

[Transcript] DS Vandaag / Hoe verstandig is het om af te vallen met Ozempic?

Dit is Vandaag, de dagelijks podcast van de standaard. Ik ben Alexander Lippenveld.
Diabetes medicijn OZEMPIK veroverde in enkele maanden tijd de afslankmarkt.
Het middel dat je eenmaal per week met een injectie toedient, zorgt voor serieus gewichtsverlies.
Sociale media als TikTok staan nu vol met getuigenissen over OZEMPIK.
En het is nu zo populair dat Belgische apothekers met tekortenkampen.
Wat doet het medicijn nu eigenlijk met je lichaam?
En is het echt een goede oplossing om af te vallen?
In mijn tienertijd had ik nog niet zoveel gewichtsprobleem.
Als ik kijk gewoon slankt, ik sport ook nog heel veel toen.
Maar dan in mijn studententijd is dat eigenlijk gaandeweg veranderd.
Ben ik heel veel beginnen bijkomen.
Als ik ben gaan alleen wonen nog.
En ik wil ons recht aangevlogen.
Dus op mijn 24, 25 jaar had ik echt overgewicht.
En ben ik eigenlijk voor het eerst moeten beginnen met die eten.
We luisteren naar Evie Messagier.
Zij getuigde bij onze collega Finn over haar moeilijk vermageringsproces.
En ze vertelt hoe OZEMPIK voor haar uiteindelijk de oplossing was.
Dat is met een dietistketo die het geweest.
Dat is van alle verschillende diëten zijn dat geweest.
En ik bleef gewoon op gewicht naarmater dat je ouder wordt.
Want ik word nu 43 volgende maand.
Is dat ook altijd moeilijker.
Om met diezelfde diëten diezelfde kilo's eraf te krijgen.
Tot ik vorig jaar eigenlijk helemaal vast zat.
En in de Corine loog zei echt,
doe nog zo twee jaar voort.
En je hebt diabetes type 2 op je 45 jaar.
En dan met de rest van je leven medicatie nemen.
Dat zag ik natuurlijk helemaal niet zitten.
Maar om die suiker te doen zakken,
moet je eigenlijk echt een diet volgen.
Je moet echt van het zekeren dat buik verterelijk af.
En dan wordt je suiker vanzelf blijkbaar beter.
Maar dan omdat ik al zo'n trachmetabolisme heb,
werd ik op een diet van 900 calorieën per dag gezeten.
Dat is echt heel weinig.
Het zijn heel kleine porties.
Dat je dan zismaal per dag of zo'n heel kleine portie eet.
Ik was eigenlijk ook wel zo'n beetje diet moe.
Ik zag dat eigenlijk echt niet zitten.
Ik zit juist omdat ik al zo'n twee maanden vrijstring gediëet had.
En dat had totaal geen effect gehad.
Dus ik ben eigenlijk echt op die consultatie binnen weinig.

Ik zie dan niet zitten.
En dan moet ik dat doen.
En dan is het superweinig.
En weer al.
En dat lukt niet goed.
En dan heeft mijn IndoCrinoloog eigenlijk aangeboden.
Dat is hij van ja, je kunt wel ozempik gebruiken.
Dat gaat u helpen bij de afvallen.
En ik heb dat aangenomen
omdat ik echt die support wel kon gebruiken
bij zo'n superstring diet eigenlijk.
Maxi, jij kerstwetenschapsjournalist bij de standaard.
Jij verdiepte je in het medicijn ozempik.
En je sprak ook met enkele mensen die het gebruiken.
Waarom wou je je in dit onderwerp verdiepen?
Wel, ik moet eerlijk zeggen
dat ik er voor het eerst van had gehoord
toen collega's twintig jaar erover vertelde
dat ze het hadden zien passeren op TikTok.
En mijn eerste reactie was
is dat nu hetzelfde zoals het is tijds
hydroxychloroquine.
In het malaria-middel tegen COVID.
Ja, ja, ja, ja.
En het is dan nu weer zoiets van de pot gerukt.
En ik had er eigenlijk helemaal geen zin in om daarna te kijken.
Omdat ik dus vreemd zou dat de mensen hetzelfde verhaal zou zijn.
Maar uiteindelijk ben ik er dus toch eens naar gaan kijken
omdat ook de kranten stonden er vol van.
Dat die diabetespatiënten het niet meer kregen.
Ik ga er toch eens naar kijken.
En ik moet wel zeggen dat ik verrast was.
Omdat het toch echt wel iets is
dat nieuwe zijn, veel belovend is.
Ja, oké. Het bijzondere is dat ozempik zo populair is geworden
als vermageringsmiddel.
Maar het is daar niet voor bedoeld, he, oorspronkelijk?
Tussen zeggen, het is oorspronkelijk op de markt gebracht
als diabetesmedicijn.
De deensefarmareus Novon Mordisk
heeft het geneestmiddel ozempik voor die ziekte laten goedkeuren.
En daarvoor zit het dus ook op de markt.
Ik ga nu een beetje uitleggen hoe dat werkt
en dan ben je helemaal mee waarom dat het voor diabetespatiënten is.

[Transcript] DS Vandaag / Hoe verstandig is het om af te vallen met Ozempic?

In ozempik, dat is eigenlijk een spuitje dat je één keer een week in de buik zet bij jezelf dan zit een stof die heet semi-glutide. En semi-glutide lijkt op een hormoon dat we normaal gezien in het darm aanmaken, allemaal. En dat hormoon heet GLP1. En zodra dat er voedsel in de darm arriveert en dan vooral cohydraten, wordt dat hormoon aangemaakt GLP1. En dat hormoon geeft de alveesklier of pancreas het signaal om dus insulin aan te maken. Dus semi-glutide imiteert eigenlijk GLP1. En op die manier helpt ozempik semi-glutide de diabetespatiënten om de succespiegel onder controle te houden. Maar semi-glutide of GLP1 die doen ook nog andere dingen in het lichaam. Die geven ook de hersenen het signaal. Het is bijna tijd om te stoppen met eten. De verzadiging is nabij. Wat ook eigenlijk een heel logisch proces is. Dus als er etende darm arriveert, dat de hersenen het signaal krijgen. En semi-glutide of ook dat lichaams eigen hormoon GLP1 zorgt er ook voor dat de maag minder snel wordt legemaakt. Dus dan krijg je dat gevoel dat je vol zit. Dus eigenlijk als je wilt afvallen, dan gebruik je dit gewoon om je hongergevoel te onderdrukken en dan kan je bijvoorbeeld maar duizend calorieën per dag eten of zo iets. Ja, dus het is eigenlijk zo dat de laatste jaren en de laatste decennium allemaal duidelijker werd. Dat dus die hormonen die dus ook in de darm worden aangemaakt dat die een heel belangrijke rol spelen bij die ja, zeer belangrijke regelingen van van nemen je verzadigd. Wanneer hoeft het niet meer? Wanneer heb je het gevoel van het is oké nu, je kan stoppen met eten. En bij mensen met obesitas, dus mensen met een BMI boven de 30, is dat wel eens ontregeld, dat hele systeem. En hen kan het helpen om dus via semenglutide dat proces te imiteren en hen het gevoel te geven dat ze eigenlijk geen appetiteid hebben. Dat helpt natuurlijk om weinig te eten. Is dit nu echt de eerste medicijn van een nieuwe generatie,

medicijnen die dit kan doen?

Dus er wordt al decennia gezocht naar medicijnen die mensen helpen op af te vallen, omdat natuurlijk, ja, het spreekt ook heel erg tot de verbeelding, maar de medicijnen hadden vroeger waren, die werkte op een compleet andere manier, dus bijvoorbeeld door de verbranding aan te zwengelen, maar die hadden vaak ook heel erg bijwerkingen zoals hartproblemen, mensen vielen dan wel af, maar ze zaten dan wel met hartritmestoornissen en dat kan natuurlijk ook niet meer zijn. Semenglutide, wat is in Orzempik zit, is het eerste geneesmiddel op de markt, dat echt ingrijpt op die hormonale processen van die darmhormonen en dat ingewerkt op het gevoel van verzadiging en dat je vol zit. Het is het eerste, want er zit er heel veel in de bijplein. Dus nu hebben we, semenglutide, dat imiteert eigenlijk één specifiek darmhormoon. Er zitten nu nog minstens twee andere aan te komen die zelfs twee hormonen imiteren of zelfs drie en die zelfs nog krachtiger zouden kunnen zijn. Ze zijn nog niet geregistreerd, ze zijn nog niet goed gekeurd van de markt, maar er zit ook nog wel aan te komen. Dat is het eerste van die generatie, waar we dus echt nog wel meer van gaan zien en waar dus ook de farmabedrijven onzettend op inzetten. Orzempik is een diabetesmedicijn, maar het wordt nu ook gebruikt door veel mensen die geen diabetes hebben. Is dat wel oké? Wel, het antwoord is eigenlijk ja. In de zin dat de stof in Orzempik, semenglutide, werd vorig jaar door het Europees Geneesmiddelenagentschap ook goed gekeurd voor de behandeling van obesitas. En nu komt het. Orzempik is op de markt als diabetesmedicijn, dus de melk naam Orzempik is eigenlijk geserveerd voor die spuitjes die diabetespatiënten mogen zetten. En diezelfde stof zit in een ander medicijn, Wegovi.

En wegovi, met die identieke stof,
is goed gekeurd voor mensen met overgewicht.
Oké, ja.
Dus er is niets gek aan
dat artsen dit geneesmedel Orzempik
voor schrijven voor mensen met overgewicht.
Maar op dit moment is in België alleen Orzempik op de markt
en wegovi nog niets.
Dus een afwachting dat wegovi, de markt is,
behelpt artsen zich dus met Orzempik.
Maar dus doordat er nu zo'n hype rond is
en veel mensen er over horen,
is er ook veel meer belangstelling voor
en is er ineens een tekort aan Orzempik
en zijn er ook oproepen om die spuiten
voor te behouden voor mensen met diabetes.
Wat ook ergens logisch is,
want Orzempik is een diabetesmedicijn,
anderzijds is het ook niet gek
dat artsen het voor mensen met overgewicht voorschrijven,
want het gaat over dezelfde stoffen,
dus dat is er ook voor goed gekeurd.
Dus het is geen cowboy genees kunnen.
En wanneer wordt wegovi dan wel toegelaten
op de Europese markt?
Het is al een aantal EU-lidstaats op de markt,
maar nog niet in België.
En wat ik heb begrepen van het Federal Geneesmedel Agentschap
is dat die markt in trede niet meer voor dit jaar is.
Dus dat zal een eerder vervolgend jaar zijn.
En dat de kort van Orzempik blijft dan nog even aanslepen?
Wat ook van verwacht,
dat dat ook nog tot eind dit jaar duurt.
Ja, oké.
En kan elke België-middelen gewoon vrij verkrijgen
bij de apotheek?
Nee, je kunt Orzempik
en straks dus ook wegovi alleen verkrijgen
als je een voorschrift hebt van de dokter.
Nu is het wel zo
dat dus op dit moment ook mensen met overgewicht
al Orzempik krijgen,
maar ze moeten daar wel uit eigen zak betalen.
Dus het wordt wel terugbetaald

voor personen die diabetes hebben,
maar niet voor personen met overgewicht.
Dus die moeten dan 100 euro per maand
voor vier spuitjes zelf betalen.
Ja, 100 euro per maand,
ja, als je daarmee grondig afvalt,
dan is het wel waard natuurlijk
als je echt met een serieus overgewicht kan.
Wel, ja, ik denk dat er twee belangrijke zaken
over te zeggen zijn.
De eerste, er zijn dus blijkbaar
echt wel mensen die wil rijt zijn
om dat te betalen,
wat ook echt wel wijst op de nood.
En dan zeggen artsen die,
obeseet als patiënt ook behandelen,
die zeggen ook,
we hebben hier geen patiënten die nog
niets hebben geprobeerd,
die zeggen, ik wil gewoon gemakkelijk
en snel afvallen.
Dat zijn vaak verhalen
van jaren, lange pogingen
om via dieten en sporten af te vallen.
Dus je voelt dat daar niet rote nood is
en dat mensen daarom bereid zijn om het te betalen.
Ja.
Dat is punt één.
Punt twee, het is wel
een geneesmiddel
dat je vaak moet blijven nemen,
want als je wekelijks die spuit zit,
verlaag je je appetijt,
eet je minder,
maar als je daarmee stopt,
dan is de effect ook weg.
Dus reken maar uit,
100 euro per maand op jaren basis
is daar best voor veel geld.
Ja.
En als je zegt,
het is een chronische behandeling,
dan gaat dat wel op termijn wel veel geld kosten.
Dat het veel geld kost,

dat beaamt ook Evie,
die we aan het begin van deze podcast al hoorden.
Voor haar was Ozempic slechts
een tijdelijk hulpmiddel.
Ik gebruik na al lang niet meer,
Ozempic,
dus ben ik januari met dat die heet begonnen
en ik heb dat ongeveer
tot einde april gebruikt
en in die periode ben ik 15 kilo
afgevallen
en dan ben ik daarmee gestopt.
Want,
dat was mijn doel.
Dat kost ook veel geld
en dat kost 100 euro per maand eigenlijk.
Ik wil ook niet
heel mijn leven in medicatie gebruiken.
Ik wil dat op eigen kracht te kunnen,
maar ik vind wel,
doordat al die kilo's er al af waren,
ze zijn super gemotiveerd.
Je hebt ook al heel veel
terug bijgeleerd over eten
en hoe je met dat eten kunt omgaan.
En je lukt het ook veel beter
om van daaruit
dat vol te houden
en op gewicht te blijven,
vind ik persoonlijk.
Goed, Maxi,
zelfs al heb je 100 euro per maand
over voor een wekelijkse spuit Ozempic,
dan kom je er nog niet.
Je moet daarnaast ook
gezond eten en een voldoende bewegen, denk ik.
Zo is het ook onderzocht.
Daar wijzen, artsen, ook echt wel op.
Je mag het niet zien
als je zit een spuitje
en dat is allemaal een orde.
Het is onderzocht op patiënten
die samen met die spuitjes
ook advies kregen over hun levensstijl,

dus over hun voeding
en ook over bewegen.
Je moet ook meer rekening houden
als je ineens genoeg hebt aan mini-persies
en je bent blij mee
dat je genoeg hebt aan mini-persies.
Je moet wel zien
dat je nog voldoende vitamine
binnenkrijgt,
dat je voldoende eiwitten krijgt,
zodat je die spiermassa verliest.
Dus om dat nu op eigen houtje te doen,
lijkt me niet zo'n slimplan.
Ook Evie zegt dat er meer bij komt kijken
dan een simpel prikje ozempik.
In de media, of op TikTok gezicht wordt van
je moet gewoon dat spuitje zitten
en dat valt er vanzelf of geen enkel probleem aan mij.
Zo is het ook gemakkelijk.
Zo moet er ook niks voor doen.
Maar dat is helemaal niet waar.
Of toch niet in mijn geval.
Ik moest nog altijd elke dag
manen aan een stuk
dat die eet van 900 calorieën
volgen in sport
en bewegen.
Dus dat is zeker niet
dat je dat voor niks krijgt.
Toch circuleren op TikTok al
heel wat filmpjes van mensen
zonder overgewicht
die ozempik gebruiken
om snel enkele kilo's kwijt te geraken.
Vooral Hollywood celebrities
worden ervan verdacht.
Veel mensen doen het nu
en het is een soort controversiaal
en populair ding.
Ozempik?
Ja.
En je wilt ozempik?
Ja.
Wat huiswijk is het

op ozempik?

Niet één.

Maxie is wel veilig

om ozempik te gebruiken

als je geen overgewicht hebt.

Het is op die groep in elk geval

niet getest.

We weten niet of het wel veilig is

om te gebruiken

als mensen een normale BMI hebben.

Want je blijft natuurlijk wel

een stof

die een hormoon imiteert.

Dus je schrijft echt wel in

op zeer fragiele processen ook.

Dus we hebben geen duidelijkheid

ten eerste of het echt

werkzaam is in die groep.

Mensen zeggen van wel.

Maar ja, bon,

het is niet op duizenden mensen

in gecontroleerde studies getest.

Het is ook niet onderzocht

wat het doet

als je gewoon dat spuitje zit

en je let eigenlijk

niet verder op je eten.

Maar het is mij eigenlijk helemaal niet duidelijk

hoeveel mensen

met een normale gewicht

bijvoorbeeld in België dan nu gebruiken.

Toen we op de website van de standaard

een oproep plaatste

om te horen wat ervaringen zijn

van mensen die ozempik gebruiken

dan kregen we eigenlijk vooral

meldingen van mensen

met overgewicht.

En ook als ik kijk

in Facebookgroepen

waar mensen tips uit wisselen

rond afvallen met ozempik

dat gaat over mensen met overgewicht.

Dus het is mij niet duidelijk

of dat dat niet vooral
een Amerikaans fenomeen is
of dat dat ook bij ons speelt.
Goed, het klinkt allemaal wel
veelbelovend zeker voor mensen
die met medische problemen kampen
is dit dan de oplossing voor
ja, de obesitas pandemie
zoals het wel is omschreven wordt.
Wel, we zitten wel echnend
een probleem wat overgewicht
en obesitas betreft
hebben recent
nog de nieuwe cijfers gehad
over de Vlaamse jongeren
waar overgewicht sterk is toegenomen
er minder wordt bewogen
er ook minder jongeren
elke dag ontbijten
elke dag groenten en fruit eten
dus we zitten daar echt wel met een probleem
en obesitas en overgewicht
voor ons haak ook echt wel
heel veel kosten
voor onze gezondheidszorg
uitval op het werk
enzovoort enzovoort
dus dat moet iets gebeuren
maar het is nog nergens
ter wereld gelukt
om het tijd te keren.
Nu zijn dus artsen wel heel enthousiast
over dit geneesmiddel
omdat uiteindelijk voor het eerst iets is
wat echt wel effectief is
en wat relatief veilig is
we zitten wel met een geneesmiddel
dat bijwerkingen heeft
veel mensen die het nemen
klagen over misselijkheid
over overgeven
diarree
nu wordt ze als ook onderzocht
of dat er een link is

met zelfmoord gedacht
dus het is echt wel
niet iets om te zeggen
het is wenselijk
dat straks de helft van de bevolking
elke week ozempik spuit
en vooral ook
het is een geneesmiddel
dat pas op het einde van de rit
komt
als mensen echt
overgewicht hebben
of zelfs op bezig zijn
en dezelfde artsen
die eigenlijk zeer enthousiast zijn
als ze nu een extra wapen hebben
in de strijd tegen obesitas
die zeggen ook
we moeten daar wel over nadenken
hoe het zover is kunnen komen
en dan moeten we wel iets aan doen
want je hebt aan de ene kant
heb je een omgeving
of leven in een omgeving
die
hoe je het draait of keert
ongezond is
je kunt overal
goedkoop aan
ongezonde voeding geraken
en gaan we dan allemaal
een quick fix oplossen
met een spuitje
dat kan ook in de groen zijn
dat doet soms een beetje denken
aan ook de discussie over klimaat
gaan we nu
een technische oplossing zoeken
om koolstof uit de lucht te halen
of gaan we echt ons gedrag aanpassen
het is een beetje zo hetzelfde van
willen we een quick fix
of durven we ook iets te veranderen
aan

de manier hoe we leven
en hoe dat ook onze omgeving is
het is een beetje dezelfde discussie
ja, absoluut
Maxie Eckert, dank je wel
dit was vandaag
de dagelijkse podcast van de standaard
bedankt voor het luisteren
volg ons op Spotify, Apple podcast
of één der welk ander podcast platform
en onze gratis FDS podcast
kan je niet alleen ons werk beluisteren
maar ook de beste podcasttips
terugvinden
alle credits van de podcast die je netwoordde
vind je op standaard.be
het Schijne Streep podcast
reageren kan via podcastatstandaard.be