

## **Ingezonden commentaren op het openbare concept van het achtergronddocument Eieren**

De volgende organisaties hebben commentaar ingestuurd:

- mmmEggies
- Hartstichting
- Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu

---

## Commentaar ontvangen per email 10 maart 2015

Beste dames en heren van de Gezondheidsraad,

We hebben het concept Achtergronddocument Richtlijnen Goede Voeding 2015, eieren gelezen. Wellicht is het goed om de volgende feiten toe te voegen aan uw document.

Onlangs is door de Amerikaanse Dietary Guidelines Advisory Committee, de bij u bekende USDA gesteld, dat er nieuwe Amerikaanse voedingsrichtlijnen in aantocht zijn. Evenals bij de Nederlandse Gezondheidsraad is er een commentaarronde gestart. In Amerika worden eind 2015 de nieuwe richtlijnen gepubliceerd. In die belangrijke adviezen staat: cholesterol in de voeding wordt niet langer gezien als een probleem. Er is geen relatie tussen voedingscholesterol en hartziekten. **De commissie geeft dan ook geen richtlijn hoeveel cholesterol of hoeveel eieren iemand mag eten.** En dat laatste aspect is voor ons een hele belangrijke.

Bron: USDA

Voorts wijzen wij u erop dat in het Nederlandse tijdschrift voor de Voeding: Voeding Nu. In maart 2012 is een artikel verschenen onder de naam 'De herpositionering van het ei'. Onderzoeker MSc Raymond Gemen heeft met Prof. Dr. Ir. G.J. Schaafsma in opdracht van het Productschap Pluimvee en Eieren een uitgebreide literatuurstudie gedaan. De slotconclusie luidt: eieren leveren een waardevolle bijdrage aan de voeding van mensen en er is onvoldoende onderbouwing voor het advies om in een evenwichtige voeding het eten van eieren te beperken tot een maximum van 3 per week. Daarbij dient te worden opgemerkt dat we spreken over 'gezonde' mensen en geen diabetespatiënten.

Bron: Onderzoek MSc Gemen - Het effect van Ei-consumptie op de gezondheid van mensen.

Naar aanleiding van het concept Achtergronddocument en bovenstaande informatie gaan we er vanuit dat het ei een prominente plaats op de Schijf van Vijf verdient.

We zien uw reactie met interesse tegemoet.

Met vriendelijke groet,

Werkgroep Voeding mmmEggies

Marieke Claessens-Saris

---

## Commentaar ontvangen per email 25 februari 2015

Geachte voorzitter van de Gezondheidsraad,

Graag wil ik de auteurs van de documenten over voedingscholesterol en eieren complimenteren met het heldere overzicht.

Over het achtergronddocument Eieren:

Op blz. 5 wordt vermeld dat onderzoeken waarbij het effect van eieren apart voor hypo- en hyperresponders wordt gerapporteerd, buiten beschouwing worden gelaten. De Hartstichting vindt het juist van groot belang om het fenomeen hyperresponders in kaart te brengen en hierover in het achtergronddocument een paragraaf met de resultaten op te nemen. Dit kan grote effecten hebben voor een kleine groep mensen en derhalve van invloed zijn op de algemene adviezen t.a.v. eieren.

Op blz. 5 wordt bericht over het effect van eieren op het LDL-cholesterol. De bewijslast zou nog krachtiger worden indien sprake is van een dosis-respons effect. Is deze af te leiden uit de diverse studies?

Op blz. 8 staat vermeld dat eieren verwerkt in voedingsmiddelen veelal niet meegenomen worden bij navraagmethoden zoals een voedselfrequentievragenlijst. Hierbij raad ik u aan te vermelden wat hiervan de consequenties voor het effect van eieren op LDL-cholesterol zijn, en verzoek ik u deze beperking ook bij de conclusies te vermelden. Op blz. 4, in tabel 1 wordt de eierconsumptie van jongeren en volwassenen aangegeven. Ook hier is het onduidelijk deze of dit al dan niet eieren verwerkt in gerechten betreft.

Verder is het van belang te weten welke effecten gevonden worden bij personen met hypercholesterolemie en hoog risico op hart- en vaatziekten. Bij hen worden vaak striktere beperkingen opgelegd. Zijn die terecht?

Tevens is het voor de voorlichting belangrijk te weten wat de effecten van eieren die visvetzuren bevatten, zijn.

Met vriendelijke groet,

Dr. Ineke van Dis

Beleidsadviseur Hartstichting

**Van:** Caroline van Rossum  
**Verzonden:** maandag 9 maart 2015 23:15  
**Aan:** GR\_RGV2015  
**Onderwerp:** tweede ronde achtergronddocumenten

Beste GR,

Hierbij onze reactie op de achtergronddocumenten van de 2e ronde.

Groet,  
Caroline

Caroline van Rossum, PhD  
Centre for Nutrition, Prevention and Health Services  
National Institute for Public Health and the Environment  
PO Box 1  
3720 BA Bilthoven  
The Netherlands

See <http://www.voedselconsumptiepeiling.nl> for information on the Dutch food consumption surveys  
See <http://www.rivm.nl/nevo> for information on the Dutch food composition database

Proclaimer RIVM <http://www.rivm.nl/Proclaimer>

# Reactie RIVM op concept-achtergrondrapporten RGV

---

*dd 9 maart 2015*

## Algemeen

- Als er gesproken wordt over nutriënten van de VCP. Dan is het goed om naast dat het consumptiecijfers zijn van VCP 2007-2010 welke nevo-tabel is gehanteerd. In de nieuwste analyses is de NEVO-2013 gebruikt.
- De referentie naar VCP gegevens verschilt over de documenten bijv het aantal initialen.

## Eieren

- Waarom staat in de conclusie dat het op basis is van Noord-Amerikaans onderzoek. (Is het relevant voor de RG van NL of niet?)
- Wat is in de conclusie een hoog gebruik?
- Hoe wordt in deze conclusies rekening gehouden met de producten waarin ei is verwerkt.

## **Reactie van de commissie Richtlijnen goede voeding 2015 op het achtergronddocument over eieren**

De commissie heeft op het achtergronddocument over eieren reacties ontvangen van de mmmEggies, Nederlandse Hartstichting (NHS) en het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM). De commissie heeft de inhoudelijke reacties betrokken bij het opstellen van het definitieve achtergronddocument en over het algemeen de tekstuele suggesties overgenomen.

Geen van de commentaren heeft geresulteerd in wijzigingen van conclusies.

Op de volgende pagina's beschrijft de commissie in een tabel alle inhoudelijke commentaren en wat zij daarmee heeft gedaan.

1  
2Tabel Overzicht ontvangen **inhoudelijke** commentaren op achtergronddocument over eieren en reactie van de commissie.

Commentatoren	Commentaar	Reactie commissie
mmmEggies	De Amerikaanse Dietary Guidelines Advisory Committee ziet cholesterol in voeding niet langer als een probleem, omdat er geen relatie is met het risico op hartziekten. De Committee geeft dan ook geen richtlijn voor hoeveel cholesterol of eieren iemand mag eten.	Niet verwerkt. In het achtergronddocument wordt alleen het verband met het risico op chronische ziekten beschreven en worden geen richtlijnen afgeleid.
mmmEggies	Gemen en Schaafsma concluderen in 2012 in Voeding Nu <sup>1</sup> op basis van een uitgebreide literatuurstudie dat er onvoldoende onderbouwing is om het eten van eieren tot een maximum van 3 per week te beperken bij gezonde personen (conclusie geldt niet bij diabetespatiënten).	Niet verwerkt. De commissie heeft bij het opstellen van het achtergronddocument het rapport van Gemen en Schaafsma <sup>2</sup> waarop het artikel in Voeding Nu is gebaseerd nagelopen op bruikbare referenties van meta-analyses en individuele studies. De reden dat de commissie zich niet baseert op hun artikel is dat de werkwijze van de auteurs niet overeenkomt met die van de commissie.
NHS	Neem een paragraaf op over het fenomeen hyperresponders: een kleine groep mensen reageert juist sterk op eieren en dit kan van invloed zijn op algemene adviezen over eieren.	Niet verwerkt. De commissie gaat bij haar analyse uit van de resultaten met betrekking tot de algemene bevolking en laat specifieke risicogroepen buiten beschouwing.
NHS	Bestaat er ook een dosisrespons relatie tussen de inname van eieren en de stijging van het LDL-cholesterol?	Verwerkt. Dat de relatie een dosisrespons relatie betreft is nu expliciet beschreven in de conclusie: De inname van cholesterol uit eieren verhoogt per 100 mg per dag (een half ei per dag) het LDL-cholesterol met 0,050 mmol per liter.
NHS	Heeft het feit dat eieren verwerkt in	Niet verwerkt.

Commentatoren	Commentaar	Reactie commissie
	voedingsmiddelen veelal niet worden meegenomen in voedselfrequentievragenlijsten consequenties voor het effect van eieren op LDL-cholesterol?	Voedselfrequentievragenlijsten worden in cohortonderzoek gebruikt, terwijl het effect van de consumptie van eieren op het LDL-cholesterol in RCT's is onderzocht. We kunnen uw vraag daarom niet beantwoorden.
NHS	Zijn bij de Nederlandse voedselconsumptiegegevens over de inname van eieren ook gegevens over eieren verwerkt in producten opgenomen?	Verwerkt. In de VCP is alleen het gebruik van losse eieren nagevraagd en niet van eieren verwerkt in andere producten.
NHS	Welke effecten worden gevonden bij personen met hypercholesterolemie en een hoog risico op hart- en vaatziekten, omdat hen vaak striktere beperkingen krijgen opgelegd?	Niet verwerkt. De commissie gaat bij haar analyse uit van de resultaten met betrekking tot de algemene bevolking en laat specifieke risicogroepen buiten beschouwing. Weggemans <sup>3</sup> concludeert dat het effect van cholesterol uit eieren op LDL-cholesterol ook van toepassing lijkt te zijn op personen met hypercholesterolemie.
NHS	Wat is het effect van eieren die visvetzuren bevatten?	Niet verwerkt. Eieren die specifieke bestanddelen bevatten zoals visvetzuren vallen buiten het bestek van dit document.
RIVM	Wat is een hoge inname bij de conclusie over de inname van eieren en het risico op hartfalen?	Niet verwerkt. Omdat het een conclusie met geringe bewijskracht betreft wordt de hoeveelheid eieren niet gekwantificeerd, zoals staat beschreven in het werkwijze document.
RIVM	Waarom staat in de conclusie dat het op basis van een Noord-Amerikaans onderzoek is?	Niet verwerkt. Wanneer cohortonderzoek uitsluitend uit een werelddeel afkomstig is, wordt dat expliciet in de conclusie vermeld.
RIVM	Hoe wordt in de conclusies rekening gehouden met producten waarin ei verwerkt is?	Niet verwerkt. Bij cohortonderzoek kan de commissie zich alleen baseren op de gerapporteerde hoeveelheden ei en biedt het onderzoek in de regel geen inzicht in de consumptie van eieren die in producten verwerkt zijn.



**Literatuur**

- 1 Gemen R, Schaafsma G. De herpositionering van het ei. Voeding Nu 2012;(Maart).
- 2 Gemen R, Schaafsma G. Het effect van eiconsumptie op de gezondheid van mensen. Zoetermeer: Productschap Pluinvee & Eieren; 2011.
- 3 Weggemans RM, Zock PL, Katan MB. Dietary cholesterol from eggs increases the ratio of total cholesterol to high-density lipoprotein cholesterol in humans: a meta-analysis. Am J Clin Nutr 2001; 73(5): 885-891.