

# Effect van biologische en BD-voeding op eczeem en allergieklachten

**Aanleiding** Ongeveer 1/3 van de Europese bevolking heeft last van allergische aandoeningen en astma. Uit een aantal onderzoeken lijkt biologische voeding de risico's op deze allergische aandoeningen te verkleinen. Uit een Nederlandse studie kwam naar voren dat het risico op eczeem met ruim 30% af nam als kinderen voornamelijk biologische in plaats van gangbare zuivel gebruikten (Kummeling, 2008). Dit zou kunnen samenhangen met een hoger gehalte aan gunstige vetzuren, zoals dat gevonden is in biologische zuivel door ondermeer Slaghuis en de Wit (2006). Voordat dit als wetenschappelijk bewijs wordt geaccepteerd, moeten vergelijkbare resultaten ook in andere studies worden gevonden. Daarom is, binnen het deelprogramma Biologische Veehouderij, nu onderzocht of in de gegevens van een groot Europees onderzoek ook een verband te vinden is tussen het eten van biologische voeding en een verlaging van de kans op allergische klachten.

**Methode** Voor dit onderzoek zijn gegevens gebruikt uit de Parsifal studie. In dit onderzoek zijn 14.893 kinderen van 5 tot 13 jaar uit Nederland, Duitsland, Zwitserland, Zweden en Oostenrijk onderzocht. Dit waren enerzijds kinderen die opgroeiden op een boerderij met als controlegroep plattelandskinderen die niet op een boerderij woonden, en anderzijds een groep kinderen van de Vrijeschool met als controlegroep kinderen van een openbare school. Met behulp van vragenlijsten is informatie verzameld. Uiteindelijk bleek de informatie over de consumptie van biologische zuivel niet specifiek genoeg voor een nadere analyse, waardoor uiteindelijk alleen naar biologische voeding in het algemeen is gekeken. Daarnaast is bij een deel van de kinderen de aanwezigheid van antilichamen tegen voedings- en huisdierallergenen en huisstof bepaald.

**Resultaten** Het aantal kinderen dat biologisch of biologisch-dynamische (BD) voeding eet, is verschillend voor de groepen. Bij de boerderijkinderen was dit ongeveer 16%, voor hun controlegroep lag dit lager, op 15%. Bij de kinderen van de Vrijescholen was een duidelijk verschil tussen kinderen met een antroposofische achtergrond (86%), of een niet antroposofische achtergrond (68%), maar zij gebruikten nog altijd zeer significant meer biologische voeding dan hun controlegroep (21%). Uit de eerste analyses blijkt ook dat het risico op astmatische aandoeningen en hooikoorts in de Vrijeschool kinderen ongeveer 30% lager ligt dan in de controlegroep. Voor de verdere statistische analyse van de gegevens moet rekening gehouden worden met leefstijlfactoren die samen hangen met de keuze voor biologische voeding, maar die ook op zichzelf een invloed hebben op de gezondheid van een kind. Uit een eerste

analyse, waarin gekeken is of er een verband bestaat tussen biologische voeding en astma of allergieverschijnselen, gecorrigeerd voor overige leefstijlfactoren, komt geen verband naar voren.

Vervolgens is dit uitgesplitst naar biologische en BD-voeding. Hieruit bleek dat kinderen die vooral BD-producten aten ruim 30% minder risico hadden op eczeem of andere allergische huidaandoeningen. Ook bleek dat bij deze kinderen 50% minder kans was dat er ook immunologische reacties in het bloed te zien waren (IgE waardes tegen voedselallergenen en huisstof of huisdieren). Voor biologische voeding werd er geen verband gevonden.

**Discussie** Uit dit onderzoek blijkt dat de keuze voor een bepaalde voeding het risico op eczeemklachten vermindert. Dit werd niet direct gevonden bij de groep kinderen die biologisch aten, maar het was wel duidelijk te zien in de kinderen die BD- producten aten. We kunnen niet zeggen of hier sprake is van een oorzaak en een gevolg, omdat zowel voedingsgegevens als gezondheidsklachten op één moment zijn nagevraagd. Het kan dus zijn dat BD voeding beschermt tegen eczeemklachten. De reden waarom we het niet vinden bij biologische voeding kan ook zijn, dat mensen die eczeemklachten hebben juist biologische voeding zijn gaan gebruiken, in de hoop om van de klachten af te komen. Dit zou betekenen dat in de groep biologische consumenten relatief veel mensen met eczeemklachten zitten, waardoor een beschermend effect niet gevonden wordt.

Als we veronderstellen dat er wel sprake is van een oorzaak en een gevolg, dus dat kinderen die BD-producten eten minder kans hebben op eczeem, dan kan gespeculeerd worden over een mogelijk werkingsmechanisme. Samenstelling van de producten, zoals een hoger gunstig vetzuurgehalte in biologische en biologisch dynamische melk zou één van de verklaringen kunnen zijn. Deze verklaring wordt echter verzwakt door de afwezigheid van een verband met biologische voeding. Een andere verklaring is de keuze van producten. Mensen die BD-producten eten kiezen vaak voor producten die minder zijn bewerkt, die minder geraffineerd zijn en soms worden juist de meer gefermenteerde producten gekozen. Daarnaast is het mogelijk dat, ondanks de uitgevoerde correcties, er nog een invloed is van bepaalde leefstijlkeuzes.

**Conclusie** Uit deze analyses van de gegevens uit de Parsifal studie is niet aangetoond dat biologische zuivel, of algemener biologische voeding, leidt tot minder eczeem en allergieën, maar is wel een verband gelegd tussen deze gezondheidsklachten en de consumptie van biologisch-dynamische voeding.

*Verantwoording:*

Dit onderzoek is uitgevoerd door het Louis Bolk Instituut binnen het deelprogramma biologische veehouderij van Bioconnect, wat gefinancierd wordt door het ministerie van LNV. Voor extra informatie kunt u terecht bij Jan de Wit of Lucy van de Vijver (tel: 0343 523860, [J.deWit@louisbolk.nl](mailto:J.deWit@louisbolk.nl), [L.vandeVijver@louisbolk.nl](mailto:L.vandeVijver@louisbolk.nl))