

- 8 Angst in het kinderleven (0,15)
- 9 Het kind in het gezin (0,10)
- 10 Over bezigheden voor zieke kinderen (0,05)
- 11 Kinderen die slecht eten (0,20)
- 12 Zindelijkheid (0,15)
- 13 Als kinderen jokken (0,20)
- 14 Welk speelgoed kiezen wij voor onze kinderen (0,10)
- 15 Wenken voor suikerzieken (0,30)
- 16 De voeding van de aanstaande moeder (0,05)
- 17 De voeding van zuigelingen en peuters (0,05)
- 18 De voeding van kleuters en peuters (0,05)
- 19 De voeding van de schoolgaande jeugd (0,10)
- 20 Onze voeding als we ouder worden (0,10)

De folders 1 tot en met 14 zijn verkrijgbaar bij de Nationale Federatie voor Huishoudelijke- en Gezinsvoorlichting,

Van Speykstraat 19, 's-Gravenhage; de folder 15 bij de Nederlandse Vereniging van Suikerzieken, Burgemeester Patijnlaan 65, 's-Gravenhage; de folders 16 tot en met 20 bij het Voorlichtingsbureau voor de Voeding, Koninginnegracht 42, 's-Gravenhage.

Naschrift van de redactiecommissie. Wanneer lezers menen naar aanleiding van een bibliotheek voor patiënten nuttige aanvullende suggesties te kunnen geven, zouden zij daarvan schriftelijk mededeling kunnen doen aan het redactiesecretariaat van „huisarts en wetenschap”, Keizersgracht 327, Amsterdam-C.

Structuur en werkwijze van het voorlichtingsbureau voor de voeding

DOOR MEJ. DR IR TH. F. S. M. VAN SCHAİK

Doel. Waarschijnlijk zullen verschillende lezers reeds op enigerlei wijze te maken hebben gehad met de voorlichting van het Voorlichtingsbureau voor de Voeding; het zal hen evenwel niet steeds bekend zijn geweest dat die voorlichting uitging van dit bureau. Het is in eerste instantie ook niet de bedoeling van het bureau zijn naam ruime bekendheid te geven. Zoals uit het hier volgende zal blijken, is dit voor het bereiken van zijn doel niet primair. Het streven van het Voorlichtingsbureau voor de Voeding is er op gericht bij de Nederlandse bevolking optimale voedingsgewoonten ingang te doen vinden, aangepast aan het bestaande menupatroon en aan de beschikbare voedingsmiddelen en bovendien economisch verantwoord. Daarenboven streeft het Voorlichtingsbureau ernaar, het publiek bewust te doen worden van het belang van een goede eigen gezondheid, zowel als van een goede volksgezondheid.

Structuur. De geschiedenis van het Voorlichtingsbureau gaat terug tot het jaar 1940. De oorlogstoestand en de daarmee gepaard gaande beperking van het levensmiddelenpakket maakten in dat jaar de instelling nodig van een commissie uit de Gezondheidsraad. De taak van deze commissie, de Voedingsraad genaamd, welke ook nu nog bestaat en waarvan twintig deskundigen op het gebied van de voedingswetenschappen en voedselvoorziening lid zijn, was beperkt tot het adviseren van de overheid. Het bleek echter noodzakelijk daarnaast de bevolking te helpen bij het oplossen van problemen, die zich als gevolg van de steeds moeilijker wordende voedselvoorziening voordeden. Dit leidde tot de oprichting van het Voorlichtingsbureau van de Voedingsraad. Ook na de oorlog bleef dit bureau zijn taak vervullen, zij het dat deze taak een veel ruimere kon zijn en, zoals uit de hierboven beschreven doelstelling blijkt, in belangrijke mate op het terrein der gezondheidszorg kwam te liggen. Dit komt ook

tot uiting in de wijze, waarop het bureau wordt gesubsidieerd, namelijk door het ministerie van Landbouw en Visserij en door het ministerie van Sociale Zaken en Volksgezondheid.

Het is in zijn voorlichting echter onafhankelijk van deze ministeries; het heeft sinds 1956 een stichtingsvorm en draagt, omdat het evenmin aan de Voedingsraad verantwoording schuldig is, thans de naam: Voorlichtingsbureau voor de Voeding. De directeur van het bureau, Prof. Dr C. den Hartog, is tevens geneeskundig inspecteur van de Volksgezondheid, lid van de Voedingsraad en hoogleraar in de voeding en voedselbereiding aan de Landbouwhogeschool te Wageningen. Hij wordt terzijde gestaan door een medicus en een ingenieur in de landbouwkunde, tevens diëtiste, en een staf bestaande uit 45 diëtisten en andere medewerkers.

Basis van het werk. Achtergrond van het werk vormen onder meer de gegevens, verkregen door voedingsenquêtes, waaraan het bureau medewerking verleent door het geven van adviezen en het beschikbaar stellen van deskundige krachten. De uitkomsten van onderzoeken die door research-instituten in binnen- en buitenland worden verricht, vormen een andere, belangrijke basis voor de voedingsvoorlichting. Daarnaast zijn een niet te missen steun voor een goed aangepaste en verantwoorde voedingsvoorlichting de in de proefkeuken van het bureau genomen proeven met betrekking tot het organoleptisch keuren van voedingsmiddelen, het samenstellen van recepten en het beproeven van keukengereedschappen. Belangrijke gegevens worden bovendien geput uit de uitgebreide eigen bibliotheek met boeken en tijdschriften op voedingsgebied uit binnen- en buitenland. Van bijzonder veel nut zijn de goede contacten die het bureau heeft met vrijwel alle andere voorlichtingsinstanties in eigen land en met vele buitenlandse organisaties, die zich met voorlichting bezig houden. Ook met

fabrikanten en distribuanten van voedingsmiddelen onderhoudt het bureau goede contacten.

Werkwijze. Het bureau richt zich niet alleen tot de volwassenen. Het richt zich tot jong en oud en ziet de voorlichting aan de jeugd als een uiterst belangrijke taak. Hoewel individuele en directe voorlichting als zeer effectief geldt, ziet het bureau deze vorm van voorlichting meer als de taak van andere personen en instanties. Het past deze voorlichting slechts op zeer beperkte schaal toe en wel op gebieden, waar nog weinig particulier initiatief is.

Het is niet mogelijk en om psychologische en praktische redenen niet gewenst dat het Voorlichtingsbureau rechtstreeks contact heeft met de gehele Nederlandse bevolking. Het meent zijn doel het beste te kunnen bereiken door voorlichting te geven via die personen en instanties, die bij de bevolking geïntroduceerd en door haar geaccepteerd zijn.

De personen, die de voorlichting zullen kunnen uitdragen, zijn diegenen, wier taak in het vlak van de gezondheidszorg, het onderwijs, de maatschappelijke zorg, de huishoudelijke en landbouwvoorlichting ligt. Dit zijn onder andere artsen, tandartsen, vroedvrouwen, wijkverpleegsters, diëtisten, gezinsverzorgsters, maatschappelijke werkers en onderwijskrachten.

De instanties, instellingen en organisaties die kunnen bijdragen tot het „voedingsbewust” worden van het Nederlandse volk, zijn onbeperkt wat aard zowel als aantal betreft. De meest voor de hand liggende zijn televisie, radio, pers, verenigingen (zoals vrouwen-, studenten-, sport- en vakverenigingen), sociale diensten, kleuter-, lagere, middelbare, ambachts- en nijverheidsscholen, kruisverenigingen, stichtingen voor huishoudelijke en gezinsvoorlichting en andere.

De „voorlichting van voorlichters” blijft de laatste jaren niet meer beperkt tot de inhoud van de voedingsvoorlichting. Ook het aangeven van de te volgen methodieken, de toepassing ervan en het ontwikkelen van nieuwe methodieken ligt hierin opgesloten.

Naast de voorlichting aan „het kader” en aan hen die dit straks zullen vormen, staat de incidentele voorlichting, waarmee dus kleine groepen en personen rechtstreeks worden bereikt. Hierbij wordt niet afgeweken van het principe, dat slechts voorlichting wordt gegeven, waar de wens daartoe kenbaar is gemaakt.

Zowel kader- als incidentele voorlichting wordt gegeven met gebruikmaking van velerlei middelen. Voor hen die zelf voedingsvoorlichting geven worden leidraden verstrekt, evenals een maandelijks verschijnend bericht, waarin de nieuwste ontwikkeling van voedingswetenschap en voorlichting wordt behandeld. Allerlei materiaal wordt bovendien voor hen vervaardigd zoals brochures, affiches, tentoonstellingspanelen, flanelfiguren, films en filmstrips. In de verschillende vakbladen verschijnen artikelen van de hand van medewerkers van het bureau.

Voor het publiek zijn vrouwbladen beschikbaar.

Men kan zich abonneren op persberichten die tweemaal per maand verschijnen en die de huisvrouw maar vooral alle dag- en nieuwsbladen in Nederland van voedingswenken en recepten voorzien. Lezingen, films en filmstrookvertoningen worden gehouden voor ouders, onderwijskrachten, artsen, diëtisten, wijkverpleegsters, vroedvrouwen, maatschappelijke werkers en iedere andere groep die dat wenst. In samenwerking met de kruisverenigingen en de Nederlandse Vereniging van Suikerzieken organiseert het bureau dieetcursussen.

Ruime aandacht wordt ook geschonken aan de voorlichting omtrent groepsvoeding. Deze wordt gegeven aan instellingen, waar voor grote groepen personen maaltijden worden bereid, bijvoorbeeld kindertehuizen, bejaardentehuizen, ziekenhuizen, sanatoria, psychiatrische inrichtingen, gevangenis- en kloosters, studenteneettafels en vele andere. Op aanvraag van de leiding van deze instellingen neemt een diëtiste van het Voorlichtingsbureau de keukeninrichting, de bereiding, samenstelling en distributie van de maaltijden, de hygiëne in de keukens en dergelijke onder de loep en maakt voor de leiding van de instelling een rapport met advies op.

Het Voorlichtingsbureau voor de Voeding en de huisartsen. Naast de schoolartsen, bedrijfsartsen, internisten, gynaecologen en vele andere medici, die op een bepaald terrein zijn gespecialiseerd, worden de huisartsen als zeer invloedrijke leden van het kader van voedingsvoorlichters beschouwd. De hierboven beschreven hulp aan het kader staat ook hen ten dienste. Voor de huisarts kunnen in het bijzonder van belang zijn:

De *bibliotheek* van het Voorlichtingsbureau, waarvan hij boeken en tijdschriften kan lenen over onderwerpen die vrijwel het gehele terrein van de voedingsleer, de voedingstechnologie, het voedings- en menuonderzoek en de methodiek van de voedingsvoorlichting bestrijken.

De *schriftelijke en mondelinge beantwoording van voedings- en dieetvragen*. Over alle problemen betreffende de samenstelling en bereiding van normale en dieetvoeding, kan hij zich tot het bureau wenden. Beschikbaar zijn voor hem onder meer: „De Nederlandse Voedingsmiddelentabel”, „Rationele voeding van bejaarden”, een literatuuroverzicht over de achtergrond van de voorschriften voor de bejaardenvoeding, „De voeding tijdens de zwangerschap”, eveneens een literatuuroverzicht, schema's voor de voeding tijdens de zwangerschap, waarin het keukenzoutgehalte in verschillende maten beperkt is, vrouwbladen met wenken en recepten voor het zoutarme dieet, het zoutarme dieet tijdens de zwangerschap, het vetarme, het vermagerings-, het diabetes- en vele andere diëten. Voorts worden aan patiënten, die het dieetvoorschrift van de arts naar het Voorlichtingsbureau opzenden, voorbeelden verstrekt van menu's en recepten, die op dat dieet betrekking hebben.

De *vouwbladen* met wenken over de voeding van verschillende groepen (de kleuter en peuter, de schoolgaande en opgroeiende jeugd, de ouder wordende mens, de aanstaande moeder, de sportbeoefenaars) en met recepten over verschillende producten (melk, peulvruchten, rauwe groenten, enzovoort). De prijs van de vouwbladen bedraagt 10 tot 20 cent. Een volledige set bevat ruim veertig stuks. Het is een nuttige lectuur voor het publiek in de wachtkamer.

Het werk van het Voorlichtingsbureau, een vlot geschreven en met fraaie foto's geïllustreerde publicatie uit „Tussen de rails”, die eveneens aantrekkelijk is om in de wachtkamer te leggen; zij is gratis beschikbaar (slechts een gering aantal is nog voorradig).

De *affiches*, die speciaal vervaardigd zijn om in wachtkamers te hangen, namelijk: De schijf van vijf groepen onmisbare voedingsmiddelen, met het onderschrift: Dat is gezonde voeding; De voeding van de aanstaande en zogende moeder; De voeding van de kleuter; De voeding van het schoolkind; De voeding van de opgroeiende jeugd; De voeding bij sport.

De *cursussen voor dieetpatiënten en hun verzor-*

gers. Een drietal cursussen wordt door het bureau georganiseerd en wel de cursus voor suikerzieken, voor patiënten met een zoutarm dieet en voor patiënten met galblaasdiëten. De organisatie geschiedt in samenwerking met de plaatselijke afdelingen van het Groene, het Wit-Gele en het Oranje-Groene Kruis en van de Nederlandse Vereniging van Suikerzieken. De patiënten kunnen zich melden bij één dezer instanties: indien zich 16 personen voor een cursus hebben gemeld, vindt deze doorgang. Wanneer de arts zijn patiënten op deze cursussen attent wil maken wordt hij vriendelijk verzocht dit aan het Voorlichtingsbureau voor de Voeding op te geven. Hij krijgt dan aanmeldingsformulieren voor zijn patiënten met de adressen van de bovengenoemde verenigingen toegezonden.

Het lezingenprogramma van het Voorlichtingsbureau, dat ieder jaar tegen september verschijnt en de brochure Materialen en mogelijkheden voor leerkrachten en voorlichters waarin al datgene vermeld staat dat het Voorlichtingsbureau voor de Voeding aan het kader van voedingsvoorlichters biedt.

Het adres van het Voorlichtingsbureau voor de Voeding is: Koninginnegracht 42, Den Haag (telefoon 180024; giro 130667).

REFERATEN

VERZORGD DOOR DE STUDIEGROEP ARTIKELEN DOCUMENTATIE

62—6r. **Classification of Headache.** *Special Communication (1962) J. Amer. med. Ass. 179, 717.*

Een daartoe benoemde commissie van Amerikaanse specialisten heeft een indeling gemaakt van de verschillende soorten hoofdpijn. Onder hoofdpijn verstaat deze commissie onaangename gevoelens in het gehele hoofd. Het schema is gebaseerd op het mechanisme van de pijnvorming, waarbij er echter op wordt gewezen dat hoofdpijn bijzonder frequent samenhangt met de levenssituatie waarin de patiënt verkeert. Soms kan de hoofdpijn de belangrijkste uiting zijn van tijdelijke of blijvende aanpassingsmoeilijkheden. Deze samenhangen vindt men speciaal bij de eerste vijf groepen.

1 Vasculaire hoofdpijn van het migraine type. Hierbij vindt men herhaalde aanvallen van hoofdpijn, variërend in ernst, frequentie en duur. De pijn is meestal eenzijdig, gaat gepaard met misselijkheid en/of braken en wordt voorafgegaan door, of gaat samen met, motorische, sensorische of psychische verschijnselen. Deze soort hoofdpijn is vaak familiair. Men onderscheidt: klassieke migraine; atypische migraine, dikwijls bestaat hierbij een samenhang met bepaalde duidelijk aanwijsbare omstandigheden, zoals menstruatie, weekend, enzovoort; vasculaire hoofdpijn, die samengaat met blozen, transpireren, versterkte neussecretie, tranenvloed en optreedt in reeksen kortdurende aanvallen gescheiden door langdurige remissies; hemiplegische en ophthalmoplegische migraine; en vasculaire hoofdpijnvormen speciaal gelokaliseerd onder de ogen.

2 Hoofdpijnvormen veroorzaakt door langdurige spierspasmen (muscle-contraction headache), vaak suboccipitaal gelokaliseerd met gewoonlijk psychogene oorzaken.

3 Gecombineerde hoofdpijnvormen (1 en 2).

4 Hoofdpijn veroorzaakt door vasomotorische reacties in de neus.

5 Psychogene hoofdpijn als conversie- of hypochondrisch verschijnsel.

Deze vijf hoofdpijnvormen komen het meeste voor en recidiveren frequent.

6 Vasculaire hoofdpijn niet van het migraine type. Oorzaken: vergiftigingen, hypertensie, enzovoort.

7 Hoofdpijn door tractie aan intracranieële weefsels: tumoren, hematomen, enzovoort.

8 Hoofdpijn veroorzaakt door duidelijke intra- of extracranieële ontstekingen.

9-13 Hoofdpijn veroorzaakt door afwijkingen van de ogen (9), oren (10), neus- en bijholten (11), tanden (12), of van andere anatomische gebieden van hoofd en hals (13).

14 Neuritiden van de hersenzenuwen.

15 Neuralgieën van de hersenzenuwen: trigeminus en glossopharyngeus.

De zogenaamde chronische posttraumatische hoofdpijn is meestal een gecombineerde vorm (2-1b-13-5).

G. J. Bremer.

62—7r. **Opvoeding tot het huwelijk.** *Musaph, H. (1961) Maandblad voor de Geestelijke Volksgezondheid, 16, 418.*

De schrijver, psychiater te Amsterdam, geeft in dit bondige artikel een overzicht van de seksuele problematiek, die hij heeft ontmoet bij normale jonge mensen op de huwbare leeftijd.

Hij deelt de stoornissen als volgt in: 1 Stoornissen berustend op onkunde, die kan worden veroorzaakt door ontbreken van de meest elementaire kennis over anatomie en fysiologie der geslachtsorganen, maar ook door angst of gêne, die het verwerven van feitenkennis verhinderen.

2 Stoornissen, die zijn te herleiden tot de masturbatiepro-