

‘Nut vitaminepreparaat berust op mythe’

01-03-2007 00:00

Het licht voor vitaminepreparaten lijkt uit te gaan, denkt hoogleraar voedings- en gezondheidsleer Frans Kok van de Wageningen Universiteit. Kok baseert zijn uitspraak op Amerikaans onderzoek, waarover gisteren werd gepubliceerd in de Journal of the American Medical Association.

De onderzoekers trekken na analyse van 68 onderzoeken met 230 duizend deelnemers de conclusie dat voedingssupplementen die vitamine A, C of E bevatten niet werkzaam zijn. Sterker nog: gebruik ervan kan de sterftetekans vergroten. Kok schat dat ongeveer vijf procent van de Nederlanders vitaminepreparaten gebruikt. In Amerika, waar fast food veel populairder is, ligt dat percentage vier keer zo hoog.