



Datum : 21 februari 2008

Beter foliumzuurgebruik laat aantal neurale buisdefecten verder dalen

Foliumzuur is een microvoedingsstof die we allemaal nodig hebben, maar die vooral van belang is voor vrouwen die zwanger willen worden. Een extra inname van 400 microgram per dag, vanaf vier weken voor tot acht weken na de conceptie, kan helpen voorkomen dat in de foetus een neurale buisdefect ontstaat – een aandoening waarbij de wervelkolom of het schedeldak niet goed is aangelegd. Veel vrouwen weten dit ook, en een groeiend aantal slikt dan ook rond de conceptie foliumzuur. Toch is er nog veel te winnen. Dat geldt in het bijzonder bij vrouwen met een niet-Nederlandse achtergrond of een lage opleiding. Van hen slikt driekwart geen extra foliumzuur. Daarom is gerichte voorlichting nodig, en het opzetten van een programma voor preconceptiezorg. Dat laatste valt overigens ook om andere redenen aan te bevelen, zo bleek uit een recent Gezondheidsraadadvies over dat onderwerp. Het advies over foliumzuur wordt vandaag aangeboden aan de minister van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Voorlichting aan de zich steeds vernieuwende doelgroep van vrouwen in de vruchtbare leeftijd en een landelijk programma voor preconceptiezorg kunnen er samen voor zorgen dat meer vrouwen rond de conceptie foliumzuur gaan slikken. Daarmee kan het aantal kinderen dat geboren wordt met een neurale buisdefect verder dalen.

Niet alle vrouwen worden daarmee echter bereikt. Dit geldt in ieder geval voor de vrouwen die onverwacht zwanger raken, al ligt het percentage ongeplande zwangerschappen in ons land laag (10 tot 15 procent).

Daarom kan aan een aanvullende maatregel gedacht worden: de toevoeging van foliumzuur aan basisvoedingsmiddelen als brood en broodvervangers. Op dit moment mogen fabrikanten op vrijwillige basis foliumzuur aan hun voedingsmiddelen toevoegen. Dat biedt echter geen garantie dat vrouwen in de vruchtbare leeftijd deze specifieke producten ook zullen gebruiken. Dit beleid heeft nog een ander bezwaar, want met het huidige toegestane niveau van verrijking is het niet uit te sluiten dat kinderen een te hoge inname krijgen.



Door de toevoeging van foliumzuur aan basisvoedingsmiddelen kan een bodem worden gelegd onder de foliumzuurinnname van vrouwen in de vruchtbare leeftijd. Aan het invoeren van deze maatregel is wel een voorwaarde verbonden: de verrijking van andere voedingsmiddelen met foliumzuur moet dan worden gestaakt. Alleen zo kan worden voorkomen dat kinderen een te hoge dosis foliumzuur binnenkrijgen.

Samenstelling commissie:

- prof. dr. ir. G. Schaafsma, emeritus hoogleraar voeding en levensmiddelen, Wageningen Universiteit / voormalig directeur food and health, TNO, Zeist, *voorzitter* • dr. H. van den Berg, voedingskundige, Voedingscentrum, Den Haag • drs. E.N. Blok, beleidsmedewerker, ministerie van VWS, Den Haag, *adviseur* • dr. H.J. Blom, klinisch biochemisch geneticus, Vrije Universiteit Medisch Centrum, Amsterdam
- prof. dr. ir. C.P.G.M. de Groot, hoogleraar voedingsfysiologie met bijzondere aandacht voor het verouderingsproces en de oudere mens, Wageningen Universiteit • dr. M. den Heijer, endocrinoloog, Universitair Medisch Centrum St Radboud, Nijmegen • dr. K.F.A.M. Hulshof, voedingskundige, voorheen TNO, Zeist
- prof. dr. P.T.A.M. Lips, hoogleraar endocrinologie, Vrije Universiteit Medisch Centrum, Amsterdam • prof. dr. ir. I.M.C.M. Rietjens, hoogleraar toxicologie, Wageningen Universiteit • prof. dr. P.J.J. Sauer, hoogleraar kindergeneeskunde, Rijksuniversiteit Groningen • prof. dr. ir. P. van 't Veer, hoogleraar voeding en epidemiologie, Wageningen Universiteit • dr. T. Vulsma, kinderarts en endocrinoloog, Universiteit van Amsterdam Medisch Centrum • dr. ir. R.M. Weggemans, Gezondheidsraad, Den Haag, *secretaris*.

De publicatie 'Naar een optimaal gebruik van foliumzuur' (nr. 2008/02) is te downloaden van www.gr.nl en in een papieren versie op te vragen bij het secretariaat van de Gezondheidsraad, fax (070)340 7523, e-mail: order@gr.nl. Nadere inhoudelijke inlichtingen verstrekt mw. dr. ir. R.M. Weggemans, tel. (070)340 70 18, e-mail rienne.weggemans@gr.nl.