

Onze Exceptionele Expert aan het woord:

Dick Bijl

“Kijk wat je zelf kunt bereiken met een gezonde leefstijl”

Sommige experts doen meer dan alleen hun werk, zoals Dick Bijl, oud-huisarts en epidemioloog. Al jaren houdt hij het medicijngebruik in Nederland kritisch tegen het licht. Jullie, onze gezondNU-lezers, riepen hem uit tot Exceptionele Expert. We spreken met hem over de hoop op een vaccin tegen corona.

“Prachtig, ik ben zeer vereerd!”, reageert Dick Bijl als hij zijn prijs in ontvangst neemt. “Het is een boodschap die ik al jaren uitdraag: bedenk goed of een medicijn wel de beste oplossing is voor je klacht of aandoening of dat je met leefstijl hetzelfde resultaat kunt bereiken.”

Het is best een gekke boodschap voor een arts die 22 jaar lang redacteur en hoofdredacteur was van het Geneesmiddelenbulletin, een medisch vakblad waarin vooral onderzoeken naar de werking van medicijnen werden gepubliceerd. “Juist door die ervaring ben ik steeds kritischer geworden over hoe de farmaceutische industrie werkt. Bij het toelaten van een nieuw medicijn gaat het er niet om dat dit echt iemands aandoening geneest, maar of er een rekenkundige verbetering is aan te tonen in een onderzoek. Wat mij betreft moet die meetlat echt omhoog.”

Vaccin tegen corona

Hoe kijkt hij aan tegen de hoop dat er binnenkort een vaccin tegen corona beschikbaar is? “Daar maak ik me wel zorgen om. Begrijp me niet verkeerd: ik ben absoluut niet tegen een vaccin; ik heb mijn zoon vroeger ook laten inenten volgens het rijksvaccinatieprogramma. Mijn zorgen gaan vooral over twee aspecten. Ten eerste het versneld toelaten van een vaccin, want dat is vragen om problemen. Dit gaat ten koste van een gedegen onderzoek naar de veiligheid en werking van het vaccin. Zo’n onderzoek duurt normaal gesproken jaren, simpelweg omdat klachten zich vaak pas na langere tijd na toediening van het vaccin ontwikkelen. Ten tweede maak ik me zorgen over de werking van het vaccin ten opzichte van de kans op bijwerkingen. Gaat dit vaccin echt bijdragen

aan het terugdringen van sterfte door COVID-19 of ben je na inenting alleen een paar dagen korter ziek? Dat laatste betekent in onderzoekstermen dat een vaccin bewezen werkt: er is immers een significant verschil meetbaar. Of het ook daadwerkelijk leidt tot minder doden, is echter nog maar de vraag.”

Risico’s versus voordelen

Om de risico’s te schetsen, blikt Dick terug op een eerdere pandemie. “Op dit moment lopen er nog steeds rechtszaken tegen het farmaceutische bedrijf GSK. Dit bedrijf bracht in 2009 het vaccin Pandemrix op de markt tegen de Mexicaanse griep. Ook in Nederland zijn toen een half miljoen kinderen met dit vaccin ingeënt. Inmiddels is gebleken dat een aantal van deze kinderen narcolepsie heeft gekregen, een zeldzame hersenaandoening.” “Hoewel GSK nog steeds stelt dat er meer onderzoek nodig is om erachter te komen wat de rol is geweest van Pandemrix bij de ontwikkeling van narcolepsie, heeft de Nederlandse overheid in 2018 vijf miljoen euro beschikbaar gesteld als schadevergoeding voor de gezinnen van deze kinderen. Het bleek dat GSK de gegevens over bijwerkingen van het vaccin niet openbaar had gemaakt, maar gedeeld had met het Europees Geneesmiddelenbureau. Die heeft er niets mee gedaan. En zo zijn er nog tal van medicijnen te noemen waarvan achteraf de bijwerkingen ernstiger waren dan vooraf uit onderzoek bleek.”

Genoeg bewegen, gezond eten

“Juist daarom blijf ik mijn boodschap verkondigen: kijk vooral wat je zelf kunt bereiken met een gezonde leefstijl. Ook tegen COVID-19 kun je jezelf beter weren als je weerstand op peil is en je bijvoorbeeld geen overgewicht hebt. Hier kun je zelf aan werken door genoeg te bewegen en gezond te eten. Kijk daarna pas of je eventueel medicatie nodig hebt of misschien wel juist ermee moet staken. Een aanzienlijk deel van chronisch gebruikte medicatie geeft meer kans op longontstekingen. Dat wil je juist nu niet. Ook in de strijd tegen COVID-19 moeten we onze kritische blik niet zomaar laten varen.”



**‘Ik ben
niet tegen
vaccinatie,
maar wat er
nu gebeurt,
baart me
zorgen’**