



Op 17 december jl. verdedigde Machteld Huber haar proefschrift over de definitie van gezondheid in brede zin en de relatie voeding en gezondheid in het bijzonder. Als onderzoekster van het Louis Bolk Instituut werkte ze onder meer mee aan het onderzoek naar de gezondheidseffecten van biologisch voer op kippen, het zogenaamde kippenonderzoek. Het proefschrift gaat vooral in op het concept 'gezondheid'.

TEKST LEEN JANMAAT | FOTO LOUIS BOLK INSTITUUT

Waarom begin je bij het begrip gezondheid?

Machteld Huber: "Door de samenwerking met onze landbouwonderzoekers werd ik getriggerd door de relatie tussen het opvoeren van de productie en het afnemen van het aandeel secundaire metabolieten in onze voedselplanten. Deze secundaire metabolieten geven planten zelf het vermogen tot afweer. In voeding herkennen we deze stoffen onder andere als antioxidanten. Gewassen die geleidelijk groeien en niet worden opgejaagd bevatten verhoudingsgewijs meer van deze stoffen. Dit zou kunnen betekenen dat biologische producten ook als voedingsmiddelen positief bijdragen aan gezondheid. Een deel van de vraag van gezondheidseffecten van voeding is beantwoord in ons kippenonderzoek. We gebruikten hiervoor het begrip veerkracht: de kippen met biologische voer vertoonden een sneller herstel (meer veerkracht) nadat we ze een beetje ziek hadden gemaakt. Hierna ben ik meer over het begrip en definitie van gezondheid gaan nadenken."

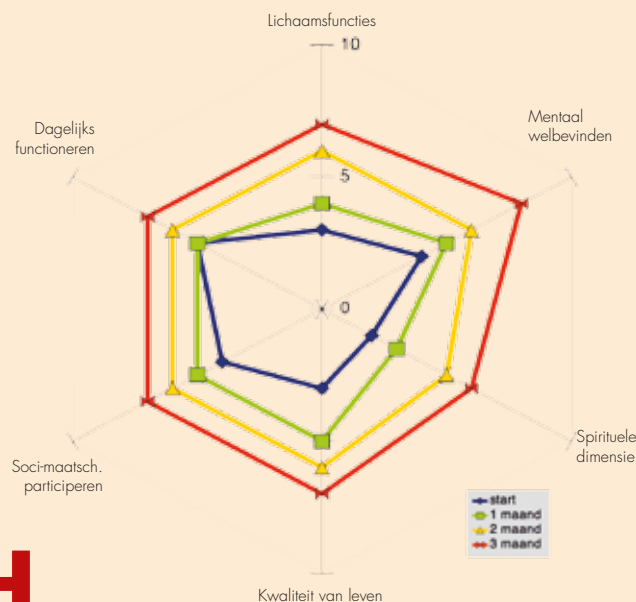
HOOFDDIMENSIES DIE UITDRUKKING GEVEN AAN GEZONDHEID:

1. Lichamelijke functies;
2. Mentale functies en beleving;
3. Spirituele/existentiële dimensies;
4. Kwaliteit van leven;
5. Sociaal-maatschappelijke participatie;
6. Dagelijks functioneren

VOLGENS HUBER BIEDT DE DEFINITIE VAN GEZONDHEID RICHTING AAN ONZE GEZONDHEIDSZORG

GEZONDHEID IS IETS DYNAMISCH

PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID



Benchmark, in te vullen door gebruikers, alleen of in gesprek met een hulpverlener, aan de hand van de subjectieve beleving van de kwaliteit van de zes dimensies op verschillende tijdstippen, eventueel na ondernomen acties.

Wat is voor jou de juiste definitie?

“In 1948 heeft de WHO een zeer brede en idealistische definitie van gezondheid gedefinieerd: een situatie van compleet welbevinden. In mijn proefschrift kom ik tot een meer dynamisch concept van gezondheid: ‘Gezondheid als het vermogen om je aan te passen en je eigen regie te voeren, in het licht van de sociale, mentale en fysieke uitdagingen van het leven.’ Deze definitie heb ik afgeleid na verkenningen bij zowel beroepsgroepen in de gezondheidszorg als patiënten zelf. Het was een verrassende ontdekking dat het denken over gezondheid afhangt van het feit of mensen zelf een ziekteproces hebben doorgemaakt. Bij deze groep krijgen spirituele/existentiële dimensies meer nadruk.”

Wat houdt het concept van positieve gezondheid in voor jou?

“Gaandeweg zijn we uitgekomen bij zes hoofddimensies die uitdrukking geven aan de beleving van gezondheid. Aan de hand van gezondheidsindicatoren ontstaat een soort score die kan worden weergegeven in een spinnenweb (zie afbeelding). Hoe verder het web zich uitbreidt, hoe positiever de gezondheid van een patiënt wordt beleefd. Ik zou graag deze in eerste instantie subjectieve bepaling willen objectiveren. Dit vraagt om bij voorkeur eenvoudige meetinstrumenten.”

‘Gezondheid als het vermogen om je aan te passen en je eigen regie te voeren.’

Is biologische voeding gezonder?

“Hoewel er wel aanwijzingen zijn, mag ik dit als onderzoeker niet concluderen. Hiervoor is het nog te vroeg en zijn er nog te weinig onderzoeksresultaten voorhanden. Het kippenonderzoek heeft wel aanwijzingen gegeven. Ik zou graag werken aan onderzoeksmodellen met behulp van kleine organismen waarop fundamenteel onderzoek kan worden uitgevoerd. Een combinatie van verschillende benaderingen in het onderzoek naar de gezondheidsaspecten van voedingsmiddelen uit verschillende productiesystemen is het meest veelbelovend. De antwoorden met betrekking tot dit onderwerp zijn van groot maatschappelijk belang.”

Inmiddels is een aantal organisaties voor zorg en publieke gezondheid gestart met het implementeren van het begrip ‘positieve gezondheid’. GGD Nederland wil het begrip o.a. integreren in de Nationale Volksgezondheidsmonitor, alsmede in praktijkinterventies. Veel regionale GGD’s hebben positieve gezondheid opgenomen in hun beleidsplannen. De regio Noordelijke Maasvallei (bestaande uit gemeenten, ziekenhuis, GGZ-instelling, zorggroepen) wil binnen vijf jaar de medische en sociale zorg inrichten op basis van het concept. Verschillende andere organisaties volgen.

Leen Janmaat is verbonden aan het Louis Bolk Instituut
 Proefschrift is aan te vragen via 06 10 33 51 78, of l.daniels@louisbolk.nl

Machteld Huber is sinds 1986 als onderzoeker Voedingskwaliteit & Gezondheid aan het Louis Bolk Instituut verbonden. Sinds 2011 is ze lid van de Wetenschappelijke Raad voor Integrale Duurzame Landbouw en Voeding en zij is medeoprichter van het International Research Network for Food Quality & Health. Machteld Huber heeft haar proefschrift ‘Towards a new, dynamic concept of Health. Its operationalisation and use in public health and healthcare, and in evaluating health effects of food’ verdedigd aan de Universiteit van Maastricht.

DEBAT

• Wat eten we in 2030?

Donderdag 22 januari | 14.30 uur | Hanzesaal

