die doeltreffend zijn gebleken.

Een veelomvattend advies van het Comité. Als dat onverkort en met kracht ter hand wordt genomen, kunnen de problemen van alcohol flink worden teruggedrongen. Mits de alcoholindustrie niet weer een spaak in het wiel steekt.

Suggestief taalgebruik en aanvechtbare argumenten

STIVA VINDT INGRIJPEN OVERHEID BIJ ALCOHOL ONGEWENST

De STIVA heeft een enquête laten houden naar de mening van "de Nederlander" over alcohol. En natuurlijk komt daar een bevestiging uit van wat de STIVA al jaren verkondigt : de overheid moet zich er zo weinig mogelijk mee bemoeien, de branche kan eventuele problemen zelf wel aan.

De STIVA, een samenwerkingsverband van de Nederlandse producenten en importeurs van alcoholhoudende dranken, stelt om te beginnen dat een zeer ruime meerderheid (89 procent) van de Nederlanders het eigen alcoholgebruik verantwoord vindt. Die uitkomst was natuurlijk op voorhand te verwachten. Overtuigd zijn van het eigen gelijk is een veel voorkomende menselijke eigenschap. De meerderheid van de zware drinkers, en zelfs veel alcoholisten, ontkennen dat alcohol hen problemen bezorgt. De constatering van de STIVA slaat dus nergens op.

Verder constateert men tevreden dat het Nederlandse alcoholgebruik onder het Europese gemiddelde ligt. Maar dat Europese gemiddelde wordt door Oost-Europa flink omhoog geschroefd. Laten we onszelf maar liever vergelijken met West-Europa. Dan blijkt dat zowel in Skandinavië als in Italië bijvoorbeeld minder gedronken wordt dan in Nederland.

De opmerking dat er sinds 2000 in Nederland "zelfs een afname van 17 procent" te zien valt, snijdt ook weinig hout. In geheel West-Europa daalt het alcoholgebruik, de consumptiecijfers komen steeds dichter bij elkaar te liggen. Bovendien vergeet men dat er tussen 1955 en 1985 een stijging met 300 procent heeft plaatsgevonden. Om dat terug te draaien, is

een daling met 75 procent nodig !

Verstandig met alcohol omgaan, is volgens 96 procent van de ondervraagden de eigen verantwoordelijkheid. Jawel, maar wordt het dragen van die verantwoordelijkheid niet ernstig bemoeilijkt door reclamedruk en sociale druk ? Zo denkt 41 procent van de ondervraagden dat voorlichtingscampagnes kunnen bijdragen, en denkt 42 procent dat voorlichting op scholen kan werken. Daaruit trekt de STIVA de conclusie : *campagnes werken, accijnzen niet*. Wij Nederlanders moeten vooral elkaar aanspreken op alcoholgebruik. Maar hoe kunnen wij dat als in de reclame een heel ander beeld wordt geschetst ?

Prijsverhoging is niet populair, mogelijk daarom gelooft men er niet echt in. Slechts 9 procent van de ondervraagden denkt dat accijnsverhoging overmatig alcoholgebruik kan tegengaan. Dit terwijl wetenschappelijk onderzoek heeft uitgewezen dat de drie meest effectieve maatregelen zijn : verminderen van de verkrijgbaarheid, verhoging van de prijs en inperken van de reclame.

De STIVA probeert die effectieve maatregelen buiten beeld te houden, door minder effectieve maatregelen naar voren te schuiven en een te rooskleurig beeld van de situatie te schetsen.

Dingeman Korf