

Informatie voor proefpersonen
Jongens van 8 t/m 10 jaar

Onderzoek naar voeding en ADHD

ADHD kan verminderen door een dieet. Hoe kan dat?
Dat onderzoeken we tijdens de BRAIN-studie!



Informatie voor proefpersonen

Deze folder gaat over de BRAIN-studie. De BRAIN-studie is een wetenschappelijk onderzoek dat wordt uitgevoerd door de Wageningen Universiteit. We willen je graag uitleggen wat dit onderzoek inhoudt. Misschien dat je na het lezen wel graag mee wilt doen.

ADHD en voeding

Kinderen met ADHD zijn vaak druk. Ook vinden ze het vaak lastig om zich te concentreren. Helaas weten we nog niet goed hoe ADHD ontstaat bij kinderen. Wel weten we dat ADHD bij sommige kinderen kan verminderen door een dieet. Deze kinderen kunnen rustiger worden en zich beter concentreren als ze bepaalde dingen niet meer eten. In dit onderzoek willen we te weten komen hoe dit komt.

Het dieet

Als je mee gaat doen aan dit onderzoek moet je dus een dieet gaan volgen. Eerst mag je een week wennen aan het dieet, daarna volg je 5 weken het echte dieet. Je krijgt precies te horen welke dingen je wel en welke dingen je niet mag eten. Het kan zijn dat je sommige dingen die je heel lekker vindt niet meer mag eten. Hierdoor is het dieet misschien moeilijk om vol te houden, maar het is wel belangrijk dat je je er heel precies aan houdt. We hopen dat het dieet je helpt om rustiger te worden en je beter te kunnen concentreren.

Meedoen

Als jij en je ouders mee willen doen, dan moeten we eerst kijken of je geschikt bent voor het onderzoek. Eerst komen je ouders alleen naar Wageningen, dan spreken we het hele onderzoek door en worden allerlei vragen gesteld. Daarna kom je samen met je ouders naar Wageningen. Je praat, samen met je ouders, met de kinderarts over het onderzoek. Als je nog vragen hebt kun je die aan de kinderarts stellen. Als je mee wil doen aan het onderzoek, dan zet je, net als je ouders, je handtekening. De kinderarts kijkt ook of je gezond bent, en hij meet je lengte en gewicht. Daarna ga je een aantal computertaken doen, in een nep-hersenscanner. Dit is om alvast te oefenen voor als je mee gaat doen aan het onderzoek. Misschien moet je ook nog een andere test doen. Als dat allemaal goed gaat, en als je nog steeds wilt, dan mag je meedoen aan het onderzoek. Je gaat dan dus het dieet volgen.

Hoe gaan we kijken wat het dieet doet?

Om te kijken wat het dieet met je doet, gaan we je ouders een aantal vragen stellen over je gedrag. Maar vooral willen we graag weten wat er in je lichaam verandert als je het dieet volgt. Hoe komt het dat sommige kinderen die een dieet volgen rustiger worden en zich beter kunnen concentreren? Dat willen wij heel graag onderzoeken tijdens de BRAIN-studie.

We hebben daarvoor allereerst een klein beetje poep en plas nodig. Samen met je ouders verzamel je dit van tevoren zelf. Jullie krijgen van ons handige spullen mee om dit te verzamelen. Ook krijg je een dagboek waarin je elke dag aan kan kruisen hoe je poep eruitziet.

Daarna kom je samen met je ouders twee keer naar ons toe, dus naar de Wageningen Universiteit. Je komt een keer vóór het dieet, en een keer na het dieet. Dan gaan we het volgende doen:

- We hebben allereerst een beetje slijm van de binnenkant van je wangen nodig. Dat verzamelen we met een wattenstaafje, dus dat doet geen pijn.
- Ook willen we een klein beetje bloed prikken. Dat kan soms een beetje pijn doen, maar het gaat ook snel weer over. Als je dat fijn vindt, dan kunnen we een pleister met pijnstillende zelf op je arm plakken voordat er bloed geprikt wordt. Dan doet het minder pijn.
- Je maakt een taak op de computer.
- Ook willen we graag onderzoeken of het dieet een effect heeft op je hersenen. Hiervoor maak je een aantal taken terwijl je in een scanner ligt. Dit duurt ongeveer een half uur. Je hebt een scherm boven je hoofd waarop de taken worden getoond. Ondertussen maakt de scanner plaatjes van je hersenen. Hier merk je zelf helemaal niets van en het doet ook geen pijn. Na de laatste keer krijg je een foto van je eigen hersenen mee naar huis!

In totaal moet je dus 3 keer naar Wageningen komen, samen met je ouders. Dat is meestal onder schooltijd, dus tijdens het onderzoek zal je een paar halve of hele schooldagen missen. Je mag altijd stoppen met het onderzoek zonder dat je aan ons hoeft te vertellen waarom.

Vragen?

Als je nog vragen hebt dan kun je die altijd aan ons (de onderzoekers) stellen door ons te bellen of door een e-mail te sturen.

Het BRAIN-team

E-mail: adhd@wur.nl

Telefoonnummer: 0317-488906 / 0317-486302





Dossiernummer BRAIN-studie: NL63851.081.17

www.brain-studie.nl