

Reactie op voorgenomen Wijziging van Warenwetregelgeving inzake schadelijke stoffen in voedingssupplementen en kruidenpreparaten

Hierbij reageer ik op de voorgenomen Wijziging van Warenwetregelgeving betreffende de aanwijzing van schadelijke stoffen in voedingssupplementen en kruidenpreparaten. Onderstaande argumenten zijn gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek, traditionele kennis en praktijkervaring.

Bezwaren tegen de algehele benadering

De voorgestelde wijziging lijkt met name gericht op het vergemakkelijken van de handhaving door de NVWA, terwijl een meer genuanceerde, proportionele aanpak wenselijk zou zijn. Hoewel de veiligheid van consumenten onbetwistbaar centraal moet staan, pleit ik voor een evenwichtige afweging tussen risico's en proportionele maatregelen in plaats van een algemeen verbod op bepaalde kruiden.

Specifieke bezwaren betreffende Ashwagandha (*Withania somnifera*)

1. Wetenschappelijke onderbouwing Het huidige RIVM-rapport biedt onvoldoende basis voor een volledig verbod op Ashwagandha. Er zijn slechts enkele incidentele meldingen van bijwerkingen, waarbij geen causaal verband kon worden aangetoond. Ashwagandha heeft een lange geschiedenis van veilig gebruik in traditionele geneeskunde wereldwijd. Uitgebreide wetenschappelijke onderzoeken, waaronder meer dan 60 studies (waarvan 30 dubbelblind, placebo-gecontroleerd), bevestigen de algemene veiligheid van Ashwagandha-wortelextracten.

2. Disproportionaliteit van de maatregel Een totaalverbod op Ashwagandha staat niet in verhouding tot het daadwerkelijke risico. Het RIVM stelt zelf dat “het onwaarschijnlijk is dat een groot deel van de bevolking risico loopt op bijwerkingen” en dat “gevoelige personen bijwerkingen kunnen ervaren”. Dezelfde redenering zou kunnen gelden voor vele andere voedingsmiddelen en supplementen die niet verboden zijn.

3. Differentiatie tussen plantendelen Er is een belangrijk onderscheid tussen verschillende plantendelen van Ashwagandha. Traditioneel worden voornamelijk de wortels gebruikt, terwijl recente onderzoeken wijzen op mogelijke hogere concentraties van potentieel problematische stoffen (met name withanon) in de bladeren. Studies tonen aan dat wortelextracten juist beschermende effecten kunnen hebben tegen levertoxiciteit, terwijl bladextracten potentieel toxischer zijn.

4. Internationale consensus Finland, na uitgebreide evaluatie van veiligheidsgegevens, heeft geen verbod op Ashwagandha ingesteld. Ook gerenommeerde instanties zoals het National Institutes of Health en het National Center for Complementary and Integrative Health beschouwen Ashwagandha als veilig voor gebruik tot 3 maanden. De Indiase overheid heeft middels het ministerie van

Ayush een veiligheidsrapport gepubliceerd dat het traditioneel veilige gebruik van Ashwagandha-wortel bevestigt.

5. Europese afstemming Food Supplements Europe wijst erop dat er momenteel op Europees niveau een discussie gaande is over de veiligheid van Ashwagandha in het kader van de Artikel 8-procedure, waarbij een mandaat voor beoordeling door de European Food Safety Authority (EFSA) wordt voorbereid. Een nationaal verbod voorafgaand aan deze Europese beoordeling zou de Europese markt kunnen verstoren.

Alternatieve proportionele maatregelen

In plaats van een algeheel verbod op Ashwagandha stel ik de volgende proportionele maatregelen voor:

1. **Opname in bijlage 3 in plaats van bijlage 1:** Met specifieke gebruiksvoorschriften en waarschuwingen zoals dit ook voor Sint-janskruid en Zilverkaars wordt voorgesteld.
2. **Specificatie van plantendelen:** Beperk het gebruik tot wortelextracten en stel grenzen aan het gebruik van bladeren, gezien de hogere concentraties potentieel problematische withanolides in de bladeren.
3. **Maximale dagdosering:** Stel een maximum van 6,5 gram droge wortel (of equivalent) per dag.
4. **Verplichte waarschuwingen:** Bijvoorbeeld “Niet langdurig gebruiken en niet gebruiken bij zwangerschap en borstvoeding, door personen met leverfalen of schildklierproblemen of in combinatie met anxiolytica en antidepressiva. Ashwagandha kan in zeer zeldzame gevallen leverproblemen veroorzaken. Raadpleeg uw arts bij geelzucht en andere ongebruikelijke klachten.”

Procedurele aspecten

De wijziging van de Warenwetregelgeving zou baat hebben bij bredere consultatie met experts uit verschillende disciplines. (Zorg)professionals, wetenschappers en deskundigen die werkzaam zijn in het kruidenveld zouden geraadpleegd moeten worden tegelijk met het RIVM-onderzoek, om alle overwegingen en bevindingen te kunnen bespreken voordat een besluit wordt genomen.

Conclusie

De voorgestelde wijziging, specifiek ten aanzien van het verbod op Ashwagandha, is onvoldoende wetenschappelijk onderbouwd en disproportioneel ten opzichte van het daadwerkelijke risico. Het zou de keuzevrijheid van consumenten onnodig beperken en mogelijk leiden tot het gebruik van onveilige alternatieven. Ik vraag daarom om heroverweging van het voorgenoemde verbod en het instellen van proportionele maatregelen die de veiligheid waarborgen zonder de beschikbaarheid van dit waardevolle kruid te beperken.