

Slank en somber van Ozempic

Johann Hari was te zwaar en gebruikte een afslankmiddel. In *Wondermiddel* schrijft hij over zijn transformatie en de ziekmakende voedingsindustrie.

tekst **Tanny Dobbelaar**

Wonderen bestaan. Onze supermarkten liggen voor 80 procent vol met producten die onder meer kanker, diabetes en obesitas veroorzaken. Meer dan de helft van de Nederlanders is te dik, van wie 15 procent morbide obees. Voor dit complexe maatschappelijke probleem van overgewicht is nu een makkelijke oplossing: een reeks van aan elkaar verwante medicijnen die volgens sommige wetenschappers onze levens net zo ingrijpend zullen veranderen als de smartphone.

Deze medicijnen, de bekendste is Ozempic, zijn gebaseerd op het darmhormoon GLP-1. Ze reguleren de bloedsuikerspiegel bij diabetici, maar indrukwekkender is dat ze een gevoel van verzadiging geven waardoor je eetlust verdwijnt. Zo val je spectaculair snel af. Groot nadeel: je moet dit medicijn blijven spuiten, anders word je weer dik. Kassa voor de farmaceutische industrie!

De maatschappelijke gevolgen van Ozempic-achtige medicijnen zijn al merkbaar: aandelen Weight Watchers daalden in een jaar tijd met 90 procent. Amerikanen kopen al aantoonbaar minder fabrieksvoedsel, zo waarschuwde de Rabobank.

Journalist en ervaringsdeskundige Johann Hari noemt in zijn nieuwste boek *Wondermiddel* nog andere gevolgen: bedrijven voor knie- en heupprothesen maken minder

winst; vliegtuigen kunnen toe met minder brandstof. Zelfs juweliers merken dat opvallend veel Amerikanen hun trouwringen laten verkleinen.

Hari weegt zelf 92 kilo. Hij is 1 meter 70 lang. Nadat hij heeft gehoord dat zijn beste vriendin is gestorven aan de gevolgen van zwaarlijvigheid, besluit hij Ozempic een kans te geven. Hij is niet morbide obees, wel te zwaar. Afvallen lukte hem nooit. Hij wil niet jong sterven aan een hartaanval, zoals zijn opa. Dus begint hij met de wekelijkse spuitjes in een rolletje buikvet.

In korte tijd verliest hij veel gewicht. Op eens krijgt hij complimenten – ‘Hé, ik wist niet dat je een nek had!’ Hij kan zich beter bewegen, en een sexy tuinman vraagt zelfs zijn telefoonnummer. Eén vriendin wantrouwt zijn motieven: ‘Als dit medicijn even gunstig zou zijn voor je gezondheid, maar wel steenpuisten op je gezicht zou veroorzaken, zou je het dan ook nemen?’ Goeie vraag. Niet voor niets is Ozempic onder Hollywoodsterren een hype.

Al dit soort vragen behandelt Hari in zijn speurtocht naar de achtergronden van zwaarlijvigheid, de voedingsindustrie en ontwikkelingen van medicijnen. *Wondermiddel* veroorzaakt daarmee, althans bij deze lezer, diepe compassie voor mensen die zo worstelen met hun gewicht.

Dit zeer leesbare boek heeft me >>

FOTO GETTY