

Actie anti-kwak

Het wemelt van de online influencers die met ingewikkelde apparaten en vage therapieën allerlei kwalen te lijf gaan. Vier reguliere artsen binden de strijd met hen aan. 'OMG. De bullshit-detector slaat uit!'

Liesbeth Wytzes

Illustraties Flos Vingerhoets

Kwakzalvers en oplichters zijn er altijd geweest. Maar sinds de komst van internet groeit hun aantal explosief. Op media als TikTok en YouTube, maar ook op LinkedIn, komen stromen filmpjes en posts voorbij waarin influencers en zelfbenoemde therapeuten hun waar aanprijzen. Het wemelt van de mesologen, orthomoleculaire en homeopathische therapeuten, van de leken die beweren dat zonnebrandcrème nergens toe dient, dat je de anticonceptiepijl niet moet nemen, dat je je lichaam hoognodig eens moet ontgiften – alsof er geen organen zijn die dat al voor je doen.

Of dat straling gevaarlijk is, dat je vast wel last hebt van een lekkende darm, dat huidziekten het gevolg zijn van verkeerde voeding en dat een psychose een 'energetisch fenomeen' is – wat dat dan ook moge zijn. Lijd je aan clusterhoofdpijn, nog erger dan migraine? Laat je trauma's los en je bent ervan af! En dan

de polyvagaal theorie, de bioresonantie, de ingewikkelde apparaten die kwalijke straling moeten tegengaan waardoor wij allemaal steeds zieker worden, of we het nu merken of niet. Niet zelden kosten deze therapieën, opleidingen en apparaten honderden euro's.

Wat te doen met een patiënt die 'eigen onderzoek' heeft gedaan, dat wil zeggen van alles leest op internet, zonder te weten wat waar is en wat niet?

En wat te doen met een zelfbenoemde expert die met moeilijke woorden goochelt, zoals het 'ketherisch-causale lichaam', of die denkt dat je ziek kunt worden door blokkades uit een eerder leven? De biophotonentherapeut, die geneest 'met behulp van lichtfrequenties die inwerken op het lichaamseigen licht...'

Dat klinkt allemaal heel wetenschappelijk en geloofwaardig, zeker als er ook nog instituten met serieus klinkende namen achter zitten, zoals het Duitse Instituut Dr. Rilling, producent van de Bioscan,

Annemie Galimont is dermatoloog, met als specialisme eczeem. Daarnaast is ze een van de internationale experts op het gebied van bijwerkingen van kankerbehandelingen aan handen, voeten, huid, haar en nagels. Onlangs won ze de WCS Award van WCS, Kenniscentrum Wondzorg. Ze heeft een eigen Facebook-groep, Huidopleiding, met rond de zesduizend leden, onder wie artsen, specialisten en patiënten.

'Daar leer ik mensen klinisch redeneren en op een verantwoorde manier informatie vinden. Ga maar eens kijken in een willekeurige drogist. Overal vind je lotions en supplementen voor de huid. Er zijn veel chronische huidziekten die invloed hebben op de kwaliteit van leven, en in de dermatologie hebben we daar niet

ANNEMIE GALIMONT (55) DERMATOLOOG

'Leefstijl is belangrijk. Maar het is niet de oplossing'

altijd een antwoord op. Het gaat wereldwijd om miljoenen patiënten. We weten wel heel erg veel en de medicijnen worden ook steeds beter. Maar het blijft een ingewikkeld verhaal om aan patiënten uit te leggen. Het is veel makkelijker als zo'n kwakfluencer roept: "Het is een tekort, neem mijn supplementen en je wordt beter!"

Waar ergert Galimont, die naar eigen zeggen op LinkedIn 'best wel een trut' kan zijn, zich het meeste aan? 'Dat er wordt gezegd dat we niet verder kijken dan onze neus lang is. Niet waar: wij doen ontzettend veel onderzoek, met patiënten, wetenschappers, artsen, specialisten. En dat dat onderzoek door de farmaceutische industrie wordt gesponsord. Idioterie, want je hebt heel veel subsidies die onderzoek mogelijk maken. De farmaceutische industrie

doet maar een deel van al het onderzoek. En wat zij uitvinden, wordt vervolgens door anderen eindeloos getest en in studies gezet om de veiligheid en de effectiviteit vast te stellen.'

Nog iets kwalijks: de bewering dat je met leefstijl alles kunt oplossen. 'Daar word ik wild van! En



ik ben een ervaringsdeskundige, ik weet wat het is om eczeem te hebben. De impact daarvan was groot toen ik jong was. Ja, leefstijl is belangrijk. Maar niet de oplossing. Een ziekte als eczeem is nu eenmaal moeilijk onder controle te krijgen.'

Hoe verklaart Galimont het enthousiasme voor influencers die medische onzin verkopen? 'Dat is simpel. Het is altijd: "Dit is wat de dokter je niet vertelt." En: "Doe je eigen onderzoek." Maar ik heb twaalf jaar gestudeerd, die kennis kun je echt niet in een middagje online vergaren.'

'Ik heb twaalf jaar gestudeerd. Die kennis kan je niet in een middagje online vergaren'

dagje online vergaren.'

Het komt vaak voor dat patiënten in de spreekkamer aan de dokter vertellen wat hen mankeert, in plaats van omgekeerd. 'Dan zeggen ze: "Ik heb dit of dat, weet u wel dat dat van een lekkende darm komt?" Komt in de literatuur niet voor. Dan zullen ze moeten kiezen wie ze geloven.'

Galimont is kritisch, maar blijft realistisch. Het heeft geen zin, vindt ze, om allemaal beroepsgroepen van zich te vervreemden. 'We kunnen gewoon niet alles weten, daarom werken we samen met bijvoorbeeld huidtherapeuten. Als mensen blij worden van supplementen slikken en geloven dat dat effect heeft, prima. Zolang het maar niet interfereert met wat ik doe. Ik wil liever samenwerken dan dat ik strijd heb met allemaal mensen.'

CHI LUENG CHIU (52) VITALITEITSKUNDIGE

'De deur is opengezet voor de alternatieve geneeskunde'

Wie iets onjuists over een medisch-wetenschappelijk onderzoek post op LinkedIn, krijgt geheid een kritische Chi Lueng Chiu achter zich aan.

Chiu bindt met zijn kennisinstituut vitaliteit Chivo op zijn eigen manier de strijd aan met slecht geïnformeerde leken en met desinformatie. Dat doet hij beheerst en rustig en steeds onderlegt met feiten en cijfers, al verliest zelfs hij soms zijn geduld. Over een stuk van de BLCN Beroepsvereniging Leefstijlcoaches Nederland zegt hij dat het is 'losgerukt' van de realiteit en val valse vergelijkingen zit.

Chiu was in de jaren negentig een van de eerste personal trainers van Nederland en zag toen hoe belangrijk voeding en leefstijl zijn. Hij noemt zichzelf vitaliteitskundige, en dat klinkt zweveriger dan het is. 'Ik kwam er destijds achter dat ik sommige mensen niet kon helpen, en zo ben ik langzaam maar zeker in de hoek van de vitaliteit terechtgekomen. Dat wordt omschreven als: de energie hebben om doelen na te streven, en dat is subjectief en losgekoppeld van gezondheid en kwaliteit van leven. Dat had ik eerst niet door, maar ik zag dat als mensen met terminale kanker zich eenmaal hadden verzoend met hun lot, heel veel energie hadden om het mooi af te ronden. Dus ondanks die ziekte was er evengoed vitaliteit. Vitaliteitskundigen zijn specialisten op het vlak van motivatie.

'Op een bepaald moment had ik tachtig locaties waar we een leefstijlprogramma draaiden. Ik dacht dat we de wereld gingen redden! Maar ik zag dat mensen die programma's niet volhouden, en zo kwam ik op het belang van duurzame vitaliteit. Wij zitten niet in de zorg, maar in het sociale domein en in het bedrijfsleven. We hebben te maken met reïntegratie en preventie, dus ik zie mensen voor en na de zorg. Die praktijkervaring geeft ons een idee van wat er ontbreekt in de zorg.'

Fantastisch dat het begrip 'leefstijl' nu

'Met mijn team besteden we een dagdeel aan het uitpluizen van onderzoek'

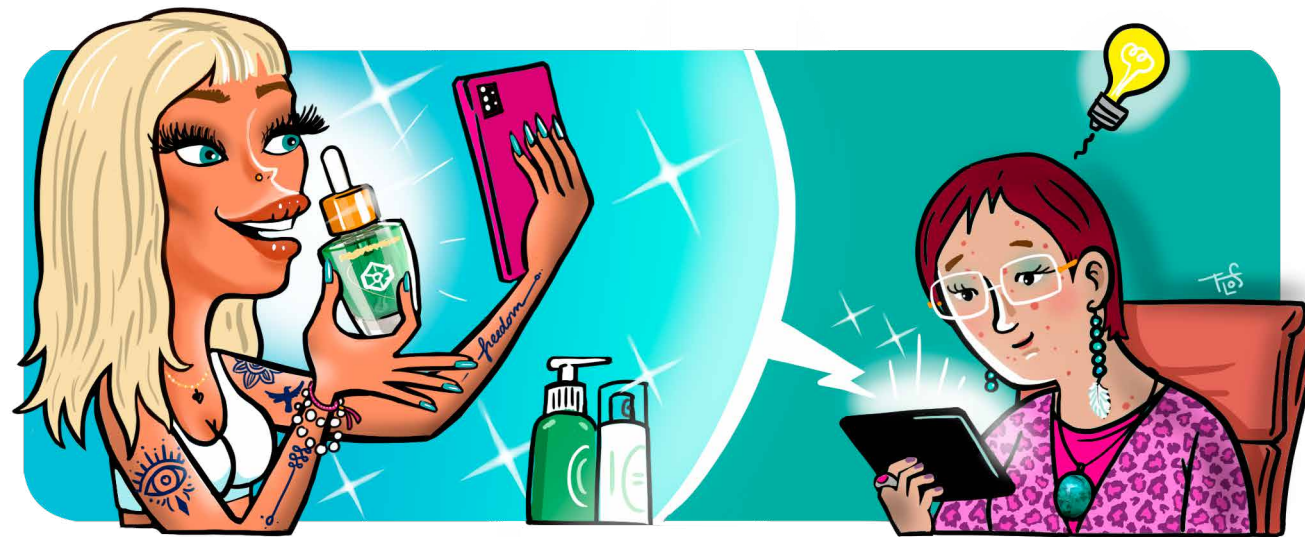
door zoveel mensen wordt omarmd, zegt Chiu. 'Maar zo is wel de deur opengezet voor de alternatieve geneeskunde.' En daarover is Chiu behoorlijk kritisch. Hij citeert wijlen Els Borst, minister van Volksgezondheid en arts: 'Het werkt niet, maar het helpt wel.'

Want 'alternatieve methodes zijn niet bewezen. Mensen zijn vaak wanhopig en er wordt van alles aangeboden – vaak voor heel veel geld.'

Neemt de desinformatie toe? 'Het kan nu veel beter worden gekapitaliseerd. Je hebt er geen tv-kanaal meer voor nodig, je hebt nu TikTok of YouTube of Instagram. En ik mopper weleens op de reguliere zorg, maar wat daar gebeurt staat niet in verhouding tot de kwaadaardigheid die ik soms tegenkom in de alternatieve geneeskunde.'

Chiu kijkt altijd met de blik van een wetenschapper naar de diverse onderzoeken die zowat onophoudelijk langskomen op de sociale media. 'Met mijn multidisciplinaire team besteden we elke dag een dagdeel aan het uitpluizen van wetenschappelijk onderzoek. Daar hebben we na twintig jaar een methodiek in ontwikkeld, waardoor we veel dossiers actueel houden.'

Onder leiding van Chiu, die een heel eigen hoekje heeft gecreëerd van waaruit hij pijlen afschiet op de alternatieve zorg, is Chivo bezig met eigen onderzoek. Want Chiu is tot de slotsom gekomen dat het gevoel van waardigheid een belangrijke motivatie is. 'Daarom gaan mensen naar de alternatieve zorg: daar voelen ze zich gewaardeerd en gehoord. En dat missen ze vaak in de reguliere geneeskunde.'



dat via 'resonantievergelijking afwijkingen bepaalt van standaardwaarden'. De maker van dit apparaat werd onlangs veroordeeld voor oplichting en kreeg twee jaar gevangenisstraf.

Echte artsen moeten wel wanhopig worden van de gigantische hoeveelheid desinformatie die ons overspoelt. De ene hype is nog niet begonnen, of de volgende staat al te trappelen. Het is genoeg om het kopje te laten hangen. Maar er zijn artsen en experts die dat dus juist

niet doen en het als een van hun taken zien om tegen foute en soms zelfs schadelijke informatie te ageren. Het is natuurlijk verleidelijk om influencers te bespotten en vaak ook heel geestig. Toch kun je dat best doen en je tegelijk zorgen maken over hun invloed.

Dermatoloog Annemie Galimont, leefstijlexpert Chi Lueng Chiu, arts, onderzoeker Jan Keppel Hesselink en huisarts Bernard Leenstra verzetten zich te-

gen desinformatie. Ze kennen elkaar niet of amper, maar worden verenigd in hun strijd tegen de ondermijnende invloed van influencers – door Galimont stelselmatig 'kwakfluencers' genoemd – soms online op platforms als LinkedIn of via TikTok, soms via een blad als *Linda* of een tv-programma als *The BioHack Project*, maar ook gewoon in de spreekkamer.

Die strijd voeren ze op hun eigen manier. Chi Lueng Chiu, die geen medische

opleiding heeft, maar in de jaren negentig als een van de eerste personal trainers veel kennis heeft opgedaan over het effect van voeding en leefstijl, heeft zich met zijn kennisinstituut Chivo toegelegd op het uitpluizen van wetenschappelijk onderzoek. Daardoor kan hij allerlei onzinverhalen minutieus en met redenen omkleed weerleggen. Heel af en toe schiet hij uit zijn slof, maar Chiu heeft zich duidelijk voorgenomen online altijd netjes en beleefd te blijven.

Annemie Galimont, dermatoloog, wordt soms wel een beetje moe van patiënten die na een middagje websurfen, denken meer van huidziekten te weten dan zij na een universitaire studie. Galimont vindt het lastig als mensen leugens verspreiden als: artsen worden gesponsord door de farmaceutische industrie, ze hebben geen verstand van voeding, je kunt alles oplossen met leefstijl. 'Daar word ik wild van!'

Jan Keppel Hesselink, expert op het

JAN KEPPEL HESSELINK ARTS EN ONDERZOEKER

'Ik voel verwondering dat mensen in zo'n magische wereld kunnen ronddolen'

mensen echt een pathologische organische stoornis hebben, kan ik ze met die acupunctuur niet helpen.'

Zijn expertise gebruikt hij nu om alternatieve therapeuten op hun waanideeën te wijzen. Duizenden artikelen schreef Keppel Hesselink over complementaire geneeskunde via de site van zijn stichting. 'Maar daarmee gebeurde niets. Toen heb ik LinkedIn ontdekt, dat is een veel responsiever medium. Daar vergroot ik uit wat die influencers zeggen en becommentarieer het op humoristische wijze. Vooral als ik denk dat het totale nonsens is.'

Waar stoort hij zich het meest aan? 'Ik voel geen ergernis, meer verwondering dat mensen in zo'n magische wereld kunnen ronddolen en dan echt denken dat dat de realiteit is. Je mag best een

alternatief wereldbeeld hebben, maar je mag niet allemaal mensen daarin meeslepen en doen alsof je een serieuze oplossing hebt voor complexe medische problemen.'

Bovendien ziet hij dat alternatieve therapeuten bijna nooit een adequate medische achtergrond hebben. 'Het zijn meestal ervaringsdeskundigen, leken die iets ergs hebben gehad en dan een oplossing denken te hebben voor van alles. Liefst door gebruik te maken van een raar en indrukwekkend toestel. Daar geloven ze

'Als je klakkeloos en willekeurig van alles meet, is de uitslag zinloos'

dan in. Pure oplichting.' En het worden er steeds meer. 'Een paar jaar geleden waren er 70 mesologen, die bizarre diagnoses stellen: nu zijn het er 112.'

En neem nu allerlei bloedbepalingen en onderzoeken die ook online worden aangeboden. 'Als je klakkeloos en willekeurig van



alles meet, is de uitslag zinloos. Zonder medische achtergrond weet je niet in wat voor valkuilen je dan valt, en je patiënt valt mee.'

Keppel Hesselink ziet in zijn praktijk patiënten die aankomen met uitdraaien van mesologen en bioresonantiedeskundigen, waaruit blijkt dat lever of milt niet goed werken. 'Dan moet ik eerst uitleggen dat dat totale nonsens is, hoe wetenschappelijk het er ook uitziet. Van de korte tijd die je hebt, ben je de helft kwijt om die onzin te weerspreken. Dat is dan een genuanceerd verhaal en soms lastig uit te leggen. Reguliere artsen zijn nu eenmaal veel genuanceerder dan die natuurtherapeuten. Wij moeten op basis van de ratio uitleggen hoe dingen in elkaar steken. Dat spreekt veel minder aan dan irrationale sprookjes.'

BERNARD LEENSTRA (34) HUISARTS

'De FLICC-theorie verklaart hoe influencers en oplichters te werk gaan'

Leenstra verzet zich al jaren tegen medische desinformatie. Hij is een fervent aanhanger van de FLICC-theorie, geformuleerd door de Australische onderzoeker John Cook. Cook zette de vijf technieken van wetenschappelijke ontkenning op een rij. 'Klopt altijd. Cook laat zien wat de rode draad is in hoe charlatans, influencers, kwakzalvers en antivaxxers te werk gaan. De F is van *Fake experts*, nep-deskundigen, de L van *Logical fallacies*: drogredeneringen. De I is van *Impossible expectations*, onmogelijke verwachtingen, de C van *Cherry picking*: selectief gebruik van delen van een onderzoek. En tot slot is er de C van *Conspiracy theories*: complotdenken.

'De nep-experts zijn bijvoorbeeld het Artsen Covid Collectief, van het pad gegleden artsen. Die zeggen dan dat er niet genoeg onderzoek is gedaan, ze schermen met termen die de leek helemaal niet kent. Die denkt dan: "Wat! Er is helemaal geen gerandomiseerde gecontroleerde studie gedaan!" Maar dat is vaak helemaal niet van toepassing, of onmogelijk om uit te voeren. Ze halen stukjes uit wetenschappelijke artikelen zonder enige context, of citeren heel selectief. En altijd dat complotdenken. Er zijn hogere krachten, een elite, Bill Gates, het World Economic Forum in Davos, Big Pharma. Allemaal om de echte wetenschap te ondermijnen.'

Waarom dat gebeurt? 'Er zijn verschillende motieven. Soms is het puur om het geld, soms geloven mensen oprecht dat wat zij denken en zeggen, waar is. Dat vind ik niet zo laakbaar. Maar je hebt ook bijvoorbeeld Black Box, een soort productie-maatschappij die kwalijke filmpjes op YouTube zet en bewust desinformatie creëert. Die informatie verspreidt zich als een soort pandemie en er is nu eenmaal een groep mensen die graag in een alternatieve werkelijkheid leeft.'

Leenstra heeft gemerkt dat dit vaak mensen zijn die zich gekrenkt voelen of

aangetast in hun gevoel van eigenwaarde. 'Dan keren ze zich af van de werkelijkheid.'

Hij ziet dat één opvatting vaak terugkomt: 'De ziekmakende gedachte die we in onze samenleving hebben, namelijk dat het leven en onze gezondheid maakbaarder zijn dan daadwerkelijk het geval is. Mensen die daar sterk in geloven, zijn ook snel het slachtoffer van medische desinformatie.'

Daarom verzette hij zich fel tegen het tv-programma *The Biohack Project*, waarin een aantal deelnemers probeert hun gezondheid te optimaliseren, onder leiding van een niet-medisch geschoolde expert.

'Gezondheid is niet maakbaar. Dat idee maakt van mensen neppatiënten, en dat kunnen we er in de reguliere zorg niet bij hebben. Drogisterij Holland&Barrett biedt nu bloedtesten aan, dan kun je zelf je bloed laten onderzoeken. Die test gaat naar een laboratorium, zonder tussenkomst van een arts. Daar heb je niets aan. Dan denk je: "O, die test is goed, dus ik ben gezond." Maar je kunt zelfs kanker hebben zonder dat je afwijkende bloedwaarden vindt. Die schijnzekerheid is kwalijk, het is een verdienmodel aan angst.'

Helpt het, wat hij en zijn mede-artsen doen? Hij hoopt het. Maar er kan veel meer. 'Waarom zou je die medische influencers niet onderwerpen aan wet- en regelgeving, zoals dat ook gebeurt bij financiële influencers? En de beroepsverenigingen moeten veel actiever worden op sociale media, sneller reageren op desinformatie. De GGD gaat de wijken in, maar de sociale media zijn eigenlijk een virtuele wijk. Ga die ook in!'



'Waarom zou je die medische influencers niet onderwerpen aan wet- en regelgeving?'



gebied van de neuropathie en zenuwpijn, bedient zich graag van ironie of zelfs sarcasme. Zo bespreekt hij een instrumentje genaamd de 'Veda Pulse', dat door een combinatie van westerse wetenschap en oosterse wijsheid de gezondheid van de mens kan evalueren, van de toestand van het weefsel tot de energie in de meridianen. 'Als je met een diagnostisch systeem alles kan, van Oost tot West, slaat de bullshit-detector uit in het rode gebied.'

Huisarts Bernard Leenstra stelde zich hevig tweer tegen het KRO-NCRV-programma *The Biohack Project*, waarin vijf semi-BN'ers aan de slag gaan met het 'optimaliseren' van lichaam en geest. 'Kunnen de deelnemers zich resetten?' Dit onder leiding van een leek, een 'biohacker'. Leenstra ergert zich ook aan de ZorgkaartNederland, waar je (anoniem) een recensie van een zorgverlener kunt achterlaten: hij noemt dat 'de etterende koortslip van de Nederlandse gezondheidszorg.' Toen hij tijdens corona ageerde tegen antivaxxers, werd hij ernstig bedreigd.

Deze vier maken zich ook druk over de invloed van een populair blad (en website) als *Linda*, dat onlangs de Meester Kackadorisprijs kreeg van de Vereniging tegen de Kwakzalverij, vanwege een 'betreurenswaardige mix van verstandige artikelen en gevaarlijke, onweersproken kwakzalverij'.

Het zou, zegt één van hen, heel goed zijn als zelfbenoemde medische experts, die schermen met onbewezen geneeswijzen, onderworpen werden aan wet- en regelgeving. Wetten en regels gelden ten slotte ook voor de reguliere zorg. **EW**