

Xylitol tegen oorontsteking

Middenoorontsteking is vervelend, in de eerste plaats voor de patiënt – meestal een kind – maar ook voor de ouders. Het zou mooi zijn als er een goedkope interventie is die de aan-doening voorkomt. In een recent gepubliceerde Cochrane-review zetten Canadese onderzoekers de evidence op een rijtje voor de effectiviteit van xylitol. Deze natuurlijke vervanger voor suiker veroorzaakt geen cariës en is onder meer beschikbaar als kauwgom, siroop en pastilles.

Vier onderzoeken voldeden aan de vooraf geformuleerde inclusiecriteria: RCT's of quasi-RCT's waarbij xylitol (elke toedieningsvorm) ter preventie van oorontsteking werd vergeleken met placebo of niets doen bij kinderen tot en met 12 jaar. De 4 onderzoeken waren allemaal uitgevoerd in Finland en gepubliceerd tussen 1996 en 2007. Het aantal kinderen per onderzoek liep uiteen van 306 tot 1277. De leeftijd van de kinderen varieerde, voor zover gerapporteerd, van 7 maanden tot 7 jaar.

Drie van de onderzoeken inclueerden gezonde kinderen. De xylitol reduceerde met 25% het optreden van otitis media ten opzichte van de controlegroep (RR 0,75; 95%-BI 0,65-0,88). De wijze van toediening was van belang: xylitolkauwgom deed het beter dan siroop, maar niet beter dan pastilles. Het vierde onderzoek inclueerde kinderen met een luchtweginfectie, xylitol had daarbij geen invloed op het vervolgens ontstaan van een middenoorontsteking (RR 1,13; 95%-BI 0,83-1,53). Er was geen significant verschil in bijwerkingen (maagdarmlachten, uitslag) tussen de xylitol- en de controlegroep.

Moeten alle kinderen nu aan de xylitol? Wanneer de interventie zich zou beperken tot de groep kinderen die eerder een episode van otitis media doormaakte, schatten de auteurs dat zo'n 30% van de kinderen in de komende 3 maanden opnieuw een oorontsteking zal krijgen. De reductie van 25% die xylitol zou bewerkstelligen, resulteert in een number needed to treat van iets meer dan 13: zoveel kinderen dienen 3 maanden xylitol te slikken om 1 nieuwe episode te voorkomen. Vijfmaal daags 2 kauwgompjes, ten-

minste 5 minuten kauwen. Ziet u het al voor zich? ■

Hans van der Wouden

Azarpazhooh A, et al. Xylitol for preventing acute otitis media in children up to 12 years of age. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2011, Issue 11. Art. No.: CD007095.



Foto: SVT Photography/Shutterstock

Danstherapie bij borstkanker

Danstherapie is een vorm van creatieve therapie die ook in Nederland steeds meer wordt toegepast. Vrouwen met borstkanker lijken door danstherapie een betere kwaliteit van leven te hebben of zijn minder moe. Bewijs hiervoor is echter flinterdun.

Creatieve therapie is een vorm van nonverbale therapie die aanvankelijk alleen werd toegepast in psychiatrische instellingen. Tegenwoordig maakt men ook buiten de psychiatrie toenemend gebruik van creatieve therapie, bijvoorbeeld om ingrijpende gebeurtenissen in het leven te verwerken. Een voorbeeld van creatieve therapie is danstherapie. In danstherapie

wordt gebruikgemaakt van beweging op muziek als psychotherapeutisch instrument om emotionele, sociale, cognitieve en fysieke processen in een individu te synchroniseren of synchronisatie te bevorderen. Ook in Nederland wordt danstherapie steeds meer toegepast. In deze Cochrane-review werd het psychische en fysieke effect van danstherapie op kankerpatiënten onderzocht.

Van de 15 gerandomiseerde onderzoeken over een periode van 60 jaar (1950-2011) bleken er slechts 2 (!) te voldoen aan de insluitingscriteria. In beide gevallen betroffen de onderzoeken vrouwen met borstkanker. In totaal ging het om 68 deelnemers met een gemiddelde leeftijd van 57 jaar. In het ene onderzoek leek danstherapie een positief effect te hebben op de kwaliteit van leven, het andere onderzoek

rapporteerde een vermindering van vermoeidheid. Er was geen effect op de beweeglijkheid van arm of schouder na een borstoperatie. Deze individuele uitkomsten zijn moeilijk door te trekken naar een algemene conclusie, behalve dan dat er veel meer onderzoek nodig is naar deze vorm van therapie om duidelijke uitspraken te kunnen doen. Als danstherapeuten willen dat zorgverzekeraars deze therapievorm blijven vergoeden, dan zullen zij zich wat duidelijker moeten profileren in de wereld van de gezondheidszorg zodat ook meer valide onderzoek mogelijk is. ■

Wilma Spinnewijn

Bradt J, et al. Dance/movement therapy for improving psychological and physical outcomes in cancer patients. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2011, Issue 10. Art. No.: CD007103.