

Cholesterol, de verkeerde vijand?

Ben Vanheukelom was journalist bij de Vlaamse openbare omroep VRT en heeft zich de laatste jaren verdiept in de achtergronden van het cholesterolverhaal. Dat resulteerde in een prachtig boek dat hij op woensdag 3 mei in Antwerpen presenteerde.

De ondertitel luidt: *'Vragen bij cholesterolverlaging in de preventie van hart- en vaatziekten.'* Dit geeft meteen de scope van het boek aan want er zijn veel vragen over het nut van het voorschrijven van cholesterolverlagers ofwel statines die inmiddels door 2 miljoen Nederlanders en 1,5 miljoen Belgen worden gebruikt. De belangrijkste vraag is of het wel verantwoord is dat zoveel mensen ze slikken terwijl ze geen bekende hart- en vaatziekte hebben maar alleen een verhoogd cholesterolgehalte.

Van Heukelom neemt ons mee naar de oorsprong van de cholesterolhypothese in de jaren 50. Ancel Keys, een Amerikaans voedingsdeskundige ontwikkelt op basis van bevolkingsonderzoek (waaronder het Framingham-onderzoek), dierproeven en observaties de hypothese dat mensen die veel dierlijk vet eten, veel cholesterol maken die de slagaders vernauwen waardoor hartinfarcten ontstaan. Het gaat dan met name om mannen van 40-60 jaar. De cholesterolhypothese vindt ingang in westerse landen. In de loop der jaren wordt de hypothese verder verfijnd en gaat het om een bepaald type cholesterol, het 'low density lipoprotein' (LDL)-cholesterol. Inmiddels is het LDL-adagium hoe lager hoe beter, hetgeen de verklaring is van de enorme aantallen recepten van statines.

De visie van Keys was overigens veel breder dan de eenzijdige nadruk die thans gelegd wordt op het LDL. Voor hem gold dat hart- en vaatziekten bestreden moesten worden door een multidisciplinaire aanpak waarin ook veel aandacht was voor een gezonde leefstijl met voldoende lichaamsbeweging, gezonde voeding en stoppen met roken. Deze aandachtspunten verdwenen geleidelijk naar de achtergrond.

Van Heukelom laat voor- en tegenstanders uitgebreid aan het woord en dat maakt het zo'n aardig en leeswaardig boek. Je krijgt als lezer een goed inzicht in hun denktrant en de beweegredenen waarom ze voor of tegen het massale voorschrijven zijn. Er is specifieke aandacht voor vrouwen, senioren, kinderen en mensen met familiäre hypercholesterolemie).

Patiënten krijgen ruim de gelegenheid hun verhaal te doen. En dat is nodig want de bijwerkingen zijn nogal paradoxaal. Spierpijn is een heel belangrijke en dit belet mensen nogal eens om voldoende lichaamsbeweging te nemen. Dit heeft dus een averechts resultaat omdat voldoende lichaamsbeweging een belangrijke factor is voor het bestrijden van hart- en vaatziekten. Suikerziekte is een belangrijke risicofactor voor hart- en vaatziekten. En nu blijken statines dus juist suikerziekte, diabetes mellitus type 2, te veroorzaken. Andere bijwerkingen die aan bod komen zijn vermoeidheid, hartfalen, en diverse neurologische aandoeningen.

Dit scala aan bijwerkingen zal van een deel van de gezonden aan wie statines worden voorgeschreven patiënten maken met sowieso meer risico op hart- en vaatziekten, hetgeen toch niet echt wenselijk is.

Een centrale rol bij de wetenschappelijke publicaties over cholesterol is de 'Cholesterol Treatment Trialists' Collaboration (CTT). Deze internationale onderzoeksgroep met hoofdzetel in Oxford staat onder leiding van Sir Rory Collins. Zij beheren de ruwe onderzoeksgegevens van de statine-onderzoeken en publiceren daarover. Zij hebben geheimhoudingscontracten met de fabrikanten gesloten waarin is opgenomen dat zij niemand anders laten delen in de ruwe onderzoeksgegevens. De CTT is de grote motor achter het propageren van statines voor zowel de primaire (nog geen hart- en vaatziekte) als de secundaire (wel hart- en vaatziekte) preventie. Die contracten maken onafhankelijke controle en analyse van hun bevindingen onmogelijk.

Daarentegen hebben onafhankelijke onderzoekers op basis van de beschikbare onderzoeksresultaten geconcludeerd dat statines weliswaar het risico op hart- en vaatziekten verminderen maar dat de winst minimaal is, zowel voor primaire als secundaire preventie. Dit doet de vraag opkomen of het aanpakken van LDL wel de juiste strategie is, met andere woorden is LDL de verkeerde vijand?

Een apart hoofdstuk gaat dieper in op de erfelijke familiale hypercholesterolemie. Mensen met deze aandoening krijgen al op jonge leeftijd hartinfarcten waaraan een deel overlijdt. Het overgrote deel wordt echter oud. Voor deze groep zijn nieuwe en zeer dure cholesterolverlagers in de handel gekomen, de PCSK-9-remmers. Deze worden weliswaar vergoed maar er is geen bewijs dat ze hart- en vaatziekten voorkomen. De lange termijnbijwerkingen zijn evenmin bekend.

De laatste jaren verschijnen meer boeken en artikelen over het cholesterolverhaal en ook in televisieprogramma's wordt getwijfeld over de waarde van LDL en statines. Wat moet je nu als gebruiker of patiënt met deze informatie? Het lezen van het boek van Ben van Heukelom zal mensen tot nadenken en hopelijk tot discussie aanzetten. De uitgebreide lijst met literatuurverwijzingen zal daartoe ook bijdragen. De interviews met de vele deskundigen, zowel voor- als tegenstanders, en gebruikers zal ongetwijfeld de inhoudelijke discussies verhelderen.

Het boek is zeker ook een aanrader voor artsen, huisartsen en cardiologen, zodat zij beter met de vragen van hun patiënten kunnen omgaan.

Het boek is verschenen bij uitgeverij Garant Antwerpen/Apeldoorn en kost € 29,95. Het is te bestellen via de stenen boekhandel.

Ben Vanheukelom

Cholesterol de verkeerde vijand?

Vragen bij
cholesterolverlaging
in de preventie van
hart- en vaatziekten

Garant