

## Bericht op de website van de Radboud Universiteit,

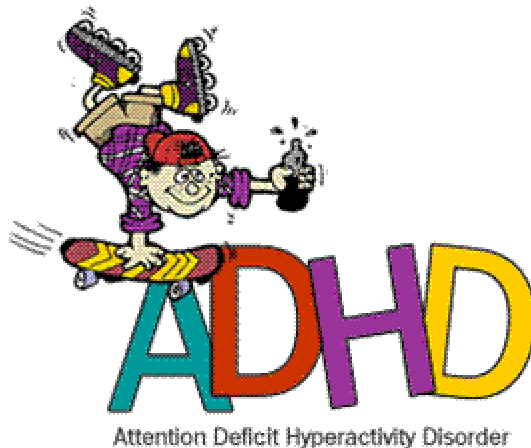
naar aanleiding van de publicatie van de INCA-studie in The Lancet, 5 februari 2011

<http://www.ru.nl:80/onderzoek/instituten/overzicht/donders/donders-instituut/redactionele/buitelaar-dieet/>

### Buitelaar: 'Dieet standaard toepassen bij kinderen met ADHD'

Datum bericht: 4 februari 2011

**Een individueel dieet heeft voor veel kinderen met ADHD een gunstig effect, zo blijkt uit een onderzoek onder leiding van hoogleraar Jan Buitelaar van het Donders Institute for Brain Cognition and Behaviour. Volgens Buitelaar is het zinvol om een dergelijk dieet standaard toe te passen bij kinderen met ADHD of ODD.**



Een zogeheten RED-dieet heeft bij een groot deel van de kinderen met ADHD een gunstig effect. Hun gedrag verbetert sterk, zo blijkt uit een onderzoek van onder meer het ADHD Research Centrum Eindhoven, Karakter Kinder- en Jeugdpsychiatrie en het UMC St Radboud. Aanbevolen wordt om dit dieet op te nemen in het behandelprotocol van kinderen met ADHD. Het onderzoek staat in het gezaghebbende weekblad The Lancet (5 februari).

#### **Allergische reacties**

RED staat voor Restricted Elimination Diet. Dat is een op individuele leest geschoeid hypoallergeen dieet, een dieet dat nauwelijks allergische reacties oplevert. Alle voedingsmiddelen waarop het kind zou kunnen reageren, worden gedurende vijf weken weggelaten. Zo kan bij een kind met ADHD worden vastgesteld of voeding z'n gedrag beïnvloedt. Als dat zo is, worden afzonderlijke voedingsmiddelen stuk voor stuk weer aan het dieet toegevoegd. Dan blijkt op welk specifiek voedingsmiddel een individueel kind reageert.

#### **Ook gunstig effect voor kinderen met ODD**

Er waren al eerder aanwijzingen dat kinderen met ADHD goed reageren op een eliminatiedieet, maar de onderzoeksgroepen waren te klein. Een gezamenlijk onderzoek van meerdere Nederlandse onderzoeksinstituten heeft nu aangetoond dat het eliminatiedieet bij tweederde van de kinderen met ADHD een aanzienlijke gedragsverbetering oplevert.

Naast ADHD had de helft van de onderzochte kinderen ODD, een aandoening die gekenmerkt wordt door opstandig en brutaal gedrag. Ook op dit gedrag had het dieet een zeer gunstig effect.

#### **Dieet standaard toepassen**

Dr. Jan Buitelaar, hoogleraar psychiatrie bij het UMC St Radboud en wetenschappelijk begeleider van de studie: 'Dit onderzoek toont aan dat het zinvol is om het RED-dieet standaard toe te passen bij kinderen met ADHD of ODD zodat uitgezocht kan worden of de aandoening wordt uitgelokt door voeding. Het is wel belangrijk dat ouders hiervoor een deskundige in de arm nemen, want het dieet moet zorgvuldig worden uitgestippeld en opgevolgd.' Het toepassen van het RED-dieet kan leiden tot een drastische vermindering van het medicijngebruik bij ADHD en tot verbetering van de prognose bij ODD. /BB