

Effecten van een beperkt eliminatiedieet op het gedrag van kinderen met ADHD (INCA-studie): een gerandomiseerd gecontroleerd onderzoek

Bron: Pelsser LM, Frankena K, Toorman J, Savelkoul HF, Dubois AE, Pereira RR, et al. Effects of a restricted elimination diet on the behaviour of children with attention-defecit hyperactivity disorder (INCA study): a randomised controlled trial. *Lancet* 2011;377:494-503.

Auteur: dhr. dr. E.H.G. van Leer, kinderarts-allergoloog, Groene Hart Ziekenhuis, Gouda

(*Ned Tijdschr Allergie & Astma* 2011;4:142-3)

Inleiding

De veronderstelling van een mogelijke relatie tussen gedrag en voeding is niet van recente datum. In de jaren zeventig van de vorige eeuw maakte Feingold furore met zijn dieetgroepen, gebaseerd op vermeende schadelijke effecten van kleur- en smaakstoffen. Deze visie blijft terugkomen. Studies die dit effect met een dubbelblinde placebogecontroleerde opzet probeerden te onderbouwen, strandden op niet-significante verschillen en zijn inmiddels vergeten. Een artikel uit 2007 in de *Lancet* zwengelde die discussie opnieuw aan en leidde zelfs tot vragen in het Europees parlement. Door discussie over de gebruikte methodologie in deze studie is er nu weer wat twijfel over de validiteit van de uitkomsten. In 1999 stelde de EAACI dat er in de literatuur onvoldoende onderbouwing is voor een associatie tussen gedrag en voedingsadditieven. In 2009 concludeerde het RIVM dat er onvoldoende bewijs is om te denken aan een rol voor voeding bij de behandeling van ADHD. Het wachten was op een studie die dit verband, door een zorgvuldige studieopzet, definitief kon aantonen of uitsluiten.

De studie

Pelsser et al. werven 100 4-8-jarige kinderen met ADHD. Voorwaarde voor deelname was dat er geen eerdere behandeling had plaatsgevonden, dat de gezinnen bereid waren om de zeer intensieve dieetbehandeling te ondergaan en dat er voldoende kans was op therapietrouw. Na het stellen van de diagnose diende de helft (50 kinderen) als controlegroep en deze kreeg alleen een standaardadvies over gezonde voeding. De studiegroep kreeg na een inlooperperiode van 2 weken in week 3 een dieetadvies. Na week

4 volgden de gezinnen een restrictief dieet, dat bij onvoldoende effect na nog eens twee weken geïntensiveerd kon worden. Dit kon uiteindelijk leiden tot consumptie van alleen rijst, kalkoen, lamsvlees en groente. Op persoonlijke gronden kon dit dieet worden uitgebreid. Bij aanvang en na 9 weken (4 weken aanloop en 5 weken dieet) werd aan ouders en leraren om een beoordeling gevraagd. Aangezien beiden op de hoogte waren van de behandeling, was dit niet geblindeerd. De betrokken kinderarts leverde wel een geblindeerde beoordeling. Uiteindelijk werd bij 9 van de 50 kinderen uit de dieetgroep geen significant verschil gezien. In de controlegroep werd geen enkele verandering in de scores tussen begin en einde van de studie gezien.

Met 30 van de responders werd een vervolgstudie gedaan. In een tweede fase werd gedurende 2 x 2 weken een drietal voedingsmiddelen geïntroduceerd. Hierbij werd op basis van IgG-antistoffen gedifferentieerd tussen hoog- en laagrisicovoedingsmiddelen. Alle kinderen kregen 2 weken toevoegingen uit de ene en 2 weken uit de andere groep. Dit werd gerandomiseerd en op individuele basis samengesteld. Uiteindelijk kregen in deze fase 19 van de 30 kinderen een terugval. Er werd geen verschil tussen de hoog- en laagrisicovoedingsmiddelen gezien.

Commentaar

De controverse over de relatie tussen dieet en gedrag heeft soms meer het karakter van geloof of ongeloof dan van een wetenschappelijke discussie.

De werving was duidelijk gericht op ouders die bereid waren de intensieve dieettherapie te ondergaan. Ik ga ervan uit dat deze ouders hoopten en verwachtten dat het dieet zou helpen. Het feit dat de studiegroep niet geblindeerd was, roept vragen omtrent placebo-effecten op. Het is in deze context

wellicht jammer dat er voor vragenlijsten en niet voor neuropsychologische onderzoeken is gekozen. Deze laatste zijn minder gevoelig voor hoop, verwachting en geloof van betrokkenen, maar wel veel arbeidsintensiever. De betrokken kinderarts was niet op de hoogte van de groepsindeling van het kind dat hij zag, maar baseerde zijn oordeel wel deels op rapportage van ouders. Welk deel hoe zwaar meetelde in de score is niet duidelijk. Herintroductie van voedingsmiddelen ging gepaard met een terugval bij meer dan de helft van de kinderen. Helaas is ervoor gekozen geen groep zonder herintroductie te vervolgen, zodat we niet weten wat de kans op een terug-

val zonder herintroductie is. Ook over het beloop op de lange termijn ontbreekt iedere informatie. Aangezien het dieet sterk individueel is aangepast, is er niet echt een voedingsmiddel (of groep) als schuldige aan te wijzen. Ook gedachten over een biologisch mechanisme hebben de auteurs niet naar voren gebracht. In een recente update van hun analyse liet het RIVM (briefrapportage 350021002) zich in vergelijkbare bewoordingen uit. Uiteindelijk blijft er twijfel bestaan; de vraag is of we deze studie kunnen aanmerken als een bewijs, interessante nieuwe bevinding, een gemiste kans of een voortzetting van de controverse.