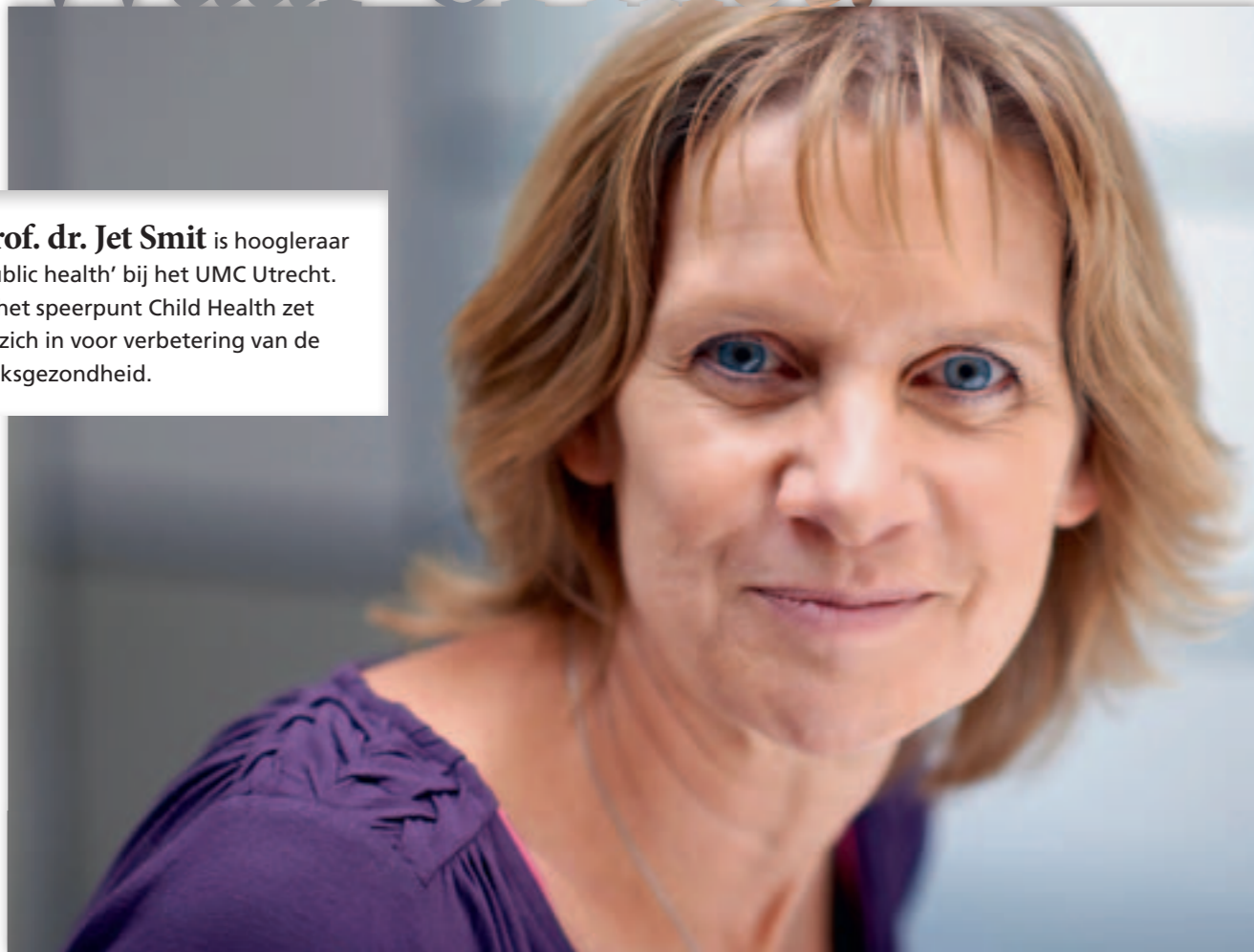


# Waar of niet?

**Prof. dr. Jet Smit** is hoogleraar 'Public health' bij het UMC Utrecht. In het speerpunt Child Health zet zij zich in voor verbetering van de volksgezondheid.



## 'We moeten elektrische fietsen niet cool maken'

**Ziekten komen en ziekten gaan. De pest verdween, hart- en vaatziekten namen toe, net als overgewicht. We kunnen ingrijpen met campagnes en vooruitkijken op basis van huidige inzichten. Maar ondanks alle kennis valt het niet mee de toekomst van onze gezondheid te voorspellen, aldus prof. dr. Jet Smit.**

### Ruim een kwart van de bevolking rookt nog. Het gezondheidsbeleid faalt

**'JA.** Het percentage rokers in Nederland behoort nog steeds tot het hoogste in Europa. Voorlichting alléén helpt onvoldoende. Maar het blijft belangrijk om de gevaren van roken op die manier onder de aandacht te houden. Dat er jaarlijks bijna 20.000 mensen in Nederland overlijden door roken, trekt allang geen krantenkoppen meer. Toch verliezen we dat perspectief wel eens uit het oog als er veel ophef is in de media over gezondheidsrisico's van bijvoorbeeld voeding of milieu. Onze houding ten opzichte van roken is de laatste vijftig jaar wel veranderd. Staan bij verjaardagen nog de sigaretten op tafel? Hoe vaak zie je nog mensen roken in films? Ik vind dat het rookverbod in de horeca ook weer in kleine cafés moet gelden. Ook niet-rokers hebben hier baat bij. Niet-rokers hebben als individu weliswaar slechts een heel klein verhoogd risico op longkanker en op hart- en vaatziekten. Maar van de miljoenen niet-rokers in Nederland, zullen enkele duizenden toch longkanker of hart- en vaatziekten krijgen door de tabaksrook van anderen. En dat kunnen we voorkomen!'

### Overgewicht is via voorlichting te bestrijden

**'NEE.** Overgewicht moet ook op andere manieren aangepakt worden. De sterke toename van overgewicht is niet gekomen doordat mensen zomaar meer gingen eten en minder gingen bewegen. In onze omgeving komen we steeds meer aantrekkelijke en goedkope dikmakers tegen, terwijl we steeds minder hoeven te bewegen. Wanneer we die leefomgeving gezonder én aantrekkelijker maken, dan veranderen gewoonten vanzelf. Dan slinken ook de grote gezondheidsverschillen tussen hoge en lagere sociaal-economische groepen. Dat zal zeker niet makkelijk zijn. Nederlanders fietsen veel, in ons land is dat een gezonde en vanzelfsprekende gewoonte. Ik vind het jammer dat de OV-jaarkaart studenten massaal de bus en de trein ingejaagd heeft. Waar een deel van de studenten vroeger naar de universiteit zou fietsen, zitten ze nu in de bus. Wat mij betreft hoeven elektrische fietsen ook helemaal niet cool gemaakt te worden. Op scholen zou het aanbod van snacks aangepast kunnen worden. Haal de frisdrankautomaat maar weg. Alle beetjes helpen. Kinderen van 5 tot 7 jaar met ernstig overgewicht krijgen meer energie binnen dan ze nodig hebben, maar niet eens zo veel. In het PIAMA-onderzoek hebben wij laten zien dat deze kinderen in hun eerste levensjaren, per dag gemiddeld de energie van één glas frisdrank méér binnenkrijgen dan kinderen met een normaal gewicht.'

### Kinderen jarenlang volgen is heel nuttig

**'JA.** Dat is belangrijk als we willen weten wat de oorzaken zijn van ziekten die zich over langere tijd ontwikkelen. In het PIAMA-onderzoek hebben we bijna 3800 kinderen van vóór de geboorte tot op hun huidige leeftijd van 14 jaar gevolgd. Daaruit weten we bijvoorbeeld dat blootstelling aan fijnstof, bijvoorbeeld door het wonen langs een drukke snelweg, later de kans op astma vergroot. Dat geldt ook voor kinderen die ter wereld zijn gekomen via een keizersnede. We weten ook dat kinderen met veel luchtweginfecties in het eerste levensjaar een grotere kans hebben om later astma te krijgen. Dat kan komen doordat die luchtweginfecties zelf een grote kans op astma geven. Maar het kan ook zo zijn dat de luchtwegen van die kinderen bij de geboorte al gevoeliger zijn, waardoor ze in de eerste jaren vaker luchtweginfecties krijgen en later ook nog astma. Ook om dat te weten te komen, moet je van jongs af aan gegevens verzamelen bij grote groepen kinderen. Dat willen we doen met het WKZ. Op dezelfde manier willen we samen met IVF-klinieken in heel Nederland een cohort opzetten om 'reageerbuisbaby's' lange tijd te volgen. Er bestaan aanwijzingen dat IVF-kinderen op kinderleeftijd al een hogere bloeddruk en hogere glucosespiegels hebben dan kinderen die niet via IVF verwekt zijn en dat zij later meer gezondheidsproblemen hebben. Wij willen dat grootschalig gaan onderzoeken met de divisie Vrouw en Baby.'

### Overgewicht is hét probleem van deze tijd

**'INDERDAAD.** Maar dat hebben we halverwege de vorige eeuw niet zien aankomen. Bij haar twintigjarig bestaan in 1968 blikte de wereldgezondheidsorganisatie WHO vooruit. Een aantal experts gaf aan dat kanker en hart- en vaatziekten over twintig jaar getemd zouden zijn, net als infectieziekten. We zouden voldoende en veilig voedsel hebben en mensen zouden vaker honderd jaar of zelfs ouder worden. Maar we moeten nog steeds oppassen voor infectieziekten en chronische ziekten stijgen juist door de toegenomen welvaart. Kortom, het valt niet mee de toekomst te voorspellen. Het is wél duidelijk dat ziekten komen en ziekten gaan. Over tweehonderd jaar zijn de huidige problemen voorbij. Dan verbazen we ons erover dat er in deze tijd zo veel mensen rookten en overgewicht hadden. Ik denk niet dat we de kant opgaan van de Disney animatiefilm Wall\*E. Daarin heeft de hele mensheid overgewicht en weet men niet meer wat het is om zelf te bewegen. Het klinkt inderdaad optimistisch, hoewel ik natuurlijk niet denk dat we niet meer ziek worden. Alleen zullen het straks andere ziekten zijn.' ■