



## Voedingsinterventie en eosinofiele oesofagitis

Eosinofiele oesofagitis (EoE) is een chronische allergische aandoening van de slokdarm, waarbij de wand van de slokdarm is geïnfiltrated door eosinofiele granulocyten. Volwassenen hebben last van brandend maagzuur, slikproblemen en vastzittend eten in de slokdarm; kinderen kampen met voedselweigering en spugen. Na vaststelling van een te hoog aantal eosinofiele granulocyten in slokdarmbiopten volgt behandeling met ontstekingsremmers en het vermijden van potentieel allergene voedselbestanddelen. Er werd een meta-analyse uitgevoerd met 1317 patiënten om de effectiviteit van verschillende voedseleliminaties te beoordelen. Er werden voornamelijk observationele studies tot 2013 in het onderzoek meegenomen.

	Kinderen	Volwassenen
Elementair dieet	90,4%	94,4%
SFED <sup>1</sup>	72,8%	71,3%
Voedseleliminatie <sup>2</sup>	47,9%	32,2%

1. *Six Food Elimination Diet: gebaseerd op melkeiwit, soja, eieren, tarwe, pinda's en noten en vis/zeevoedsel*

2. *Voedseleliminatie gebaseerd op uitkomsten van een huidtest*

Een SFED-voedingsinterventie verdient de voorkeur in de behandeling van EoE. Een elementair dieet is weliswaar effectiever, maar verre van ideaal door het noodzakelijk vermijden van normale voedingsmiddelen, de onaangename smaak, de hoge kosten en de sociale beperkingen. De voedseleliminatie gebaseerd op uitkomsten van een huidtest werkte bij kinderen beter dan bij volwassenen, maar bij volwassenen is slechts één studie gedaan. Herintroductie kan duidelijkheid geven over de veroorzaker van EoE en voorkomen dat het dieet beperkter is dan noodzakelijk. Effect op de lange termijn, het ontstaan van bindweefsel in de slokdarm, dieet compliance en de kwaliteit van leven moeten verder worden bestudeerd.

► **Arias Á, González-Cervera J, Tenias JM et al. Efficacy of dietary interventions for inducing histologic remission in patients with eosinophilic esophagitis: a systematic review and meta-analysis. *Gastroenterology* 2014;7:1639-48.**

CAROELIEN SCHURMAN

## Suikerhoudende dranken en cafeïne

Er zijn overtuigende bewijzen dat regelmatige consumptie van suikerhoudende dranken het risico op obesitas en daaraan gerelateerde ziekten verhoogt. Een groot deel van de suikerhoudende dranken bevat ook cafeïne, een stof die bij regelmatige inname tot afhankelijkheid kan leiden. Bovendien zou cafeïne ook de smaak verbeteren. De onderzoekers hebben daarom gekeken of het toevoegen van cafeïne aan frisdrank de consumptie ervan verhoogt.<sup>1</sup> Het was een dubbelblinde gerandomiseerde interventiestudie met 123 deelnemers, die verdeeld werden in twee groepen. De ene groep kreeg cola met cafeïne (110 mg/l), de andere groep kreeg cola zonder cafeïne. Beide cola's hadden een citroensmaak.

Aan het begin vroegen onderzoekers aan de deelnemers om de eerste 9 dagen 600 ml van de toegewezen cola te drinken (smaakconditionering). Daarna volgde de fase waarin de consumptie ad libitum was (28 dagen). Gedurende de studie hielden de deelnemers een voedingsdagboek bij en dachten ze dat ze deelnamen aan een smaakonderzoek. De volgende resultaten kwamen naar voren:

- Inname cola zonder cafeïne: 273 ml/dag (122 kcal).
- Inname cola met cafeïne: 419 ml/dag (180 kcal).
- Geen verschil in toename van lichaamsgewicht en dagelijkse calorie-inname.
- Een getraind panel kon geen smaakverschil waarnemen tussen de twee soorten cola's.
- Beide groepen dronken tijdens de studie ook andere suikerhoudende dranken dan was voorgeschreven.
- Geen verschil in de totale cafeïne-inname.

De auteurs concluderen dat het toevoegen van cafeïne aan suikerhoudende drank de consumptie ervan verhoogt. Gezondheidsprofessionals zouden de druk op de voedingsindustrie moeten verhogen om cafeïne uit hun producten te verwijderen.

1 **Keast RS, et al. Caffeine increases sugar-sweetened beverage consumption in a free-living population: a randomised controlled trial. *Br J Nutr* 2015 Jan 8:1-6.**

ROB VAN BERKEL