

# COCHRANE CORNER

## ROL VAN VOEDINGSSUPPLEMENTEN BIJ HET BEHANDELEN VAN COGNITIEVE FUNCTIES EN HET VOORKOMEN VAN DEMENTIE BIJ PERSONEN MET MILDE COGNITIEVE STOORNISSEN

Door Cebam, het Belgisch Centrum voor Evidence-Based Medicine ([www.cebam.be](http://www.cebam.be)) en Cochrane Belgium (<http://belgium.cochrane.org>)  
Patrick Mullie, Trudy Bekkering, Patrik Vankrunkelsven

### Vraag

Kunnen voedingssupplementen met vitamines en mineralen dementie voorkomen en/of de cognitieve functies bij personen met milde cognitieve stoornissen verbeteren?

### Context

Voordat een persoon aan dementie lijdt, kan er een presymptomatisch stadium aanwezig zijn met milde cognitieve stoornissen. Bij deze personen zijn de cognitieve tekorten groter dan deze ten gevolge van het normale verouderingsproces. Deze personen hebben een verhoogd risico op het ontwikkelen van dementie. Sommige risicofactoren op dementie zijn niet modificeerbaar zoals leeftijd, genetische factoren, familiegeschiedenis, geslacht en het syndroom van Down. Andere risicofactoren zijn modifi-

ceerbaar zoals roken, hoog bloedcholesterolgehalte, beroerte, hypertensie, gebrek aan lichamelijke activiteit, diabetes mellitus en obesitas. Vitamines en mineralen hebben veel functies in het zenuwstelsel die belangrijk zijn voor de hersenen. Supplementen met vitamines en mineralen zouden dus mogelijks nuttig kunnen zijn bij het handhaven van de cognitieve functie en het vertragen van het optreden van dementie.

### Selectiecriteria voor studies

Deze review includeerde gerandomiseerde en quasi-gerandomiseerde interventiestudies. Er werden 8 studies geselecteerd die de effecten van de vitamine- en mineraalsupplementen vergeleken met een placebo of met geen interventie. De minimale behandelingsduur was 12 weken. Primaire uitkomstmaten waren





© sudok1 / Adobe Stock

de incidentie van dementie en de algemene cognitieve functionering. Secundaire uitkomstmaten waren specifiek cognitieve domeinen, zoals geheugen en verwerkingssnelheden van gegevens, evenals levenskwaliteit, globale klinische indruk, nevenwerkingen en mortaliteit.

### Samenvatting resultaten

Vijf studies met 879 deelnemers vergeleken **vitamine B-supplementen** met een placebo. Vier studies onderzochten een combinatie van vitamine B6, B12 en foliumzuur en één studie onderzocht foliumzuur alleen. Geen van de studies gingen de incidentie van dementie na en over het effect op de algemene cognitieve functionering zijn we onzeker omdat de kwaliteit van bewijs zeer laag was. Het toedienen van B-vitaminen gedurende 6 tot 24 maanden heeft waarschijnlijk geen of weinig effect op het geheugen, de verwerkingssnelheid van gegevens en de levenskwaliteit (matige zekerheid). Er waren geen gegevens over mortaliteit.

Eén studie met 516 deelnemers vond geen effect van een hoge dagelijkse dosis van **vitamine E-supplementen** gedurende 3 jaar op de progressie van milde cognitieve stoornissen. Deze studie rapporteerde eveneens geen significant effect op de algemene cognitieve functie, het episodisch geheugen of de verwerkingssnelheid van gegevens (lage zekerheid). Eén studie met 256 deelnemers vond geen effect van de **combinatie van vitamine E- en vitamine C-supplementen** op het geheugen en de verwerkingssnelheid van geheugen (lage bewijskracht).

Eén kleine studie met 26 deelnemers onderzocht het effect van **chromosupplementen**. Deze studie was te klein om besluiten uit te trekken.

### Conclusie

De hoeveelheid en kwaliteit van de wetenschappelijk evidentie in verband met vitamine- en mineraal-suppletie bij personen met milde cognitieve stoornissen is beperkt. Momenteel is het dan ook niet duidelijk of en welke supplementen dementie kunnen voorkomen en/of de cognitieve functies bij personen met milde cognitieve stoornissen kunnen verbeteren.

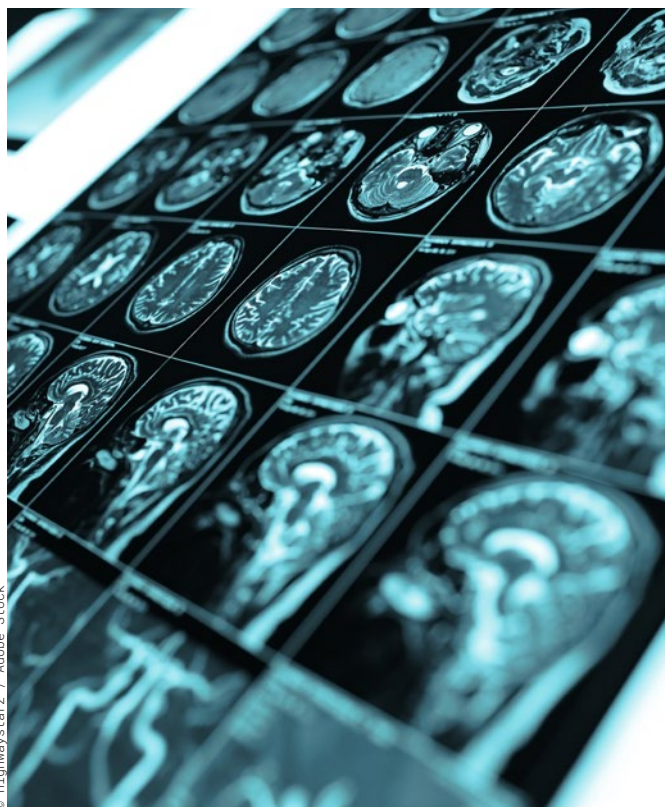
### Implicaties voor de praktijk

Vitamine- en mineraal-supplementen hebben momenteel geen plaats in de behandeling van personen met milde cognitieve stoornissen. Er is voorlopig geen enkel bewijs dat ze het risico op dementie verlagen of het geheugen of denkvermogen verbeteren.

### Referentie

McCleery, J. et al. (2018). Vitamin and mineral supplementation for preventing dementia or delaying cognitive decline in people with mild cognitive impairment. Cochrane Database of Systematic Reviews. 11. Art. No.: CD011905. DOI: 10.1002/14651858.CD011905.pub2.

Raadpleeg de volledige tekst van deze Cochrane review via de Cebam Digital Library for Health ([www.cebam.be/nl/cdlh](http://www.cebam.be/nl/cdlh) of [www.cebam.be/fr/cdlh](http://www.cebam.be/fr/cdlh)).



© highwaystarz / Adobe Stock