

INTERVIEW KINDERARTS NICO VAN DER LELY VECHT TEGEN

ALCOHOLGEBRUIK BIJ TIENERS

«Elke keer dat je je lam drinkt, kan je IQ 15 punten zakken»

Oogluikend toestaan dat uw tiener een glaasje bier of wijn meedrinkt, leidt tot meer alcoholmisbruik op latere leeftijd. Kinderarts Nico van der Lely zag al honderden stomdronken kinderen op zijn kabinet. «Vroeger zag ik ze nauwelijks. Nu gaan er jaarlijks zes aan dood.» Hij vertelt waarom tieners echt geen alcohol moeten drinken en is streng voor politici en ouders.

Fien TONDELEIR

Een mesje van vijftien belandde op de spoed met een alcoholvergiftiging. Bloedonderzoek wees uit dat ze een alcoholpromillage had van 3,2. Met zo'n uitslag moet ze zo'n zes- en zeven glazen drank in korte tijd hebben weggekeft. Ze was vier heen. Het duurde vier uur voordat ze weer bij bewustzijn was. Ze herinnerde zich niets van de avond, en kon ook niet verklaren waarom ze was aangevallen met haar slip op de enkels. Nader onderzoek wees uit dat ze seks had gehad. Ze had geen idee met wie, het was haar eerste keer. «Vroeger zagen we dit nooit. Nu elke maand», zegt kinderarts Nico van der Lely in zijn nieuwe boek 'Stop met alcohol voor jongeren'. De dokter kent honderden verhalen. Sommige met fatale afloop, zoals dat van Max (15) die na een borrel op zijn stageplek onder invloed vertrekt, de snelweg opwandelt en aangereeden wordt. Hij overleefde het niet. «Als ik mijn ogen dicht doe, zie ik ze opnieuw, alle tieners die ik in mijn handen heb gehad. Ze staan op mijn netvlies. Ik weet waarover ik praat: stop met alcohol voor jongeren», zegt hij. In het begin van zijn carrière was Van der Lely intensivist in Amsterdam. «In die periode zag ik amper kinderen met een alcoholvergiftiging, maar hun aantal nam toe vanaf het begin van deze eeuw. Ik kreeg een overweldigend gevoel van dwelen met de kraan open.» En dus sloeg hij alarm. Eerst in eigen land, nadien in België. Van der Lely is vandaag ook hoogleraar in Antwerpen. «Ik voel me een halve Belg», zegt hij.

In Nederland is het u in 2014 gelukt de wet te wijzigen. De minimumleeftijd voor de verkoop van alcohol werd 18 jaar in plaats van 16.
«Die strijd is vier jaar hevig verlopen. Het parlement heeft me het mes op de keel gezet. En ik werd bedreigd, door mensen uit de horeca. Ik was 'de anti-alcohol-maffia'. Dat gevecht moet ik in België nog aangaan, maar we komen bij jullie maar niet verder.»

Waarom volgt ons land niet?
«Het is een bizar fenomeen. Ik heb het nog eens opgezocht: de Nederlandse ambassadeur had in oktober 2022 een diner in Brussel met het kabinet van minister van Volksgezondheid Frank Vandembroucke. Iedereen was eens met mijn plan. Niet om de leeftijdsgrens te verhogen — ook al is 70% van de Belgen voorstander — maar om in elke provincie een alcoholklinik op te richten. Nadien trok ik nog meermaals met Belgische collega's naar de Weststraat, maar we krijgen geen antwoord meer.»

Er kwam op uw initiatief toch een alcoholklinik voor jongeren in Antwerpen?
«Ja, maar die wordt door mezelf en het Reinier de Graaf Gasthuis in Delft gefinancierd. Voor mij is het veel geld, voor een overheid niet. Met 150.000 euro per jaar laten we alles draaien. De alcoholpoli, waarvan er ook al twaalf zijn in Nederland, moeten trouwens een Europees project worden.»
«Ik wil me heus niet moeien met jullie biercultuur — er is niets mis met de Belgische pint — maar als arts maak ik me echt zorgen. Jullie ministerie heeft geen flauw idee wat er met onze (klein)kinderen gebeurt. Ik hou de politici een grote spiegel voor: ze geven ons, artsen, niet de mogelijkheid om de rozooi op te ruimen.»

Uw Vlaamse collega-arts Ann De Guchtenaere is in uw boek streng voor Maggie De Block.
«Zij heeft als minister van Volksgezondheid het voorstel om de minimumleeftijd op te trekken meermalen verworpen. Ze is medeverantwoordelijk en stelt jongeren bloot aan alcoholische schade.»

U klinkt boos.
«Ik ben een pitbull. Het gaat niet om mij of mijn stichting, maar jongens: ik wil gehoor in België. Jullie hebben last van dronken Nederlandse jongeren die in Knokke komen knokken. Wij in Nederland verliezen kinderen door jullie laksheid. Een dronken jongen van zestien uit Eindhoven wilde vanuit Antwerpen teruglopen naar huis, maar verdrong in een sloot van 20 centimeter.»
«We moeten nu handelen, want alcohol heeft zo'n groot effect op latere generaties. We willen onze jeugd toch niet beschadigen?»

Hoe groot is het probleem echt?
«In het begin zag ik één kind per jaar met een alcoholvergiftiging, nu zie ik er alleen al in Delft honderd per jaar. Vroeger ging er niemand aan dood, nu jaarlijks zes. In Antwerpen belanden elk weekend drie stomdronken tieners op spoed. De gemiddelde alcoholpromillage ligt tegenwoordig boven de 2,0, dat zijn al tien glazen. Daar gaan kinderen aan dood, je kunt ervan gaan sterven, gepaard met al het braken is dat levensgevaarlijk.»



«Als je een beetje bier drinkt, gebeurt er niets met je, dat plas je er zo uit. Maar kinderen drinken geen biertjes meer. Wel vodka en Bacardi»
KINDERARTS NICO VAN DER LELY



Jongeren drinken op steeds jongere leeftijd en ook almar meer sterke drank. In Antwerpen belanden elk weekend drie stomdronken tieners op de spoedafdeling. Foto: Getty

«Zorgwekkend is ook dat zowel in Nederland als in België jongeren gemiddeld per persoon meer drinken. Als je een beetje bier drinkt, gebeurt er niets met je — dat plas je er zo uit — maar kinderen drinken geen biertjes meer. Wel vodka, Licor 43 en Bacardi. Jongens bingten meer, meisjes drinken meer in. Die eerste groep wordt agressief, de tweede depressief — meisjes gaan bijvoorbeeld voor een trein staan. Niet alle verhalen komen in de media, maar de info wordt wel opgenomen in onze databases.»

U kan zelfs iets zeggen over de gezinsamenstelling van zo'n jongere.
«Ja, zo komen er relatief weinig kinderen op spoed terecht die enig kind zijn. Meestal is het de jongste van een gezin die bij ons belandt.»

Hoezet?
«Die kinderen worden wat losser opgevoed. Ze gaan vaak om met vrienden van broers en zussen. Die mogen soms ook al alcohol kopen.»

U weet ook heel goed welke schade alcohol op jonge leeftijd veroorzaakt. Die is niet min.
«In de alcoholpoli zie ik de kortertermijn-schade: kinderen die in coma binnenkomen, onderkloep, een black-out hebben, botbreuken of brandwonden omdat ze dronken een brandje willen uitpassen of een longontsteking veroorzaakt door het inademen van braaksel. Maar er is ook seksueel grensoverschrijdend gedrag. Als je als jong mesje

wakker wordt: naast een vent die je niet kent, met je slip op je enkels.»

En op de lange termijn?
«Die gevolgen zijn vooral genetisch van aard. Als jouw opa veel drinkt en jouw vader veel drinkt, heb je voor je geboorte al 5% meer kans dat ook jij meer gaat drinken dan de rest van de bevolking. Elk jaar dat je wacht met drinken, daalt de kans op veelgebruikt later met liefst 14%.»
«Nog een straf cijfer: tien jaar geleden had één op de negen vrouwen in Nederland borstkanker. Nu is dat al één op de zeven. En dat heeft alles met alcohol te maken. Dat verhoogt de kans op zeven soorten kanker, alleen weten weining dat.»

Een tiener wordt er ook dommer van.

«Later starten met drinken scheelt meer hersencellen. Tot je zeventiende à achtentwintig jaar heb je 100 miljard hersencellen aan en elke cel maakt 10.000 verbindingen met andere cellen. Te veel alcohol verstoort dat proces. Coma-uiten kan zo veel schade veroorzaken dat scholieren die intelligent of getalenteerd zijn, moeten zakken naar een lager schoolniveau. Een kinderpsycholoog heeft het bij ons onderzocht: iedere keer dat je je lam drinkt, bestaat de kans dat je tien tot vijftien IQ-punten zakt.»

Die info is weinig bekend.
«Evenmin dat je spiercellen verliest als je veel gaat drinken. 60% van de kinderen met een alcoholvergiftiging vertoont

tekenen van spierverval. Dan zeg ik: 'Bij Antwerp willen ze geen spelers die hun spiermassa kwijt zijn, hoor!' Maar de jeugd weet dat niet. Integendeel: ze zien hun sportclub drank promoten. Veel lokale verenigingen bestaan ook alleen maar omdat er in de kantine veel gedronken wordt.»

Welke rol dicht u ouders toe?

«Ze hebben veel meer impact dan ze denken, ook al doen kinderen niet braaf wat ze zeggen. Het helpt dat ze weten dat je toezicht houdt. Vraag dat ze zich na een nachte stappen bij jou melden. Geef ze een kus op de wang. Dan ruik je het. Of, en dat klinkt misschien on aardig: maak foto's van hoe je dronken kind erbij ligt, laveloos en ondergespuugd. Die foto kan je de volgende dag gebruiken om het gesprek aan te gaan.»

Amerikaanse adviseur pleit voor kankerwaarschuwing bij alcohol

Vivek Murthy, een belangrijke adviseur voor gezondheidszaken van de Amerikaanse overheid, heeft gepleit voor waarschuwingslabels voor kanker bij alcoholproducten. De consumptie van alcohol, ongeacht in welke vorm, verhoogt volgens de arts de kans op minstens zeven types kanker: borst-, darm-, slokdarm-, lever-, mond-, keel- en strottenhoofdkanker. Het is nog niet duidelijk of de toekomstige

Veel kinderen drinken thuis nachts hun eerste glas. Een proevertje, zeg maar.
«Waarom zou je kinderen thuis laten drinken?»

«Tien jaar geleden had 1 op de 9 vrouwen in Nederland borstkanker. Nu is dat al 1 op de 7. En dat heeft alles met alcohol te maken»

Omdat je dan als ouder meer controle hebt.
«Dat is een foute en hardnekkige gedachte. Stel je voor dat je kind drie weken later op een feestje is en een flesje bier krijgt aangeboden, dan denkt hij of zij ook: een slokje kan geen kwaad. Veel ouders reageren dan: 'Maar ze gaan het toch proberen.' Dat klopt, maar uit onderzoek is gebleken dat hoe meer je als ouder uitdraagt dat alcohol voor je achtienjarige niet oké is, des te groter de drempel wordt voor kinderen om het toch te doen. Tieners die neen horen, starten later met drinken en drinken minder vaak. Wees dus consequent.»

Vindt u dat ouders thuis moeten stoppen met drinken?
«Neen. Ik begin mijn betoog altijd met een foto van een biertje, en eindig met een bordje Indonesische nasi: 'Pak m'n biertje niet af bij mijn nasi.' Ik ben geen communist die zegt dat je niets mag, maar je moet normaal met alcohol omgaan: niet te veel, niet te vaak en niet op jonge leeftijd. En zeg ook niet dat je 'een wijntje heb verdiend' na een dag werken. Die link is helemaal niet gek.»

'Stop met alcohol voor jongeren' van Nico van der Lely, uitgegeven bij Fontaine, 208 blz., 18,99 euro, verschijnt op 14 januari.

Amerikaanse regering die waarschuwingslabels zal steunen. Feit is wel dat Donald Trump niet drinkt en dat Robert F. Kennedy jr. — de toekomstige minister van Volksgezondheid — al tientallen jaren alcohol heeft afgezworen. Aandelen van drankbedrijven kregen na het advies meteen een tik. Ook de Belgische advies AB InBev talmelde bijna drie procent lager. (MDK/ERE)