

Thordardottir M, Lindqvist EK, Lund SH, et al. Dietary intake is associated with risk of multiple myeloma and its precursor disease. PLOS ONE, November 1 2018.

Tot nu toe is er geen onderzoek geweest naar de relatie tussen voeding en MGUS<sup>1</sup> of LC-MGUS. Het ontstaan van een multipel myeloom altijd verloopt via MGUS. Het doel van dit onderzoek was de vraag of er voedingsfactoren zijn met een relatie tot het ontstaan van MGUS en LC-MGUS. De gegevens werden verzameld uit bestaande informatie uit eerder gedane onderzoeken over de voedingsgewoonten tijdens de adolescentie (14-19 jaar) en volwassen leeftijd (40-50 jaar). De huidige voedingsgewoonten werden verzameld via een 3-daags voedingsdagboek. Er werd gevraagd naar het gebruik van een aantal voedingsmiddelen en hoe vaak deze werden gegeten. De gemiddelde huidige leeftijd van de deelnemers was 77 jaar. Bij 300 mensen werd MGUS vastgesteld en bij 275 mensen LC-MGUS. Bij 5150 deelnemers werd geen MGUS/LC-MGUS gevonden.

Uit de analyses bleek dat het eten van fruit meer dan 3 keer per week tijdens de adolescentie was gerelateerd aan een lager risico op MGUS in vergelijking met de mensen die minder dan 3 keer per week fruit aten. Andere voedingsmiddelen hadden geen relatie met het ontstaan van MGUS. Het eten van volkorenbrood minstens 5 keer per week op volwassen leeftijd werd gerelateerd aan een lager risico op MGUS in vergelijking met mensen die minder dan 5 keer per week volkorenbrood aten. Er waren geen andere voedingsmiddelen met een relatie tot MGUS op volwassen leeftijd. De onderzoekers zijn van mening dat voedingsgewoonten de oorzaak van MGUS lijken te kunnen beïnvloeden, evenals het ontstaan van een multipel myeloom. Het lijkt er op dat het voldoende eten van fruit tijdens de adolescentie en volkorenbrood op volwassen leeftijd het risico op MGUS lijken te beperken. En dat een hoge fruitinname op oudere leeftijd het risico op ontwikkeling van MGUS naar een multipel myeloom lijkt te verminderen. Verder onderzoek is nodig om de rol van voedingsgewoonten te bevestigen.

<sup>1</sup> MGUS is de afkorting van Monoclonal Gammopathy of Unknown Significance. En LC-MGUS is een onlangs geclassificeerd subtype. Wanneer de antistoffen zijn gericht op de zenuwen kan er een neuropathie ontstaan. De kans op de ontwikkeling richting een multipel myeloom, amyloïdose of een vorm van lymfeklierkanker is erg klein.