



Verbod op energiedrankjes voor minderjarigen? "Overheid moet verantwoordelijkheid nemen"

Nederlandse kinderartsen pleiten voor een verbod op energiedrankjes voor minderjarigen. Ze zien te veel jongeren met gezondheidsproblemen in het ziekenhuis belanden door het gebruik van die drankjes. De Vlaamse Vereniging voor Kinderartsen pleit niet meteen voor een verbod, maar wel voor gezond verstand. "De schadelijke gevolgen op lange termijn zijn nog niet allemaal duidelijk, maar de risico's zijn wel reëel. Wij willen de overheid daarover informeren en hopen dat zij daar haar verantwoordelijkheid in neemt", zegt voorzitter Anne De Guchteneere.

Kathleen Heylen

🕒 11:38

In het *Algemeen Dagblad* (AD) <<https://www.ad.nl/binnenland/kinderartsen-verbied-verkoop-pepdrankjes-aan-kinderen~aee273d7/>> pleit de Nederlandse Vereniging voor Kindergeneeskunde (NVK) vandaag voor een algemeen verbod op de verkoop van energiedrankjes voor jongeren onder de 18 jaar. Ze maakt zich zorgen over het stijgende aantal kinderen dat in het ziekenhuis belandt door gezondheidsproblemen nadat ze die oppeppende drankjes gedronken hebben.

"Als jongeren met vermoeidheid, rusteloosheid of hartritmestoornissen in onze spreekkamers belanden, halen we ze soms door de medische molen om de oorzaak te achterhalen. Zonder iets concreets te vinden. Maar we merken dat energiedrankjes steeds vaker de boosdoener zijn," zegt de Leeuwardense kinderarts Brita de Jong-Van Kempen. Sommige kinderen krijgen ook epileptische aanvallen of geelzucht door te veel energy drinks. "Dit is geen onschuldige frisdrank."

Een verbod zet ouders en kind aan het denken, zodat ze zich bewust zijn van de gevolgen, luidt het. "Vroeger was het normaal om op jonge leeftijd alcohol te drinken, nu weten we hoe schadelijk dat is. We kunnen wachten tot er fatale incidenten gebeuren of we kunnen maatregelen treffen zodat we de consequenties kunnen onderzoeken."

Vlaamse kinderartsen: geen expliciet verbod

Zo ver als haar Nederlandse tegenhanger wil de Vlaamse Vereniging voor Kinderartsen (VVK) niet gaan. "Wij pleiten niet expliciet bij de overheid om een verbod op energiedrankjes voor minderjarigen in te voeren", zegt voorzitter Anne De Guchteneere aan VRT Nws.

"We willen vermijden dat de discussie over energiedrankjes verengd wordt tot een welles-nietesspel over wel of geen verbod en allerlei regeltjes. Het is wél onze taak om te informeren en te waarschuwen over de risico's van die energiedrankjes voor je gezondheid. We hopen dat de overheid daarin dan ook zelf haar verantwoordelijkheid neemt."

De Guchtenaere trekt een parallel met (nieuwe) geneesmiddelen. "Die moeten langlopende onderzoeken en procedures ondergaan om als veilig te worden beschouwd en op de markt te worden gebracht. Hetzelfde zou je kunnen zeggen van energiedrankjes. Als je niet alle gevolgen kent, kan je maar beter voorzichtig zijn."

Cafeïne, taurine en suiker

De negatieve effecten van energiedrankjes op langere termijn verdienen nog veel meer onderzoek, maar dat ze er zijn, staat vast. "Energiedrankjes bevatten bijzonder veel cafeïne, taurine en suiker. Bij kinderen werken die stoffen nog meer door dan bij volwassenen", zegt De Guchtenaere.

- Energiedrankjes bevatten 3 keer zoveel **cafeïne** als frisdrank: 32 gram per 100 milliliter, tegenover 10 gram per 100 milliliter. De maximaal aanbevolen hoeveelheid cafeïne bij kinderen is 2,5 gram per kilogram lichaamsgewicht per dag. "Te hoge doses leiden tot angstgevoelens, opgejaagdheid, slaapproblemen." Sommige lagere scholen in Nederland verbieden cafeïnehoudende drankjes omdat ze vaststelden dat die drankjes het concentratievermogen beïnvloeden, weet De Guchtenaere. Andere negatieve effecten: een verhoogde bloeddruk en hartkloppingen.
- Er zitten ook grote hoeveelheden **taurine** in energiedrankjes. Taurine is een soort aminozuur dat van nature voorkomt in ons lichaam. Het stimuleert het zenuwstelsel en komt vrij tijdens sporten en in periodes van stress. "Energiedrankjes bevatten veel meer taurine dan wat een mens nodig heeft. Wat te veel taurine op lange termijn met je lichaam doet, is nog niet helemaal uitgeklaard, maar (kinder)cardiologen waarschuwen wel voor veranderingen in de hartspier en hartritmestoornissen."
- Daarnaast bevat een blikje energiedrank zowat 9 klontjes **suiker**, evenveel als een blikje frisdrank.

De Guchtenaere wijst er ook nog op dat de combinatie van energiedrankjes en alcohol dikwijls voorkomt bij jongeren en zeer gevaarlijk is.

Uit het archief: "Over eten"

Een klein jaar geleden bracht een reportage in "Over eten" al de gevaren van energiedrankjes bij minderjarigen onder de aandacht. In een onderzoek bij 1.260 jongeren van 12 tot 18 jaar van professor Thierry Devreker, kindergastro-enteroloog aan UZ Brussel, bleek 60 procent van hen energiedranken te gebruiken. 18 procent zou dagelijks energiedranken drinken en bijna 1 procent van de jongeren zou tot drie eenheden per dag gebruiken. Devreker is voorstander van een verbod.