

Onbekend COPD bestrijden in Afrika

“Niet roken maar open vuur in huis is de belangrijkste oorzaak van COPD”, meent huisarts en onderzoeker Frederik van Gemert. Hij ruilde zijn Harlingse praktijk in voor fulltime onderzoek naar COPD in Afrika. In Oeganda kwam hij tot de onthutsende bevinding dat de term COPD er onbekend is terwijl in Afrika de mortaliteit van COPD die van tbc, aids en malaria samen overtreft.

Tijdens zijn eerste reis naar Afrika raakte Frederik van Gemert in de ban van het land. Samen met zijn vrouw reist hij al 25 jaar naar Afrika, vooral naar plaatsen waar geen andere toerist komt. “In Oeganda nodigde een bewoner ons trots uit om zijn nieuwe hut te bekijken. Ik hield het er geen minuut uit. De hut hing vol rook, hoestend moest ik naar buiten. Bijna alle Oegandezen leven onder deze omstandighe-

den. Ze koken op open vuur tussen drie stenen, zonder schoorsteen. Dit kan niet goed zijn voor de gezondheid, bedacht ik meteen.”

‘Bijna alle Oegandezen koken op een vuurtje tussen drie stenen, zonder schoorsteen.’

Na een gesprek met zijn latere promotor Thys van der Molen, hoogleraar huisartsgeneeskunde aan het UMCG, besloot van Gemert zijn verslaving aan Afrika te combineren met zijn interesse voor longziekten en een onderzoek naar COPD in Oeganda te starten. “Uit een literatuurstudie bleek dat er zo goed als niets bekend is over COPD in Afrika.” Van Gemert nam in Oeganda de proef op de som. “De gemiddelde levensverwachting van de 35 miljoen Oegandezen is 52 jaar. Het land telt vier longartsen.

De kennis over COPD bleek nul. Zelfs mensen die er in de eerstelijns gezondheidszorg werken kenden de term COPD niet. Mensen die hoesten gaan naar de dokter voor een tbc-test. Is deze negatief dan gaan ze weer naar huis waar ze doorleven met hun klachten.”

Prevalentie

Nieuwsgierig naar de gevolgen van het leven in rokerige hutten, startte Van Gemert een epidemiologische studie. Hij trainde lokale eerstelijns hulpverleners in het gebruik van een spirometer. Vervolgens maten ze de longfunctie bij een steekproef van 588 Oegandezen ouder dan 30 jaar. Maar liefst 16,2% van hen heeft COPD. Door de combinatie van een lage levensverwachting en een blootstelling aan rook vanaf de zwangerschap, bedraagt de prevalentie bij de groep van 30-39 jaar zelfs 40%. Vrijwel alle mensen met COPD leven in rokerige hutten. Ter vergelijking, de prevalentie van COPD in Nederland is ongeveer 3,5%.

“Internationaal onderzoek naar de prevalentie van COPD gebeurt doorgaans bij mensen ouder dan veertig. In de westerse wereld geldt roken als de hoofdoorzaak van COPD. Doorgaans openbaren longklachten als gevolg van roken zich pas vanaf de leeftijd van 40”, zegt Van Gemert. “We maten de longfunctie van mensen vanaf dertig jaar juist omdat ze al van kinds af aan bloot staan aan rook. Als we ook de twintigers testen, zal de prevalentie van COPD nog groter blijken. Ik ben er daarom van overtuigd dat niet roken maar het ongeventileerd verbranden van biomassa binnenshuis de belangrijkste oorzaak van COPD is. Wereldwijd roken meer dan 1,1 miljard mensen terwijl ruim 3 miljard mensen afhankelijk zijn van biomassa voor koken en verwarming.”

Hiërarchie

Vanwege de angst voor tuberculose rust een stigma op hoestende mensen: “Ouders stoppen hun kinderen met astma, bijvoorbeeld, weg om maar te voorkomen dat mensen denken dat er tbc heerst”, zegt Van Gemert.

Die stigmatisering, onwetendheid en Oegandese cultuur bemoeilijken de



Frederik van Gemert besloot zijn verslaving aan Afrika te combineren met zijn interesse voor longziekten en startte een onderzoek naar COPD in Oeganda.

hulpverlening. “Vrouwen voorlichten over hun kookgedrag werkt niet, de vrouw staat op de laagste plaats in de familiehiërarchie. Zolang je de man niet overtuigt van de noodzaak van gezonder koken, verandert er niks.” Van Gemert ontdekte een gemeenschappelijk belang van beide ouders: hun kinderen. “Als je de gevolgen voor de kinderen benoemt, wil de man wel luisteren. Ik wijs op de kinderen van mensen die al koken op een gesloten kooktoestel. Ze hebben geen rode ogen en snotneus meer.”

‘Ongeventileerd verbranden van biomassa is de voornaamste oorzaak van COPD, niet roken.’

Voorlichting over rookvrij koken is essentieel, anders snappen mensen niet waarom ze de overstap van een open houtvuur naar een gesloten en geventileerd kooktoestel moeten maken. “Door gebrek aan voorlichting over de gevaren van rook gaan ze beide methoden gebruiken. We zagen dit bijvoorbeeld tijdens een project in de sloppenwijken van Oegandese hoofdstad Kampala. De mensen kookten er op een gasstelletje maar braden op de traditionele manier want dan smaakt het eten beter, zo redeneren ze.”

Gesteund door de Europese Unie ontwikkelde Van Gemert en zijn collega's het Fresh Air Project dat begint met voorlichting vanuit de eerste lijn het gebruik van open vuur in huis moet tegengaan. “We schoolden lokale eerstelijns hulpverleners. Deze mensen gaven vervolgens voorlichting aan de bevolking via village health teams, dat zijn door de dorpingen gekozen mannen en vrouwen.” Door de bewustwording over de gevolgen van rook blijken de bewoners eerder geneigd een gesloten kooktoestel aan te schaffen. “De mensen kunnen kiezen uit vijf toestellen variërend van een duur toestel van 60 dollar tot een gemaakt in Oeganda dat maar 2 dollar kost.”



Ruim 16% van de Oegandezen heeft COPD. Bij de groep 30-39 jaar is dit zelfs 40%.

Armoede

Momenteel onderzoekt Van Gemert het succes van de implementatie van het Fresh Air Project in Oeganda. Het Europese project krijgt al navolging in Vietnam, Kirgizië en op het platteland van Griekenland. De huisarts weet echter

‘Goede voorlichting is essentieel.

Mensen moeten snappen waarom ze een gesloten en geventileerd kooktoestel moeten gebruiken.’

dat zijn project onvoldoende is om de bewoners van al deze gebieden te helpen. “Het gebruik van open vuur in huis komt voort uit armoede. Alleen met armoedebestrijding kun je leefomstandigheden van de bevolking echt verbeteren.”

Terug naar Nederland, waar Van Gemerts Afrikaanse onderzoek ook consequenties heeft. Veel van de nieuwe

Nederlanders, asielzoekers en vluchtelingen groeiden op in woningen met open vuur. “Ik ben nieuwsgierig naar de prevalentie van COPD en andere aan rook gerelateerde ziekten bij deze mensen, ook de jongeren. Elke huisarts moet erop bedacht zijn dat een patiënt met longklachten die opgroeide in Afrika of Azië mogelijk COPD heeft”, zo waarschuwt de arts.

Patrick Marx

Frederik van Gemert is kaderhuisarts astma/COPD in Friesland en onderzoeker bij het UMCG. Hij promoveerde op 10 april 2017 aan de Rijksuniversiteit Groningen op zijn onderzoek *Prevalence and impact of chronic obstructive pulmonary disease in a rural district of Uganda*. Het proefschrift is te downloaden via: <http://hdl.handle.net/11370/fd-24be3e-496e-4e36-92fe-dab9af2fed95>

Voor informatie over het Fresh Air Project in Oeganda, zie: www.theicprg.org/freshair