

Energydrink

De Nederlandse Vereniging voor Kindergeneeskunde ([NVK](#)) maakt zich grote zorgen over het groeiend gebruik van energydrink door jongeren. Met name tieners vanaf 12 jaar drinken soms wel zes blikjes of meer leeg voor een flinke oppepper. Kinderartsen signaleren echter dat zij vervolgens vaker met klachten op de Eerste Hulp belanden.

Daarom pleit de NVK voor een verkoopverbod voor jongeren onder de 18 jaar. „Als jongeren met rusteloosheid of [hartritmestoornissen](#) in onze spreekkamers belanden, denken wij aan allerlei dingen en halen we ze soms door de medische molen om de oorzaak te achterhalen. Maar we merken dat energiedrankjes steeds vaker de boosdoener zijn," stelt de kinderarts Brita de Jong-Van Kempen uit Leeuwarden.



[Amerikaanse tiener valt dood neer na te veel cafeïne-drinkjes](#)

[Lees meer](#)

Maximaal

Het Voedingscentrum geeft nu al het advies om onder de 13 jaar geen energydrink te drinken en tussen de 13 en 18 jaar maximaal één blikje per dag. Op de blikjes staat een verplichte waarschuwing: 'Niet aanbevolen voor kinderen'. Kinderartsen vinden dat niet genoeg. Naast rusteloosheid en hartritmestoornissen zien zij steeds meer andere klachten die uiteindelijk te wijten zijn aan energiedrankjes.

Zo belandde een meisje van 12 jaar met epileptische aanvallen in het ziekenhuis. Een uitgebreid onderzoek leidde niet tot een duidelijke oorzaak. Tijdens een gesprek bleek dat ze veel energiedrankjes dronk. Een tiener van 16 kwam met geelzucht en moeheid bij een kinderarts. De patiënt kreeg allerlei onderzoeken, tot aan een leverbiopt, waarbij met een speciale naald weefsel uit de lever wordt gehaald. Toen de arts ontdekte dat de tiener veel energiedrankjes dronk en adviseerde te stoppen, verdwenen de klachten vanzelf.

Suiker

De artsen weten dat in de blikjes te veel cafeïne, suiker en taurine zit, maar missen onderzoek naar het effect van de stoffen op een kinderlichaam. „Dit is geen onschuldige frisdrank", stelt De Jong-Van Kempen. „Een verbod zet ouders en kind aan het denken, zodat ze zich bewust zijn van de gevolgen. Vroeger was het ook normaal om op jonge leeftijd alcohol te drinken, maar 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."

Terugdringen

Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) ziet een verbod van energiedrankjes onder de 18 jaar niet als oplossing. Scholen, sportverenigingen en ouders moeten het gebruik ervan terugdringen. Kinderartsen vragen zich vooral af hoe het ministerie ouders denkt te waarschuwen.

Het ministerie van VWS vindt het de verantwoordelijkheid van ouders om hun kinderen op de gevaren van energydrank te wijzen. Op de blikjes staat al een waarschuwing dat de drankjes niet worden aanbevolen voor kinderen.

Verder richt VWS de pijlen met name op scholen en sportverenigingen. Die kunnen jongeren op de gevaren wijzen, bijvoorbeeld via programma's als de Gezonde School, gezond voedingsbeleid en lessen over gezonde voeding. Op tal van scholen zijn de blikjes uit de automaten verdwenen. Maar het ministerie vindt een verbod op energydrank geen optie. „Er zijn meer producten die je voor je gezondheid beter niet of met mate kunt consumeren. Verbieden is dan niet dé oplossing", reageert een woordvoerder.