

Tekstboekje VMBO-KB
2005

tijdvak 2
dinsdag 21 juni
13.30 - 15.30 uur

NEDERLANDS LEESVAARDIGHEID-SCHRIJFVAARDIGHEID CSE KB

Lees eerst de opdracht in het vragenboekje en zoek daarna de benodigde informatie in onderstaande tekst. Je hoeft de tekst voor het uitvoeren van de opdracht niet helemaal door te lezen.

Als Amerikanen iets willen aanprijzen, zeggen ze ‘the best thing since sliced bread.’ Ja, want ook het voorgesneden brood moest bedacht worden. Net als de afstandsbediening, de blikopener, de mobiele telefoon en al die andere alledaagse spullen waar verhalen over te vertellen zijn.

Gesneden brood

De oude Egyptenaren wisten al hoe ze brood moesten bakken. Maar op voorgesneden brood hebben we moeten wachten tot de twintigste eeuw. In 1912 vond Otto Frederick Rohwedder de eerste broodsnijmachine uit. Het enige probleem was nog hoe de boterhammen aan de andere kant van de machine bij elkaar gehouden moesten worden. Rohwedder probeerde het met hoedenspelden, maar het bleef behelpen. Het duurde tot 1928 voor Rohwedder een broodsnij- en inpakmachine bedacht. Hierdoor bleven de sneetjes bij elkaar en bleef het brood langer vers. Rond deze tijd werd ook de broodrooster populair en nam de vraag naar boterhammen van gelijke dikte toe.



Blikopener

Het verhaal van ingeblikt voedsel begint in 1795. Een generaal van Napoleon heeft er genoeg van dat hij altijd bedorven voedsel aangeleverd krijgt. Hij looft een prijs uit voor de eerste de beste die daar wat op verzint. De Engelsman Peter Durant komt in 1810 op het idee om gekookt voedsel in blik (of eigenlijk ijzer met een laagje tin) te bewaren en het blik te verzegelen. Niet veel later levert de firma Donkin & Hall de eerste maaltijden in blik aan de Britse marine. Echt handig is deze uitvinding nog niet. Leeg weegt een blik een halve kilo en de gebruiksaanwijzing luidt zoiets als ‘Aan de



bovenkant openen door rondom met een beitel en een hamer te slaan’. Soldaten schieten de blikken open. En volgens sommigen is de bajonet vooral uitgevonden om er blikken mee open te maken. Het gebruikte ijzer wordt in de loop der jaren steeds dunner. En in 1858 vraagt de Amerikaan Ezra Warner het eerste patent aan voor de blikopener. Het apparaat is dusdanig ingewikkeld dat het grote publiek de voorkeur blijft geven aan hamer en beitel. In 1870 komt de eerste blikopener met ‘draaiwielletje’ op de markt. De blikopener zoals wij die in de keukenla hebben liggen, werd in 1925 geproduceerd door de Star Can Company of San Francisco. In 1931 verscheen de eerste elektrische blikopener en daarmee was de evolutie van de blikopener zo’n beetje afgerond. Nu er steeds meer blikken op de markt komen die je kunt openen door aan een lipje te trekken, is het wachten op het uitsterven van de blikopener.

Kunstgebit

De eerste kunsttanden zijn teruggevonden in graven van Egyptenaren die 2600 jaar voor Chr. leefden. Maar de ware meesters van het kunstgebit waren de Etrusken. Die woonden zo’n 700 jaar voor Chr. in Italië. Ze maakten levensechte tanden van ivoor of been, bij elkaar gehouden door een brugwerk van gouden draden. Het zou 2500 jaar duren voordat er weer iets in de buurt kwam van dit vakmanschap. In de tussentijd ging het bergafwaarts met de tandheelkunde. In de middeleeuwen werden er wel rotte tanden en kiezen getrokken, maar men hield zich nauwelijks bezig met het opvullen van de gaten. De Engelse koningin Elisabeth de Eerste propte bijvoorbeeld stukjes stof in de gaten in haar gebit. Als er al kunsttanden

waren, dan werden ze gemaakt van bot, ivoor
of hout. Het nadeel van die materialen is dat
85 ze gaan rotten en stinken en een vieze smaak
achterlaten. Een populair maar onsmakelijk
alternatief was echte mensentanden. Ze
werden op het slagveld uit de monden van
gesneuvelde soldaten gehaald of voor een
90 zacht prijsje overgenomen van mensen die
niets anders te verkopen hadden dan hun
tanden. Maar hoe hield je die losse tanden op
hun plaats? Als ze tussen de eigen tanden
stonden, werden ze daar met zijden draadjes
95 aan vastgebonden. En anders werden ze op
houten plaatjes bevestigd. Dat zorgde voor
infecties, wondjes, bloedend tandvlees en
blaren, en het bleef niet zitten. In 1756
bedacht men dat je door in een bakje gips te
100 bijten een afdruk van de mond kunt maken.
Dit zorgde ervoor dat de gebitten meer op
maat gemaakt konden worden. In 1774 werd
in Frankrijk een methode ontwikkeld om
porseleinen tanden te bakken. De ontdekking
105 van vormbaar rubber door de Amerikaan
Goodyear in 1844 maakte de weg vrij voor
beter passende en comfortabeler gebitten.
Tegen de tijd dat het eerste plastic op de
markt kwam, wilde iedereen een kunstgebit.
110 Tot halverwege de negentiende eeuw was het
heel gewoon dat een bruid als huwelijks-
cadeau een kunstgebit kreeg of dat je er
eentje kocht op het moment dat je een beetje
began te verdienen. Het maakte niet uit of je
115 eigen tanden gezond waren. Tegenwoordig
worden kunstgebitten machinaal vervaardigd
van duurzaam plastic of keramiek. Ze zijn nog
nooit zo goed geweest, maar wij houden
liever onze eigen tanden in onze mond.

120 **Condoom**

Mensen hebben op het gebied van
anticonceptie de vreemdste dingen
verzonnen. Vrouwen in het oude Egypte
gebruikten bijvoorbeeld honing met
125 krokodillenpoep als zaaddodende pasta. In
het midden van de zestiende eeuw
experimenteerde de Italiaan Gabriel Fallopius
met linnen gedrenkt in een medicijn dat met
een lint om de penis gebonden werd. Het was
130 niet echt een succes. Een eeuw later gaf
koning Karel de Tweede van Engeland zijn
hofarts de opdracht iets te verzinnen tegen
het gevaar van geslachtsziektes. De arts

kwam met het eerste condoom op de prop-
pen: een schapenblaas. De man heette Lord
135 Condom. Het rubberen condoom kwam in
1870 op de markt. 'Na gebruik wassen en
bewaren tot de volgende keer', meldde de
gebruiksaanwijzing. Met de introductie van de
140 latex-rubber in 1930 konden er eindelijk
dunne condooms gemaakt worden die toch
sterk zijn. Dit waren de eerste pakjes Durex.

Mobiele telefoon / Buzzer

Als jonge ingenieur was Al Gross uit Cleve-
land al radiofanaat. Hij ontwikkelde de eerste
145 lichtgewicht tweeweg-radio oftewel *walkie-
talkie*. Dit apparaat en de latere verfijningen
ervan legden de basis voor de eerste buzzers
en uiteindelijk de mobiele telefoon. Het
gebruik van radiogolven voor persoonlijke
150 communicatie lag op zich niet voor de hand.
Die golven zijn op te vangen en de
gesprekken kunnen dus makkelijk afgeluisterd
worden. Gross loste dit probleem op met de
buzzer, die hij in 1949 uitvond. Het apparaatje
155 gebruikte een speciaal circuit dat ervoor
zorgde dat het alleen op specifieke
radiosignalen reageerde. Gross probeerde
rond deze tijd telefoonmaatschappijen te in-
160 teresseren voor de mobiele-telefoon-
technologie, maar niemand had belangstelling.
Want waar is dat nou voor nodig, een telefoon
waarmee je rond kunt lopen? Pas in 1981
werd in Zweden het eerste mobiele-tele-
165 foonnet opgezet. Tegen die tijd waren de
patenten van Al Gross verstreken. Hij had zo
goed als niets verdiend aan zijn uitvindingen.

Frisbee

De frisbee is eigenlijk
170 twee keer uitgevon-
den. Begin jaren veer-
tig ontdekten studen-
ten van Harvard en
Yale een nieuwe
175 hobby: het over en
weer gooien van de
dunne taartbodems van bakker William
Frisbie.

Ondertussen keert soldaat Walter Frederick
180 Morrison uit de Tweede Wereldoorlog terug
naar zijn geboorteplaats in Californië. Hij wil
geld verdienen en neemt zich voor een
speeltje te verzinnen rondom de opkomende



185 interesse in UFO's. Walter zoekt naar een
schotelvormig ding dat door de lucht kan
scheren. De eerste modellen zijn van metaal,
maar al snel gaat hij over op plastic. In 1957
verkoopt hij de rechten aan speelgoed-
fabrikant Wham-O Manufacturing.
190 De directeur van dat bedrijf, Richard Knerr,
gaat een jaar later de universiteiten aan de
Amerikaanse oostkust af om de belangstelling
voor zijn product onder studenten aan te
wakkeren. Als Knerr ontdekt dat hij op
195 Harvard en Yale niets nieuws vertelt, neemt
hij razendsnel de naam Frisbee over.
Inmiddels zijn er wereldwijd meer dan
honderd miljoen van die dingen verkocht.

Afstandsbediening

200 Oorlog om de af-
standsbediening komt
in veel huishoudens
voor. Maar dat we het
apparaat ook aan de
205 oorlog te danken heb-
ben, bedenk je niet zo
snel. In de eerste we-
reldoorlog wordt de
afstandsbediening ge-
bruikt om bommen en mijnen te laten ontplof-
210 fen. Na de tweede wereldoorlog is het appa-
raat zover verfijnd dat er ook toepassingen



215 voor burgers voor bedacht kunnen worden.
Een afstandsbediening om garagedeuren mee
te openen en sluiten is eind jaren veertig in
Amerika te koop. Zenith Radio Corporation
denkt dat er een markt is voor een apparaat
waarmee je radio's en tv's van een afstand
kunt bedienen. De gebruikte radiogolven gaan
220 dwars door de muren en leveren alleen maar
burenruzies op. In 1950 introduceert Zenith
een afstandsbediening die met een kabel aan
de televisie vastzit. Een druk op de knop zet
een motor in werking die met een draaischijf
225 een ander kanaal opzoekt. Het idee is popu-
lair, maar kopers klagen erover dat ze over de
kabel struikelen. In 1955 wordt de eerste
draadloze afstandsbediening geïntroduceerd.
Eigenlijk is het een soort zaklamp waarmee je
230 op lichtgevoelige 'ogen' op de hoeken van de
tv schijnt. Die geven een signaal door aan de
zenderwisselaar. De Australische ingenieur
Robert Adler komt in 1956 op het idee om
ultrasound te gebruiken voor de afstandsbe-
235 diening: geluid met een frequentie die te hoog
is om door het menselijk oor opgepikt te wor-
den. Honden zijn aanmerkelijk minder enthousiast
over deze Zenith Space Command. Gelukkig
voor hen maken moderne afstandsbe-
dieningen gebruik van infrarood licht. Een
lichtgevoelig oog op de tv 'leest' een code en
geeft een signaal door.

*naar een artikel van Monique Punter
Kijk, juni 2003*

- 1 Veel mensen zijn gewoontedieren. Verandert er iets in hun leven, dan is de kans groot dat ze in de war raken. Het overlijden van een dierbare kan leiden tot ernstige en langdurige rouw. Maar ook minder ingrijpende veranderingen kunnen het leven van mensen behoorlijk ontregelen. Zo krijgen sommigen na een verhuizing onmiddellijk heimwee.
- 2 Heimwee, een vorm van stress, is nog weinig onderzocht. Wat is heimwee precies? Wie krijgen er last van? Wat zijn de gevolgen ervan voor het dagelijks functioneren? Op dergelijke vragen heeft de psycholoog Tony van Vliet in een onderzoek geprobeerd antwoord te vinden.
- 3 Van Vliet heeft het verschijnsel heimwee gedurende een aantal jaren onderzocht. Hij liet honderden studenten die het ouderlijk huis hadden verlaten, anderhalf jaar lang om de vier maanden een vragenlijst invullen. Daarnaast volgde hij een honderdtal werknemers die door bedrijven naar het buitenland waren uitgezonden. Van de onderzochte studenten bleek 50 procent soms last te hebben van heimwee en 5 procent vaak tot heel vaak. Bij de werknemers die naar het buitenland waren uitgezonden, waren de percentages iets lager (36 en 3 procent).
- 4 Heimwee is geen stoornis, maar een doodnormaal verschijnsel. Het wordt veroorzaakt door een verhuizing volgens Van Vliet. Je kunt naar China verhuizen en heimwee krijgen, maar ook een vakantie in Limburg kan leiden tot een terugverlangen naar huis.
- 5 Mensen met heimwee missen familie en vrienden, hebben aanpassingsproblemen, denken voortdurend aan thuis en voelen zich eenzaam. Dat klinkt serieus. Maar, voegt Van Vliet er geruststellend aan toe, heimwee verdwijnt na verloop van tijd weer. Bij slechts een klein deel van de mensen leidt heimwee tot ernstige klachten.
- 6 Volgens Van Vliet hangen de mate van heimwee en de snelheid waarmee het afneemt samen met iemands persoonlijkheid. Bij mensen die erg precies zijn, blijkt heimwee snel af te nemen. Verrassend genoeg blijken mensen die openstaan voor nieuwe ervaringen, lang last te houden van heimwee. Van Vliet weet niet precies hoe dat komt. "Misschien staan die, juist doordat ze nieuwsgierig zijn, ook open voor de negatieve gevolgen van een verhuizing. Maar dat zou ik verder moeten onderzoeken." Verder blijken emotioneel stabiele mensen minder heimwee te hebben. Dit geldt ook voor personen die een groot vertrouwen stellen in hun vrienden, ook al leven die ver weg. Deze mensen zijn blijkbaar al tevreden met een enkel e-mailtje van een vriend.
- 7 Het onderzoek bij de studenten toont aan dat de afstand van de verhuizing voor hen een kleine rol speelt als het gaat om de ernst van de gevoelens van heimwee. Van Vliet denkt dat dat komt doordat de afstanden in Nederland klein en met de OV-jaarkaart makkelijk overbrugbaar zijn. Voor de werknemers die naar het buitenland verhuisden, ligt dat anders. Hoe verder iemand verhuisde, hoe meer heimwee hij had.
- 8 Al met al blijkt heimwee volgens Van Vliet een tamelijk onschuldig verschijnsel te zijn dat in de meeste gevallen vanzelf overgaat. Mensen gaan namelijk na verloop van tijd hun nieuwe omgeving als hun thuis beschouwen. Van Vliet heeft wel nog een tip om dat proces te versnellen: "Ga zo snel mogelijk contacten aan in je nieuwe omgeving."

naar een artikel van Henk van Renssen, de Volkskrant, 15 september 2001



WIJ GAAN ONVEILIGHEID OP STRAAT AANPAKKEN. HELP MEE.

Kranten staan vol met verhalen over misdaad, vandalisme en overlast. Dat geeft jong en oud een onveilig gevoel. De overheid heeft daarom een actieprogramma opgezet. Vanaf 2006 moeten overlast en criminaliteit 20 tot 25% minder zijn. Met concrete maatregelen moet het haalbaar zijn Nederland veiliger te maken.

Maar dat gaat niet vanzelf.

Dit doen wij

Criminelen en regelmatige overtredders van de wet zullen worden geconfronteerd met een duidelijk lik-op-stuk-beleid. Ze komen niet meer weg met lichte straffen. Méér agenten en toezichthouders op straat vergroten de pakkans. Scherpere controle zal de misdaad op straat verminderen. Door meer en betere opsporingsmethoden moeten méér misdrijven worden opgelost.

Gemeenten, politie en andere instellingen gaan intensiever samenwerken. Om heel gericht mensen die regelmatig in de fout gaan aan te pakken. Zo worden deze “veelplegers” sneller en strenger gestraft. Door meer veroordeelden in één gevangenis te plaatsen, gaan we een groter aantal overtredders van de straat houden. Toezicht door de reclassering moet voorkomen dat ze na vrijlating weer terugvallen in crimineel gedrag.

Het actieprogramma “Naar een veiliger samenleving” bevat concrete maatregelen. Met maar één doel. Nederland veiliger maken.

Wat doe jij?

- ✓ *Je kunt meer doen dan je denkt.* Door actief met ons mee te werken. Als we met z’n allen zorgen dat iedereen zich aan de regels houdt, moet het lukken.
 - ✓ *Zie je iets verdachts op straat, in het openbaar vervoer, of bij jou in de buurt?* Waarschuw dan de politie of doe aangifte. Bel 0900-8844. Bel alleen bij levensbedreigende situaties 1-1-2.
 - ✓ *Zie je geweld of overlast op straat?* Loop dan niet door. Maar probeer met anderen hulp te bieden, onthoud daderkenmerken en zorg voor het slachtoffer.
 - ✓ *Je kunt misdrijven ook anoniem melden.* Bijvoorbeeld als jij de dader kent, maar de dader jou ook. Bel dan M. 0800-7000.
- Zo draag je bij aan een veiliger samenleving.*



NEDERLAND VEILIG

Voor meer informatie: www.veiligheidsprogramma.nl.

Dit is een advertentie van de ministeries van Justitie en Binnenlandse Zaken en Koninkrijksrelaties.

naar een advertentie in Trouw, 2003

TEKST 4 KLIKKEN IS KWAAD, MELDEN IS GOED

Deze week is de lijn 'Meld Misdaad Anoniem' in vijf politieregio's als proef van start gegaan. De initiatiefnemers spreken van een 'meldlijn', bedoeld om informatie over misdrijven te verzamelen die niet op een andere manier te verkrijgen is. De tegenstanders zeggen: een 'kliklijn', waarmee je je buurman zwart kunt maken en die de politie alleen maar een hoop werk bezorgt.

Via een gratis telefoonnummer kan het publiek sinds deze week anoniem tips geven over misdrijven: moorden, verkrachtingen, geweld, brandstichtingen, overvallen. 'Jij kent de dader, maar de dader kent jou ook? Meld Misdaad Anoniem.' Geheimhouding is verzekerd: de telefonist(e) ziet niet wie er aan de telefoon is, er is geen nummerweergave, omgekeerd staat het nummer niet op de gespecificeerde telefoonrekening van de opbeller. Het gesprek wordt niet opgenomen.

'De kliklijn' heet het initiatief al in de wandeling. Volgens tegenstanders is de lijn een oproep om je buurman of chef met wie je in onmin leeft, bij de politie in een kwaad daglicht te stellen. Ook al heeft de beste man of vrouw geen greintje kwaad gedaan. De melding is anoniem; dus je hoeft niet bang te zijn dat je wordt vervolgd wegens een valse aangifte. Commissaris Munting, een van de projectleiders van de lijn 'Meld Misdaad Anoniem': "Je buurman of chef verlinken, dat kon altijd al. Het is echt niet zo dat deze lijn die mogelijkheden verruimt." Munting spreekt liever over een meldlijn. "Klikken is negatief. Klikken doe je als je kwaad wilt spreken over mensen. Het gaat ons om een burgerplicht: bent u getuige van een misdrijf, dan moet u dat melden. Bent u bang voor represailles, dan kunt u dat anoniem doen. Daartoe bieden wij de gelegenheid."

Dat er soms getuigen van een misdrijf zijn die uit angst voor represailles door de dader of diens maten niet naar de rechter durven te stappen, bleek onlangs in Hoorn. In een bomvol café werd een man doodgeschoten. Gezien de drukte moeten veel mensen dat gezien hebben, maar aanvankelijk durfde niemand een verklaring af te leggen. De vermoedelijke dader is een beruchte en gewelddadige crimineel, die uiteindelijk is opgepakt. Munting: "De bereidheid om mee te werken met de politie loopt terug. Dat merken we. Er is angst voor represailles."

Een tweede drempel is dat getuigen vaak

weinig trek hebben om in een rechtszaak op te treden. Guus Wesselink, mede-projectleider van 'Meld Misdaad Anoniem': "Advocaten van de verdachte pakken de getuigen soms zo hard aan, dat het lijkt of zij in het verdachtenbankje zitten. Ik kan me goed voorstellen dat mensen dan denken: bekijk het maar, hier heb ik geen zin in. Ze vinden het te eng om te getuigen. Soms hebben ze ook gewoon geen tijd."

In landen als Groot-Brittannië, Canada, de Verenigde Staten, Nieuw-Zeeland en Australië bestaat de meldlijn al jaren. 'Crimestoppers' heet het project daar. Politiecommissaris Jim Parke uit de Australische staat Queensland zegt daarover: "Het is een enorm succes bij ons. We zijn er in Queensland in 1989 mee begonnen. Sinds dat jaar hebben we mede dankzij Crimestoppers zestien moorden kunnen oplossen. Vaak was er een tip die net dat extra duwtje gaf dat we nodig hadden." Verzet is er in Australië nauwelijks. Parke: "Zo'n 95 tot 97 procent van de bevolking kent ons. En verreweg de meeste mensen zijn het met onze doelstellingen eens. Bovendien hebben we een geweldige steun van de media. Het is belangrijk dat in Nederland ook de bevolking en de media achter het project gaan staan."

Wesselink en Munting hopen dat 'Meld Misdaad Anoniem' net zo'n groot succes wordt als 'Crimestoppers'. Munting: "Dat er kritiek zou komen, hadden we verwacht. Maar die kritiek komt uit een heel beperkte hoek. Veel belangrijker voor ons is de medewerking van de media. We hebben al contacten gelegd met de Avro, Peter R. de Vries, de regionale en lokale zenders. Uit die kringen is er veel belangstelling."

Kritiek is er zeker ook. Een jaar geleden zei de Amsterdamse advocaat Cees Korvinus in *Justitieblad*, een uitgave van het ministerie: "Dit soort tiplijnen creëert een cultuur van zinloze en dubieuze verdachtmakingen." Hij noemde het pure geldverspilling.

Korvinus licht toe: “Je krijgt veel valse tips. Die moet je toch natrekken voordat je weet dat het een valse tip is. Zo’n meldlijn is een ideaal middel om de politie een hoop werk te bezorgen. Terwijl die nu al de handen vol heeft aan de aangiften. Politie en justitie kunnen die niet aan. Er blijven er jaarlijks een miljoen liggen. En dan komen er ook nog eens anonieme tips bij. Bovendien levert alleen een anonieme tip in de meeste

gevallen geen bewijskracht op. Zo’n tip moet passen in het opsporingsonderzoek en voordat de politie daar achter is, zijn er ook al weer vele manuren verloren. Met enkel tips kun je helemaal niks. Je kunt de waarde niet inschatten, omdat ze anoniem zijn. Je kunt ze dus niet natrekken.” De voorbeelden van successen in landen als Australië en Engeland trekt Korvinus in twijfel. Hij kwalificeert deze als ‘verkoopverhalen’.

*naar een artikel van Co Welgraven
Trouw, 6 september 2002*

TEKST 5 UITSLAG VAN HET ETEN

- 1 “Voedselallergieën lijken steeds meer voor te komen”, zegt de allergiedeskundige Ad Jansen. Niet alle deskundigen zijn het hierover met hem eens. Echt onderzoek is er tot nu toe nog niet gedaan. Daarom is dr. Leon Knippels, onderzoeker bij TNO-voeding, wat voorzichtiger.
- 2 Knippels: “Er is de afgelopen jaren meer aandacht gekomen voor voedselallergieën, en daardoor worden ze vaker geregistreerd. Dit verklaart slechts een deel van de toename van het aantal meldingen. Maar er zijn inderdaad aanwijzingen voor een echte stijging. Andere allergieën, zoals die voor stuifmeelkorrels, komen bij westerse kinderen steeds vaker voor. Daarom vermoeden we dat hetzelfde geldt voor voedselallergieën.”
- 3 Over de oorzaken van voedselallergieën, en dus ook over de oorzaken van de mogelijke toename, zijn onderzoekers het nog lang niet eens. Knippels: “We hebben natuurlijk te maken met nieuwe voedingsmiddelen, die mogelijk leiden tot nieuwe allergieën. De introductie van bijvoorbeeld de kiwi leidde tot veel nieuwe klachten.”
- 4 Maar de toename zit hem ook in problemen met bekend eten, zoals appels en pinda's. Jansen: “We vermoeden dat het iets te maken heeft met de goede hygiëne.” Volgens de zogenoemde hygiënetheorie moet het afweersysteem van kinderen wennen aan vuil, doordat die kinderen in aanraking komen met bacteriën en daardoor infecties oplopen. Kinderen die opgroeien in een erg schone omgeving, krijgen een verwend afweersysteem dat zich gaat richten op onschuldige eiwitten zoals die in voeding. Allergieën komen vooral in de Westerse wereld veel voor.
- 5 Het is niet altijd even duidelijk of het om een allergie gaat. De diagnose ‘voedselallergie’ is namelijk niet eenvoudig te stellen. De enige betrouwbare test is erg arbeidsintensief en is bovendien niet zonder risico's. “Als een patiënt extreem reageert, kan hij namelijk in een levensbedreigende shock raken”,

zegt Knippels. Lang niet iedereen met klachten krijgt daarom zo'n test.

- 6 Veel mensen denken ook dat ze een allergie hebben, terwijl dat niet het geval is. Volgens Hans de Groot, allergoloog in het Erasmus Medisch Centrum Rotterdam, schrijven veel mensen bijvoorbeeld gedragsproblemen ten onrechte aan voeding toe. Daarbij spelen modes duidelijk een rol. De laatste jaren hebben diverse producten of stoffen de schuld gekregen van druk gedrag van kinderen en huilbaby's. De Groot: “Kleurstoffen in lollies en frisdranken krijgen vaak de schuld van ADHD¹). Volgens mij valt dat wel mee, ze zijn in ieder geval niet het hoofdprobleem. Misschien moet een kind met ADHD geen drie lollies op een dag eten, maar over die ene zou ik niet te veel ruzie maken.”
- 7 Maar ook lichamelijke klachten als migraine worden volgens De Groot ten onrechte aan voeding toegeschreven. Volgens sommigen speelt voedsel een rol bij de psychische of lichamelijke klachten die deze mensen ondervinden. “Patiënten met chronische klachten waar weinig aan te doen is, zoeken vaak naar een oorzaak. Sommigen denken dat ze overgevoelig zijn voor bepaalde voedingsstoffen, terwijl daar geen aanwijzingen voor zijn. Die mensen maken het zichzelf onnodig moeilijk door bepaalde producten te mijden.
- 8 Als we weten waar een patiënt allergisch voor is, zoekt een diëtist uit wat hij wel en niet mag eten. Het Voedingscentrum verschaft lijsten met veilige producten. Maar daarmee ben je er nog niet, want vaak zijn patiënten niet allergisch voor één stof, maar voor combinaties. Het is dus van belang dat patiënten vooral goed naar de signalen van hun eigen lichaam luisteren. Neem de tips van de diëtist ter harte en ga serieus met al die informatie om. Dat is niet altijd even eenvoudig.”

*naar een artikel van Geertje Dekker
de Volkskrant, 12 oktober 2002*

noot 1 ADHD is een gedragsstoornis. Kinderen met ADHD zijn druk en kunnen zich moeilijk concentreren.