

## REDUCE-PDS

### Behandeling met pepermuntoliecapsules

U heeft als één van de behandelingen van uw PDS gekozen voor behandeling met *pepermuntoliecapsules*. In REDUCE-PDS is het enige geregistreerde geneesmiddel met pepermuntolie gebruikt: Tempocol® met een maagzuurresistente coating.

Voor een goed begrip van deze behandeling is het van belang dat u de algemene informatie leest, die u gekregen heeft. Hierdoor krijgt u inzicht in de vele mechanismen die bij PDS een rol spelen. U begrijpt dan beter waarom vezels soms goed kunnen helpen. Deze informatie is ook aan uw huisarts gestuurd om hem/haar in te lichten over de achtergrond en wetenschappelijke kennis die aan deze behandeling ten grondslag ligt. De literatuurlijst aan het einde is bedoeld om uw huisarts en de geïnteresseerde lezer nader te informeren.

Behandeling met pepermuntoliecapsules valt in de categorie: Behandeling *met* pillen.

#### Wat is pepermuntolie?

Pepermuntolie wordt bereid uit een extract van gedroogde bladeren van de pepermuntplant (*Mentha piperita* en *Mentha avensis*). De belangrijkste component is het bestanddeel (levo)menthol, een stof met krampwerende werking en intensieve reuk en smaak. Pepermuntolie bevat 35 tot 60% menthol. Naast het natuurlijk extract kan menthol ook synthetisch gemaakt worden.

#### Wat doet pepermuntolie?

Menthol wordt gebruikt als smaakmiddel in gebakken producten, thee, pepermuntjes, desserts en allerlei snoepjes. Maar menthol vindt als aangenaam verkoelend product ook toepassing in tabak, zepen, shampoo, zalfjes, huidcrèmes, tandpasta, scheerschuim en andere cosmetica artikelen. Pepermuntolie heeft daarnaast een antibacteriële werking. Dat is de reden waarom het bij verschillende industriële toepassingen gebruikt kan worden tegen bacterie- en schimmelgroei.

#### Pepermunt als geneesmiddel

Naast industriële en cosmetische toepassingen zijn er ook talrijke toepassingen beschreven voor medisch gebruik. Zo zou het nuttig zijn bij menstruatiekrampen, griep, neusverkoudheid, spanningshoofdpijn, opgeblazen gevoel en winderigheid. Wetenschappelijk bewijs hiervoor is er niet. Maar er zijn meer medische toepassingen beschreven. De werking lijkt te berusten op het verminderen van spierspanning van glad spierweefsel in ons lichaam. In hoeverre er ook vermindering van het (overgevoelige) autonome zenuwstelsel optreedt is niet bekend. Het belangrijkste effect is dat verschillende klachten als opgeblazen gevoel, krampen en pijn kunnen verminderen. Al tientallen jaren wordt pepermuntolie aanbevolen voor de behandeling van PDS. Aanvankelijk was er ondanks de beschreven werkzaamheid bij PDS weinig gedegen onderzoek gedaan en gepubliceerd. Maar de laatste jaren zijn er meerdere goede studies verschenen die pepermuntolie vergeleken hebben met een placebo. In een overzichtsartikel waarin in totaal 400 patiënten werden geanalyseerd bleek dat 74% van de patiënten met pepermuntolie verlichting van de klachten had terwijl maar 35% van de

placebo-patiënten verbeterde. Het verschil is significant. Het aantal patiënten dat je moet behandelen om bij een patiënt succes te hebben is 2,5 (NNT Number Needed to Treat). Voor PDS behandelingen een heel laag (dus gunstig!) getal.

(Ref.: Wu. *Complementary and Alternative Medicine Modalities for the Treatment of Irritable Bowel Syndrome: Facts or Myths? Gastroenterol Hepatol (N Y)*. 2010; 6: 705.)

Omdat de werking van pepermuntolie vermoedelijk berust op het verslappen van glad spierweefsel van onder andere het maagdarmkanaal, wordt het ook steeds vaker gebruikt om de beweeglijkheid (motiliteit) van maag en darmen te verminderen wanneer er een scopie gedaan moet worden van de maag of de dikke darm. Omdat menthol ook een antibacteriële werking heeft is het theoretisch ook nog mogelijk dat de microbiota (samenstel van alle bacteriën in dunne en dikke darm) beïnvloed wordt en dit daardoor verlichting van de klachten geeft. Dit is echter nooit onderzocht. Bijwerkingen van pepermuntolie zijn zeldzaam. Als belangrijkste worden beschreven incidenteel zuurbranden en jeuk van de anus.

## Behandeling van PDS met pepermuntolie

Tempocol is het geneesmiddel dat in REDUCE-PDS gebruikt is. Omdat de werking van menthol vermoedelijk berust op het verminderen van spanning van het gladde spierweefsel van de darmen moet het daarvoor lokaal met de darmwand in contact komen. De Tempocol capsules hebben een coating die bestand is tegen maagzuur om te voorkomen dat de menthol al in de maag wordt vrijgegeven. In de dunne en dikke darm is er een hogere pH (zuurgraad > 6.8) die ervoor zorgt dat de coating langzaam oplost en de menthol lokaal in de wand van de darmen ontspanning en verlichting kan geven. De grafiek toont de afgifte van menthol na inname. Een Tempocol capsule bevat 182 mg pepermuntolie. De dosering is gebruikelijk 3 maal daags 1 capsule een half uur voor de maaltijd. Bij ernstige klachten kunnen er driemaal daags 2 capsules genomen worden. Het voordeel van pepermuntolie is dat het snel werkt. Het kan dus ook op zo nodig basis gebruikt worden. Naast Tempocol zijn er meerdere producenten die pepermuntolietabletten of -capsules leveren. Geen van hen heeft echter een goede maagzuurresistente coating. Deze producten zullen derhalve al in de maag uiteenvallen en alleen daar werkzaam zijn. Het ontspant dan de spieren van de maag en de slokdarm en kan daarom klachten van zuurbranden en opboeren veroorzaken. Om deze reden wordt ook geadviseerd om Tempocol ½ uur voor de maaltijd in te nemen.

## Restklachten

Het is heel goed mogelijk dat de behandeling met pepermuntolie succesvol blijkt te zijn, maar dat er nog wel klachten overblijven. Wanneer een behandeloptie wel deels effectief blijkt maar niet alle klachten oplost kan er later eventueel ook gekozen worden verschillende behandelopties te combineren. Daarnaast is het helaas zo dat niet altijd alle klachten van PDS kunnen worden opgelost en dat u een deel hiervan zult moeten accepteren.

## Literatuur

Voor aanvullende informatie voor u en uw huisarts voegen we hier een korte lijst van boeken en artikelen toe.

Behandeling-specifiek

- Rupertino, de Wit, Muris. Bulking agents, antispasmodics and antidepressants for the treatment of IBS. Cochrane Database Syst Rev 2011;10:CD003460
- Ford. Effect of fibre, antispasmodics, and peppermint oil in the treatment of irritable bowel syndrome: systematic review and meta-analysis. BMJ. 2008; 337: a2313
- Wu. Complementary and Alternative Medicine Modalities for the Treatment of Irritable Bowel Syndrome: Facts or Myths? Gastroenterol Hepatol (N Y). 2010; 6: 705.

Algemeen

- DarmEHBO. Een nuttig boek voor patiënten met chronische darmklachten. Tevens meer dan 100 tips en recepten. Huiskamp en Lebbink. Solide boeken. [www.darmehbo.nl](http://www.darmehbo.nl)
- PDS Belangenvereniging, [www.pdsb.nl](http://www.pdsb.nl)

**Vragen en contact**

Heeft u vragen naar aanleiding van de informatie? Neem contact op met de polikliniek Maag, darm- en leverziekten (MDL) ☎ **(036) 868 8616** (bereikbaar van 8.30 - 17.00 uur).