

Waarom is boerderijkind gezonder?

Statistieken wijzen uit dat opgroeien op een boerderij voor kinderen niet noodzakelijk alleen maar meer risico's oplevert dan 'veilig' in een Vinexwijk. Integendeel, op het gebied van allergieën en aandoeningen aan de luchtwegen is het risico op de boerderij juist alleen maar kleiner, blijkt uit onderzoek.

Hoe die verschillen precies ontstaan, daar zijn de wetenschappers nog naar op zoek, vertelt onderzoeker Dick Heederik. 'Maar stadskinderen zouden er volgens mij goed aan doen op jongere leeftijd regelmatig een tijdje op een boerderij te verblijven of in contact te komen met dieren. Af en toe een bezoek aan bijvoorbeeld een kinderboerderij of een vakantie doorbrengen op een boerencamping helpt al, stelt Heederik. Hij is als epidemioloog verbonden aan de Universiteit van Utrecht.

Heederik en zijn mede-wetenschappers verklaren het gezondheidsverschil uit de op de boerderij opgedane contacten met micro-organismen. 'Door diercontact is er meer blootstelling aan micro-organismen, bijvoorbeeld via rauwe melk. Daarnaast is er natuurlijk direct contact met dieren of gewoon door inademing van stof uit de stal. Het immuunsysteem ontwikkelt zich daardoor anders dan bij kinderen in een stedelijke omgeving. Dat gebeurt wereldwijd. Ook in Afrika vind je dat terug. Het resultaat is bijvoorbeeld minder allergieën of astma.'

Vermoedens

Het blijft tot nu toe bij sterke vermoedens. Sluitende wetenschappelijke bewijzen zijn tot dusver niet gevonden. Heederik: 'Het mechanisme is nog niet helemaal ontrafeld. Veel factoren die zorgen voor een hogere resistentie hangen samen. Het lijkt niet één 'beestje' dat het doet. Bijzonder is dat kinderen die maar enkele keren, bijvoorbeeld in de vakantie, tijd op een boerderij doorbrengen, al minder kans op astma hebben. Eenmaal ouder blijven ze die bescherming houden. Als je het micro-organisme zou vinden dat daar verantwoordelijk voor zou zijn, dan zou je daar veel aan hebben.'

Maar Heederik gelooft daar niet zo in. In ons lichaam leeft een complex aan micro-organismen, ook wel het micro-bioom genoemd. Vermoedelijk is het een samenspel van al deze organismes samen, ons lichaam en het micro-bioom. 'Interactie zorgt er voor dat we zijn wie we zijn. Op de boerderij ontwikkelt het bioom zich mogelijk anders dan in een stadse omgeving. De inwendige darmflora moet de goede samenstelling hebben, anders kun je aandoeningen ontwikkelen als astma en allergie, maar mogelijk ook andere ziekten.'

Sleutel

De afgelopen jaren is in Nederland en andere Europese landen uitgebreid onderzoek verricht onder boerderijkinderen tot zestien jaar. Gezocht wordt naar de beschermingsmechanismen die allergieën tegengaan. Maar de doorbraak is nog niet bereikt, zegt Heederik. 'Het zou mooi zijn, omdat je die sleutel dan mogelijk kunt toepassen op de algemene bevolking. Wat vast staat is dat met de toename van de welvaart, de vatbaarheid voor ziekten aan luchtwegen, zoals astma en allergie is toegenomen. Als voorbeeld noemt hij Oost-Duitsland, waar het percentage welvaartaandoeningen als allergieën en astma sterk toenam na de hereniging van de twee landsdelen. Allerlei westerse verworvenheden werden bereikbaar voor de 'Ossies', maar maakten ze ook kwetsbaarder.

Hoewel Nederland een hoge dierendichtheid kent, zijn de boeren er toch gemiddeld gezond, stelt de onderzoeker vast. 'Ze zijn goed opgeleid, roken bijvoorbeeld ook minder dan de stedeling. Toch blijven er risico's, vooral voor de ondernemer zelf. Q-koorts en besmettingen met de ziekenhuisbacterie MRSA zijn daarvan recente voorbeelden. Maar ook daar blijken boeren soms wel drager te zijn zonder er zelf veel last van te hebben. Ze hoeven zich ook als ouders geen ernstige zorgen te maken over hun kinderen, verzekert Heederik. Zo vermindert door de schaalvergroting en strengere bedrijfsprotocollen bijvoorbeeld het aantal directe contacten tussen het bedrijf en de directe woonomgeving van het boerengezin.

Flinke stappen

De Utrechtse hoogleraar denkt dat de komende jaren nog flinke stappen kunnen worden gemaakt in het onderzoek naar de oorzaak van allergieën en gezondheidsverschillen in relatie tot de omgeving. 'Op dit vlak is nog heel weinig bekend, bijvoorbeeld op het gebied van de genetische opbouw. Zo loopt er onderzoek bij kinderen die opgroeien op traditionele boerenbedrijven in de Alpen, maar ook in Finland, Groot-Brittannië, Duitsland, Nederland en Frankrijk gebeurt er het nodige.'

Heederik waarschuwt boeren en tuinders wel. 'Je moet het boerenleven op gezondheidsgebied niet alleen als hosanna zien, al is het ook weer geen ramp om op de boerderij op te groeien. Kinderen bouwen er meer weerstand op, ondanks dat ze meer kans lopen op bijvoorbeeld een dier-op-mensinfectie. Boeren en tuinders gaan steeds zakelijker met gezondheid om, stelt hij vast. Mijn advies is dan ook: je dieren en planten gezond houden is ook beter voor de mensen die ze verzorgen en er omheen leven.'