Onderzoek stagneert omdat aan stof niets is te verdienen

Kurkuma in Azië terecht razend populair

Wie er de gek mee wil steken, zou kurkuma de Haarlemmerolie van Azië kunnen noemen. De specerij zou goed zijn voor het geheugen, ontstekingen tegengaan, de kans op Alzheimer beperken, de ziekte van Parkinson beteugelen, wonden genezen en zelfs kanker remmen. Het lijkt te mooi om waar te zijn maar feit is wel dat er veel meer wetenschappelijk onderzoek is gedaan naar kurkuma dan naar de bekende olie uit Haarlem en dat de resultaten tot nu toe veelbelovend zijn.

Wie wel eens Indiase gerechten eet, moet kurkuma zijn tegengekomen. Deze specerij is in dat land razend populair, niet alleen vanwegen zijn smaak maar ook vanwege zijn medicinale eigenschappen. Het wordt in de oosterse geneeskunde al eeuwen ingezet tegen een waaier van klachten. Dat is nog niet zo gek, blijkt uit steeds meer onderzoeken.

De stof die kurkuma zijn veelgeroemde reputatie bezorgt, is curcumine. Die komt voor in de wortel. Kurkuma is dan ook gemaakt van de wortel van deze plant.

**Bij proefdieren**

Wetenschappelijk onderzoek in laboratoria naar de werkzaamheid van curcumine heeft aangetond dat de stof een gunstig effect heeft op tientallen werkingsmechanismen in de cel. De stof blijkt zowel de cellen te beschermen als de cellen en de celkern gezond te maken en te houden. Ze is actief op DNA niveau, zo wees recent onderzoek van het Anderson Cancer Centre van de Universiteit van Texas uit. Ook knijpt ze de toevoer van brandstof naar tumorcellen af. Daarbij moet wel aangetekend worden dat het gaat om onderzoek in het lab dat niet zomaar kan worden vertaald naar het menselijk lichaam.

Maar er is meer. Er is ook volop onderzoek gedaan met curcumine op dieren. Uit vrijwel alle onderzoeken komt naar voren dat de stof bij proefdieren een aanzienlijke bescherming biedt tegen het krijgen van kanker. Ook was ze bij proefdieren in staat de tumor is sommige gevallen zelfs helemaal te laten verdwijnen. Wel werden daarbij hoge doses gebruikt, die vertaald naar de mens neerkomen op 6 tot 10 gram kurkumapoeder per dag.

**Niet te patenteren**

De meest logische vervolgstap zou een groot opgezette klinische studie onder mensen zijn. Zo’n onderzoek is echter peperduur. Farmaceutische bedrijven zijn er helaas niet in geïnteresseerd omdat curcumine niet te patenteren is.

Dat wil niet zeggen dat het onderzoek op dit punt helemaal stil staat. Op bescheiden schaal is curcumine getest op mensen met kanker en de resultaten zijn redelijk positief. Niet dat de stof zal leiden tot een doorbraak bij de behandeling van deze ziekte, maar ze biedt zeker ondersteuning bij de reguliere en complementaire therapieën. Zo lijkt curcumine een veelbelovend middel bij hyperthermie en fotodynamische therapie. Hiernaar is nog onderzoek gaande. Geprobeerd wordt met behulp van curcumine de dendritische celtherapie te verbeteren bij patiënten met slokdarmkanker. Deze betrekkelijk nieuwe methode is erop gericht het immuunsysteem van een kankerpatiënt zodanig te stimuleren dat het kankercellen weer herkent en opruimt.

Vrij overtuigend is ook het onderzoek aan de Rhodes universiteit in Zuid-Afrika waarbij uitkwam dat curcumine de hersens van ratten beschermt tegen beschadiging door cyanide, Iood en cadmium. Het stofje bindt zich aan deze giftige verbindingen voordat die schade kunnen toebrengen in de hersenen. Omderzoeker Sheril Daniel denkt dat door het veelvuldige gebruik van kurkuma in Indiase gerechten de zoekte van Alzheimer in India nauwelijks voorkomt.

Vast staa in ieder geval dat kurkuma een nuttige bijdrage levert bij het beperken van de kans op kanker. Hoeveel er preventief precies nodig is, is nog onduidelijk maar elke dag een paar gram lijkt een redelijke schatting.

Eerder in in Uitzicht geadviseerd om kurkuma te gebruiken in combinatie met zwarte peper. Dat houdt verband met de opneembaarheid. Ons lichaam neemt de werkzame stof curcumine maar beperkt op. Een kleine hoeveelheid zwarte peper doet in dat opzicht wonderen. Het verhoogt de opneembaarheid spectaculair. Wie niet van peper houdt, kan kurkuma oplossen in lijnzaad of olijfolie.

*Veelvuldige gebruik van grote hoeveelheden kurkuma kan de werking van geneesmiddelen sterk beïnvloeden. Dat valt af te leiden uit het onderzoek van Regina Apiah-Opong, die op dit onderwerp is gepromoveerd aan de VU in Amsterdam. Op welke geneesmiddelen kurkuma precies negatief werkt, is nog niet duidelijk. Afgezien van deze kanttekening is kurkuma volgens een groot aantal onderzoeken een veilige stof.*