

Boer is de dokter van de toekomst

Wetenschappers wijzen op relatie bodemleven, voedsel en gezondheid

12
14 juni 2008

Voedsel heeft een grote invloed op de gezondheid van mens en dier. De afgelopen jaren is deze waarde van voedsel echter sterk verwaarloosd. Niet de gezondheidswaarde, maar de voedingswaarde is de boventoon gaan voeren. Hoog tijd voor een ommekeer, zo werd vorige week donderdag duidelijk op een symposium in het Friese Kollumerzwaag.

Het symposium met de titel 'Wordt de boer de dokter van de toekomst?' was georganiseerd door het jubilerende foeragebedrijf Mulder Agro in Kollumerzwaag. Mededirecteur Theo Mulder verdiept zich al jaren in de kracht van de bodem en bodemvruchtbaarheid en hij koestert het uitgangspunt dat een bodem met een gezond bodemleven aan de basis staat van gezond voedsel. De boer kan in zijn ogen een belangrijke rol spelen als het gaat om het oplossen van veel gezondheidsproblemen.

Een uitgangspunt dat steeds meer bijval krijgt uit de wetenschap en de medische wereld. Immunoloog en celbioloog Huub Savelkoul richt zich bijvoorbeeld op de weerstand van mens en dier en constateert dat het voedsel de afgelopen jaren sterk is veranderd. „De nutritionele waarde is de boventoon gaan voeren en het is verwaarloosd dat er componenten in zitten die het weerstandssysteem positief beïnvloeden. Die worden er nu via additieven weer ingestopt“, stelde hij. „Mensen worden nu volgestopt met supplementen, maar krijgen daarbij ook weer veel stoffen binnen die ze helemaal niet nodig hebben. De beste weerstand komt van de

voeding zelf en niet van supplementen.“

Voeding heeft volgens Savelkoul een grote invloed op de natuurlijke weerstand. Bovendien blijkt uit onderzoek dat voeding op jonge leeftijd effect heeft op de latere immuniteit. „In de huidige voeding zit onbalans: te veel calorieën en te weinig voedingsstoffen zoals eiwitten, essentiële vetzuren, vitaminen, mineralen en sporenelementen.“ Bij de huidige selectie en teelt wordt dat alleen maar erger, stelt de hoogleraar. Vandaar ook dat allergie een steeds groter probleem wordt. „We moeten voedingscomponenten aanbieden die je immuunsys-

teem positief beschermen. Dat begint bij de bodem: bodem, koe, melk, mens. Dat betekent wel dat je over de schutting moet kijken en dat blijkt lastig.“

IMMUUNSISTEEM

Het immuunsysteem kan positief worden beïnvloed door kinderen op jonge leeftijd in aanraking te brengen met ziekteverwekkers. Een beroemde hypothese die al veel discussie teweeg heeft gebracht. Savelkoul is voorstander van het op jonge leeftijd prikkelen van het immuunsysteem. Het is wetenschappelijk aangetoond dat kinderen die opgegroeid zijn op een boerderij of

met huisdieren minder last hebben van allergieën dan kinderen die dat niet zijn. Een goede manier om kinderen vertrouwd te laten worden met bacteriën is om ze buiten te laten spelen en in de grond te laten wroeten. „Laat jonge kinderen via de bodem de wereld ontdekken. In de bodem zitten veel bacteriën die geen kwaad kunnen, maar wel het immuunsysteem prikkelen. Chronische infecties zonder ziek te worden, zijn het beste voor het ontwikkelen van het immuunsysteem. Die infecties krijg je buiten.“

Professor Bob Smalhout is volgens eigen zeggen het levende bewijs van de

hypothese. De anesthesioloog en columnist van De Telegraaf vertelde dat hij in de oorlog op een boerenbedrijf in de Achterhoek heeft gewerkt en daar in aanraking kwam met omstandigheden die als stedeling als zeer onhygiënisch werden bestempeld. „Daarna ben ik nooit meer ziek geweest, nog geen verkoudheid“, stelde de tachtigjarige. Het verblijf op de boerderij heeft hem anders tegen de wereld, de landbouw en de natuur doen aankijken.

Na de Tweede Wereldoorlog ging het mis met de landbouw, aldus de professor. Door de schaalvergroting kon de kleine boer zich niet handhaven en dieren werden in grote stallen gehuisvest, zonder stro. „Mest werd puur vergif en door de mestinjectie ging de structuur van de bodem verloren. Uit onderzoek is gebleken dat veel ernstige ziekten vermoedelijk een oorzaak hebben in de voeding. Er is een relatie tussen sporenelementen en vervelende ziekten aangetoond. We moeten de voedselproductie echt over een andere boeg gooien, willen we geen rampen krijgen.“

Smalhout pleite voor de terugkeer van de kleinschalige landbouw, met respect voor de natuur en cultuur. „Het is hoog tijd om over te gaan op een meer kleinschalige landbouw waarbij de boer niet primair wordt opgejaagd om massaal tegen lage prijzen te produceren, maar waarbij kwaliteit het belangrijkste criterium moet zijn. En dan is een redelijke prijsverhoging zeer goed te accepteren. Als de boer onze toekomstige dokter wordt, mogen zijn 'medicijnen' best wel wat geld kosten. De gewone apotheek is duurder“, zei de professor in Kollumerzwaag en schreef hij in zijn column in De Telegraaf.



Buiten spelen en in de grond wroeten is volgens wetenschappers een prima manier om het immuunsysteem van kinderen te prikkelen.

Foto: Marcel Bekken