

Persbericht

Paddenstoelen en hart- en vaatziekten

Champignons en andere eetbare paddenstoelen zoals de *Agaricus Blazei* – een paddenstoelsoort die sterk verwant is aan de champignon - bevatten weinig calorieën maar veel voedingsstoffen. Ze zijn vergelijkbaar met groente en tellen mee in de aanbeveling van 200 gram groente per dag. Onlangs werd in Maastricht wetenschappelijk onderzocht of de extracten van paddenstoelen ook hart- en vaatziekten kunnen voorkomen.

Medewerkers van de Universiteit Maastricht constateerden in de uren na de consumptie van een vruchtendrankje met paddenstoelenextracten, een versnelde verwijdering van vetten uit het bloed. Dat zou kunnen leiden tot een verlaging van het risico op hart- en vaatziekten, vooral bij mensen met diabetes. Het zijn bevindingen die nader onderzocht dienen te worden, vinden de onderzoekers van de Universiteit . De eerste aanwijzingen zijn veelbelovend, vindt ook het ICGV (het Innovatiecentrum Gezonde Voeding) te Venlo, dat opdracht gaf voor dit onderzoek.

Het onderzoek van de afdeling Humane Biologie van de Universiteit Maastricht richtte zich in eerste instantie op een mogelijke verlaging van het cholesterol- en bloedsuikergehalte in het bloed. Maar de uitkomst daarvan was negatief. Paddenstoelextracten – zo bleek tijdens deze onderzoeken – veroorzaken geen merkbare verlaging van cholesterol- en bloedsuikergehaltes bij de mens.

Het onderzoek werd gedaan in opdracht van het ICGV en is mede mogelijk gemaakt met financiële steun van de Provincie Limburg, de Europese Unie (EFRO) en een consortium van MKB bedrijven waaronder Innerlife B.V. te Venlo en het Productschap Tuinbouw te 's-Gravenhage.

Het onderzoek beoogde een impuls te geven aan het economisch herstel van de paddenstoelensector en tevens een bijdrage te leveren aan het verbeteren van de volksgezondheid. Door toenemende obesitas onder de bevolking en de toenemende vergrijzing vermindert de volksgezondheid. Een verandering van het voedingspatroon is noodzakelijk, waarbij voedingssupplementen uit eetbare paddenstoelen een belangrijke rol zouden kunnen spelen als die bijdragen aan vermindering van hart- en vaatziekten en diabetes.

Onderzoek met groepen

Extracten van de paddenstoelen werden verwerkt in een vruchtendrankje. Dat werd vijf weken lang dagelijks geconsumeerd door verschillende groepen vergelijkbare vrijwilligers. Vooraf en achteraf werden de suiker- en cholesterolkarakteristieken in het bloed van alle deelnemers gemeten. De paddenstoelextracten bleken niet tot verandering van glucose- en cholesterolwaarden te leiden. Wel werd waargenomen dat het vet in het bloed in de uren na de maaltijd versneld werd verwijderd. Of dat op termijn kan leiden tot een verlaging van het risico op hart en vaatziekten, moet nog nader worden onderzocht.

Consumenten en champignons

Gelijktijdig werd door het Department of Marketing van de Universiteit Maastricht onderzoek gedaan naar de bekendheid met ‘paddenstoelen’ van consumenten in Nederland, Duitsland,

Frankrijk en België. Daaruit bleek dat men geen weet heeft van de (bewezen) gezondheidsaspecten van paddenstoelen. Het hoge anti-oxidantengehalte en hun uitgebalanceerde eiwit- en vitaminesamenstelling zijn totaal onbekend. Men staat volledig neutraal tegenover champignons en paddenstoelen en hun mogelijk gezondheidsbevorderende werking.