

bijwerkingen
centrum **lareb**

Overzicht meldingen Warenwetproducten

Rapportage 2025

Inhoud

Inleiding	3
Meldingen	4
Beschouwing	17
Referenties	19
Appendix	23

Inleiding

Meer dan de helft van de Nederlanders (56%) gebruikt voedingssupplementen. Dit blijkt uit de Voedselconsumptiepeiling 2019-2021 van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM). Vrouwen gebruiken vaker supplementen dan mannen. De meest gebruikte supplementen zijn vitamine D, gevolgd door multivitamine/mineralen, vitamine C en magnesium [1]. Het Centraal Bureau voor Statistiek (CBS) deed aanvullend onderzoek naar de motieven voor gebruik van voedingssupplementen. Een derde van de volwassen gebruikers gaf aan supplementen “voor de zekerheid” te nemen. Ongeveer 13,5% van de gebruikers gebruikt ze vanwege gezondheidsklachten [2]. De Healthy Lifestyle Monitor ondervroeg in 2024 meer dan 5.000 Nederlanders naar hun leefstijl. Hieruit bleek dat Nederlanders jaarlijks ongeveer €2 miljard uitgeven aan supplementen [3].

Hoewel supplementen vaak als veilig of natuurlijk worden gezien, kan het gebruik gezondheidsrisico's met zich meebrengen. De exacte samenstelling van supplementen is niet altijd duidelijk en de wet- en regelgeving is beperkter dan bij geneesmiddelen. Door de grote variatie in samenstelling en gebruik is het lastig om alle mogelijke risico's in kaart te brengen. Daarnaast worden soms gevaarlijke of verboden stoffen toegevoegd aan supplementen. Deze stoffen staan vaak niet op het etiket, maar kunnen ernstige bijwerkingen veroorzaken. De Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit (NVWA) publiceerde begin 2026 de 'Blocklist voedingssupplementen' waarmee consumenten eenvoudig kunnen opzoeken of een middel een verborgen verboden stof bevat. De Blocklist wordt uitgebreid als er nieuwe middelen met verborgen gevaarlijke stoffen op de markt komen [4].

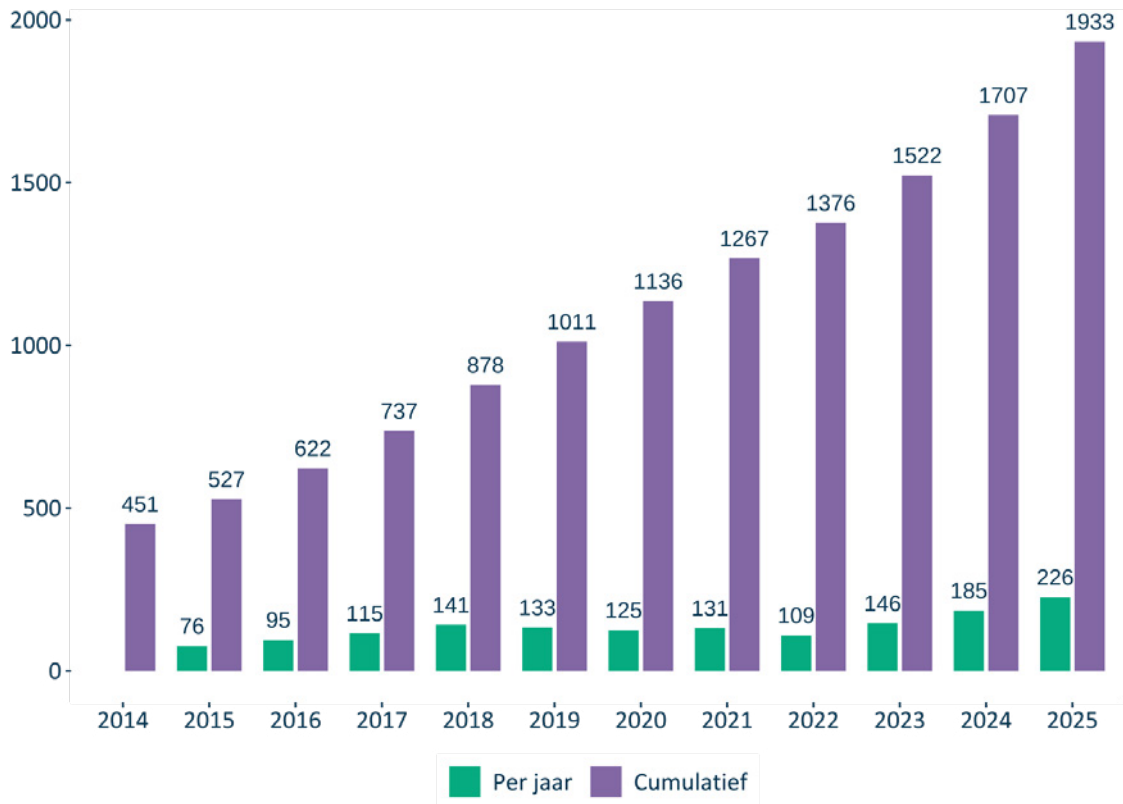
Kruidensupplementen kunnen daarnaast de werking van geneesmiddelen beïnvloeden. In 2024 startte de NVWA samen met het College ter Beoordeling van Geneesmiddelen de campagne 'Weet wat je slikt'. Aanleiding hiervoor was een onderzoek waaruit bleek dat 81% van de gebruikers van kruidensupplementen dit inneemt in combinatie met geneesmiddelen, terwijl zij vaak niet op de hoogte zijn van mogelijke risico's. Kruidensupplementen kunnen de werking van geneesmiddelen verminderen of versterken. Hierdoor kan een geneesmiddel minder effectief zijn of kunnen meer bijwerkingen optreden [5].

Bij Bijwerkingencentrum Lareb kunnen consumenten en zorgverleners meldingen doen van klachten bij gebruik van gezondheidsproducten, zoals voedings- en kruidensupplementen. Lareb verzamelt en analyseert deze meldingen en onderzoekt of er een verband is tussen het gebruikte product en de gemelde klacht. Indien nodig informeert Lareb consumenten, zorgverleners en overheidsinstanties. De verzamelde informatie helpt bij het signaleren van risico's en kan bijdragen aan maatregelen om de veiligheid van gezondheidsproducten te verbeteren.

Dit rapport geeft een jaaroverzicht van de meldingen die Bijwerkingencentrum Lareb in 2025 heeft ontvangen van consumenten en zorgverleners over gezondheidsproducten die onder de Warenwet vallen. Ondernomen acties en opvallende meldingen van de periode 1 januari 2025 tot en met 31 december 2025 worden besproken. Daarnaast bevat het rapport een cumulatief overzicht van meldingen sinds 2015.

Meldingen

Tot en met 31 december 2025 heeft Lareb in totaal 1933 meldingen ontvangen op gezondheidsproducten zoals kruidenpreparaten, vitamines en supplementen gemeld door zorgverleners en consumenten, waarvan 226 meldingen in 2025. Figuur 1 geeft deze aantallen meldingen over de jaren heen weer.

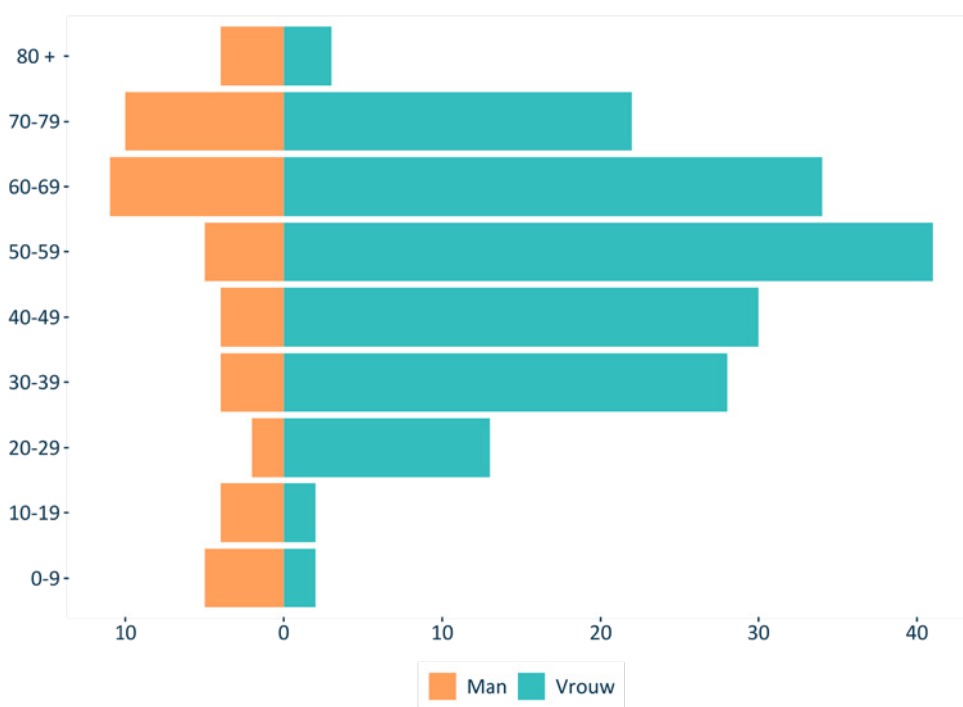


Figuur 1. Aantal meldingen per jaar en cumulatief (vanaf 2015).

Aantallen meldingen van de grootste groepen

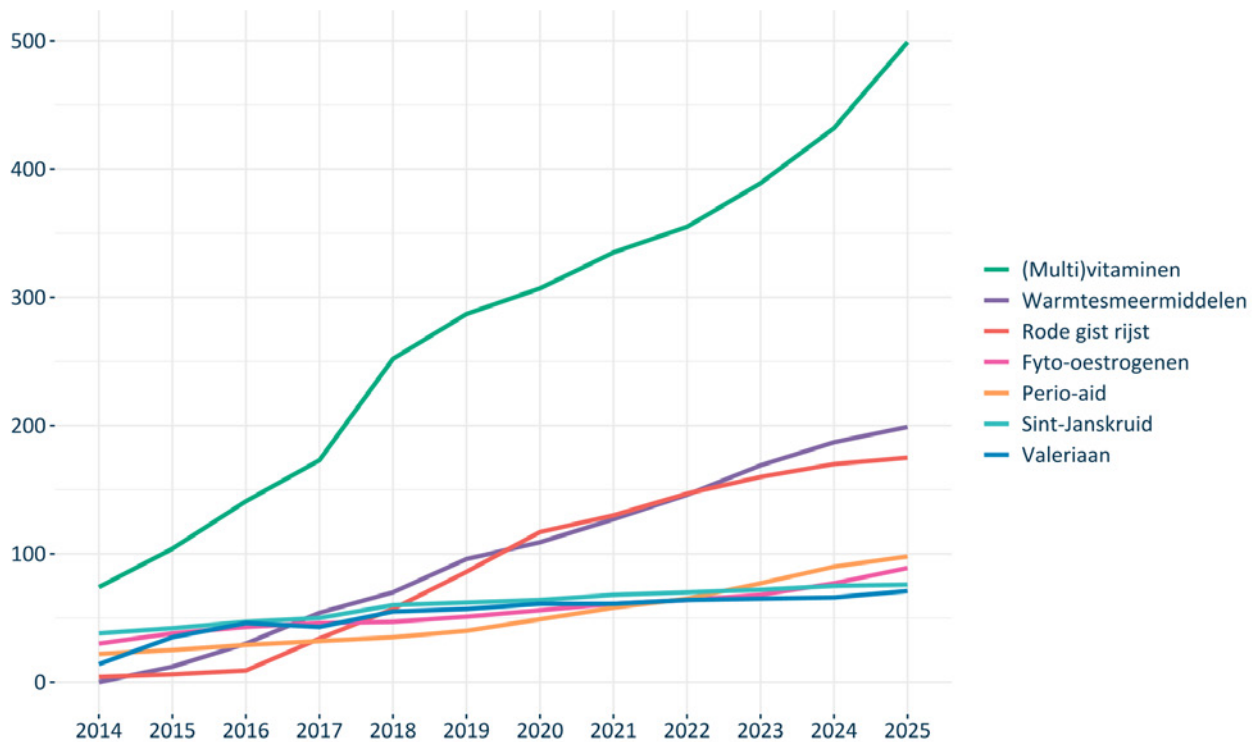
Van 1 januari 2025 tot en met 31 december 2025 zijn 226 meldingen ontvangen, waarvan 67 meldingen op vitaminen en/of mineralenpreparaten, 27 meldingen op DroomSap, 12 meldingen op fyto-oestrogenen, 12 meldingen op warmtesmeermiddelen, 11 meldingen op omega-3-vetzuren en 8 meldingen op Perio-Aid mondverzorgingsproducten. Een overzicht van alle meldingen is opgenomen in de Appendix (Tabel 1- 3). De meeste meldingen zijn gedaan door consumenten (n=204), gevolgd door artsen (n=16), andere zorgprofessionals (n=5) en apothekers (n=1).

De meeste meldingen betroffen vrouwen (78%) (Figuur 2). De leeftijd varieerde van 0 tot 86 jaar (mediane leeftijd 65 jaar).



Figuur 2. Verdeling man-vrouw en leeftijden van de patiënten in de meldingen.

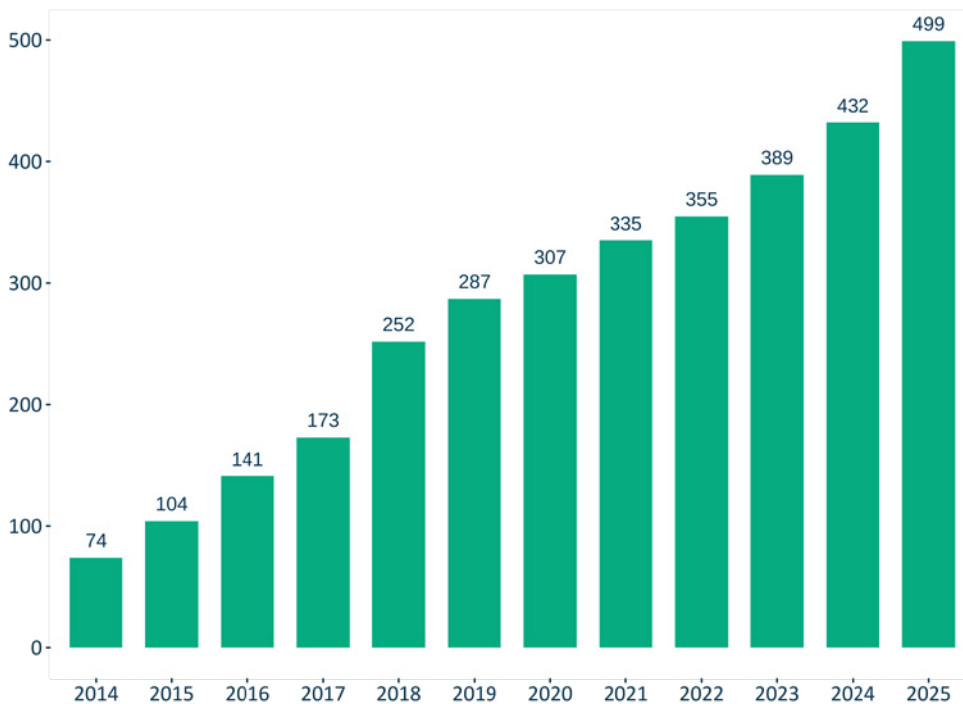
Hieronder zijn de aantallen meldingen op de grootste groepen warenwetmiddelen vanaf 2015 cumulatief weergegeven (Figuur 3). Het jaarlijkse merendeel van meldingen op warenwetmiddelen betreft (multi)vitaminen, gevolgd door warmtesmeermiddelen (o.a Midalgan), rode gist rijst, Perio-aid producten, fyto-oestrogenen bevattende supplementen, Sint-Janskruid en valeriaan.



Figuur 3. Cumulatief aantal meldingen per groep van de grootste groepen warenwetmiddelen tot en met 31 december 2025.

(Multi)vitaminen

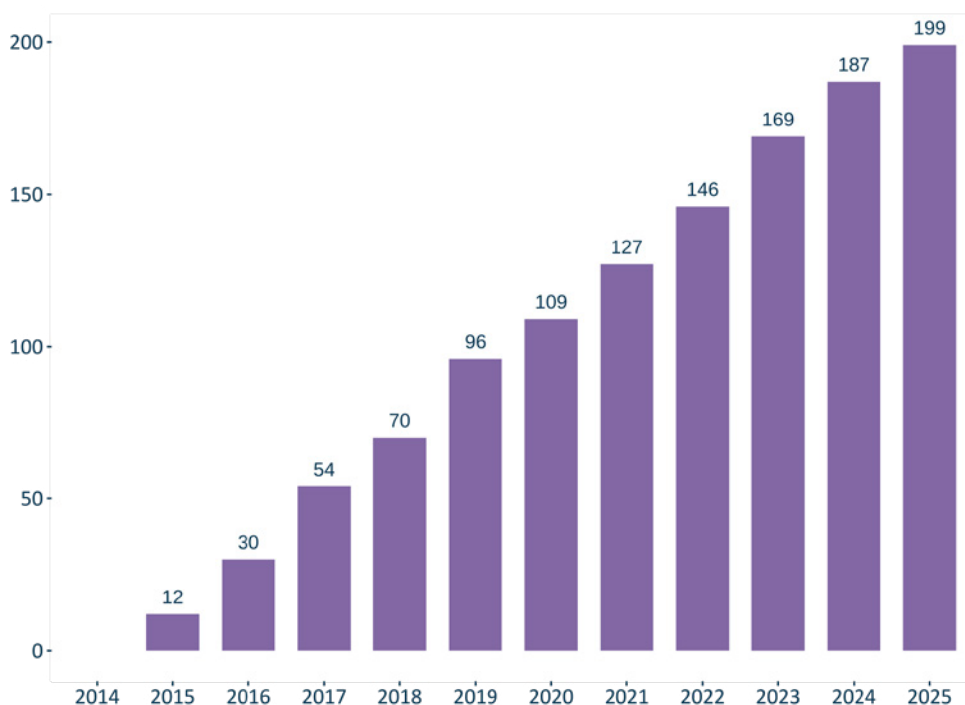
Tot en met 31 december 2025 heeft Lareb in totaal 499 meldingen van klachten bij het gebruik van vitaminesupplementen ontvangen, waarvan 67 meldingen in 2025 (Figuur 4). Het merendeel van de producten betreft een multivitaminen, meestal in combinatie met mineralen. Meldingen van bijwerkingen bij gebruik van (multi)vitaminepreparaten betreffen producten van diverse fabrikanten en samenstellingen. In 2025 betroffen 31 meldingen vitamine B6-bevattende supplementen met zenuwklachten.



Figuur 4. Cumulatief aantal meldingen bij (multi)vitaminesupplementen tot en met 31 december 2025.

Warmtesmeermiddelen (o.a. Midalgan)

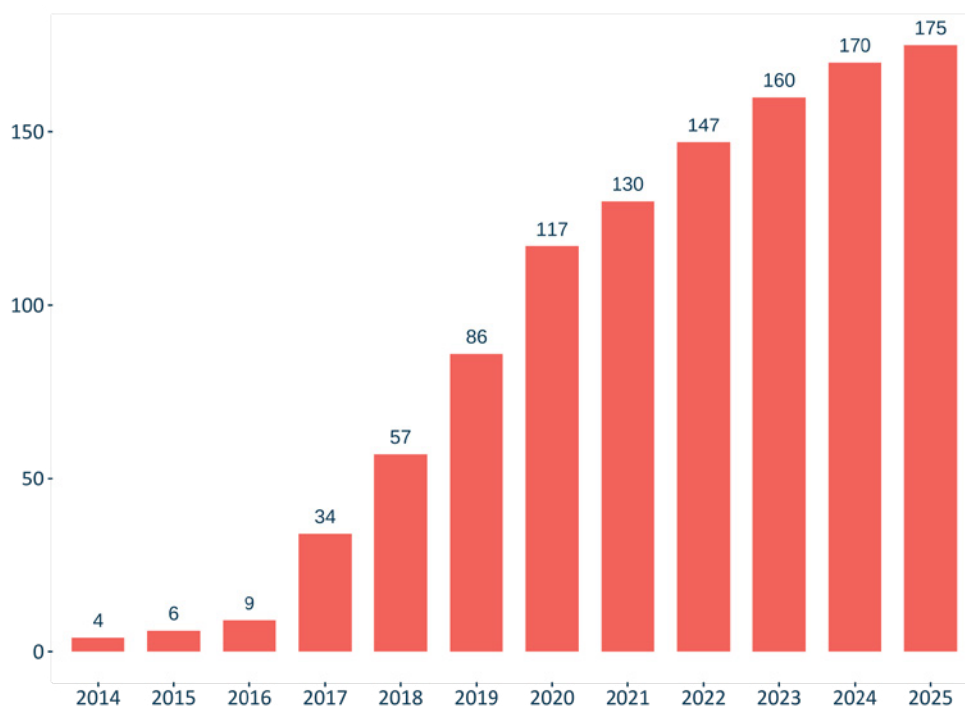
Tot en met 31 december 2025 heeft Lareb in totaal 199 meldingen van klachten bij gebruik van warmtesmeermiddelen zoals Midalgan ontvangen (Figuur 5), waarvan 12 meldingen in 2025. Midalgan bevat als actieve stoffen methylnicotinaat en glycolsalicylaat die de huid rood en warm maken. Het wordt gebruikt bij spierpijn. In de gebruiksaanwijzing van Midalgan Warm / Xtra Warm staat dat allergische reacties en overgevoeligheidsreacties mogelijk zijn. Deze klachten kunnen bestaan uit zwelling, jeuk, roodheid en kortademigheid. Bij sommige zeer gevoelige personen kan het gebruik van een (te) grote hoeveelheid van dit product hevige reacties zoals een branderig gevoel en pijn veroorzaken. Ook wordt genoemd dat buikpijn of buikkrampen kunnen optreden in zeldzame gevallen bij zeer gevoelige personen die Midalgan gebruiken [6]. De klachten die bij Lareb gemeld zijn, gaan over bekende bijwerkingen. Vijf melders kregen last van buikklachten. Acht meldingen betroffen huidreacties en bij vier van deze meldingen verspreidden de huidreacties zich naar andere plekken op de huid dan waar Midalgan gesmeerd was.



Figuur 5. Cumulatief aantal meldingen bij warmtesmeermiddelen tot en met 31 december 2025.

Rode gist rijst

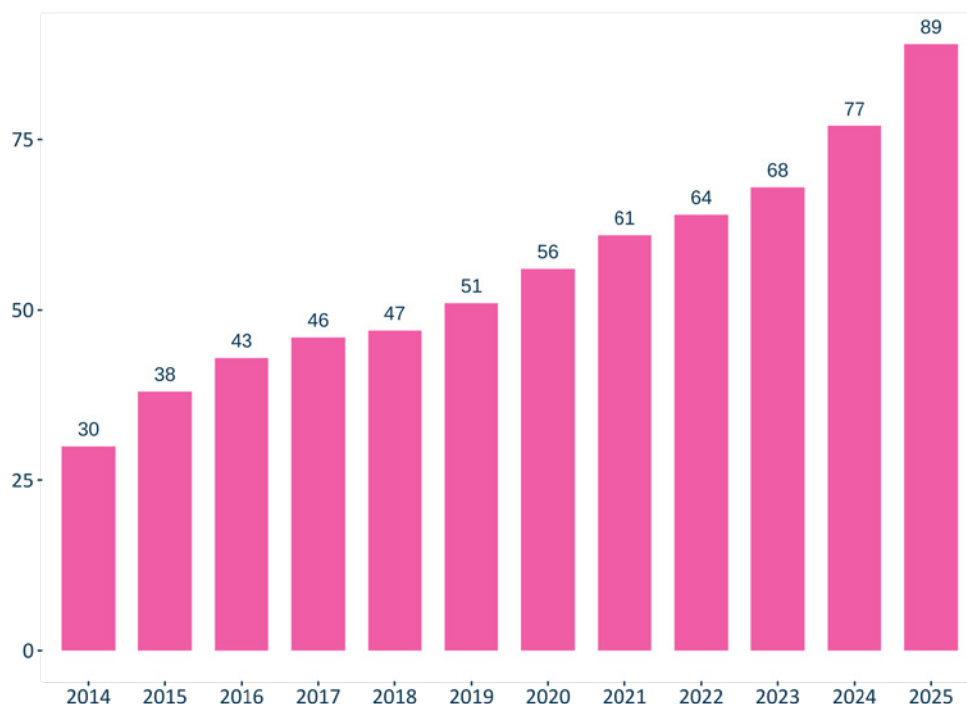
Tot en met 31 december 2025 heeft Lareb in totaal 175 meldingen van klachten bij het gebruik van rode gist rijst ontvangen, waarvan 5 meldingen zijn gedaan in 2025 (Figuur 6). Gemelde bijwerkingen waren diarree, spierpijn, verhoogd kaliumgehalte in het bloed, misselijkheid, vermoeidheid, leverontsteking, auto-immuunziekte (niet gespecificeerd), verminderde eetlust en flatulentie. Van vier meldingen is bekend dat er maximaal 2,99 mg monacoline K per dagdosering in het supplement zat. Een gebruiker nam 4 dagdoseringen per dag, wat neerkomt op 12 mg monacoline K per dag. Van één melding is de dosering onbekend.



Figuur 6. Cumulatief aantal meldingen bij rode gist rijst tot en met 31 december 2025.

Fyto-oestrogenen bevattende supplementen

Tot 31 december 2025 heeft Lareb in totaal 92 meldingen van klachten bij het gebruik van fyto-oestrogenen ontvangen, waarvan 12 meldingen in 2025 (Figuur 7). In Tabel 1 is een overzicht weergegeven van de gemelde klachten bij gebruik van fyto-oestrogeen bevattende supplementen.



Figuur 7. Cumulatief aantal meldingen bij fyto-oestrogeen bevattende voedingssupplementen tot en met 31 december 2025.

Tabel 1. Overzicht van gemelde klachten bij gebruik van supplementen met fyto-oestrogenen in 2025.

Product	Fyto-oestrogeen	Klachten
A. Vogel – Nachtrust tabletten 3-in-1	Hop	Oorsuizen
Arkopharma - Phyto Soya	Soja, salie	Vaginale bloeding
Bonusan – Vitex Agnus castus	Monnikspeper	Duizeligheid
Erica - Agnus Castus	Monnikspeper	Postmenopauzale bloeding
Holland & Barrett - Salieblad	Salie	Duizeligheid
Kruidvat – Libido Plus	Ginseng, granaatappel	Urineretentie, hoofdpijn, vermoeidheid
Lucovitaal - Overgang Balance	Zilverkaars, wilde yam	Buikpijn, misselijkheid
Planet Ayurveda - Osteo Plan	Shatavari, velddruiif	Misselijkheid, diarree, spierkramp
Sediplus – Relax	Hop	Benauwdheid, tremor, vermoeidheid, verhoogde hartslag, nervositeit, rusteloosheid
Solgar - MenoPrime	Rabarber	Afscheiding van melk uit de tepel, gezwollen borsten
Ymea - Silhouet	Salie	Braken
Ymea – Overgang 8-in-1	Salie	Hartkloppingen, misselijkheid, koude rillingen

In 2020 heeft de Nederlandse Voedsel en Warenautoriteit een advies gegeven over gezondheidsrisico's van voedingssupplementen die zilverkaars bevatten. Mensen die voedingssupplementen gebruiken waarin zilverkaars zit, kunnen last krijgen van pijn in de borst of buik, diarree, misselijkheid, of zelfs vaginale bloedingen en leveraandoeningen krijgen. Onderzoeken naar de veiligheid van zilverkaars bij de mens geven aan dat een dosis van 40 mg zilverkaars per dag gedurende 6 maanden niet leidt tot een verhoogd gezondheidsrisico [7].

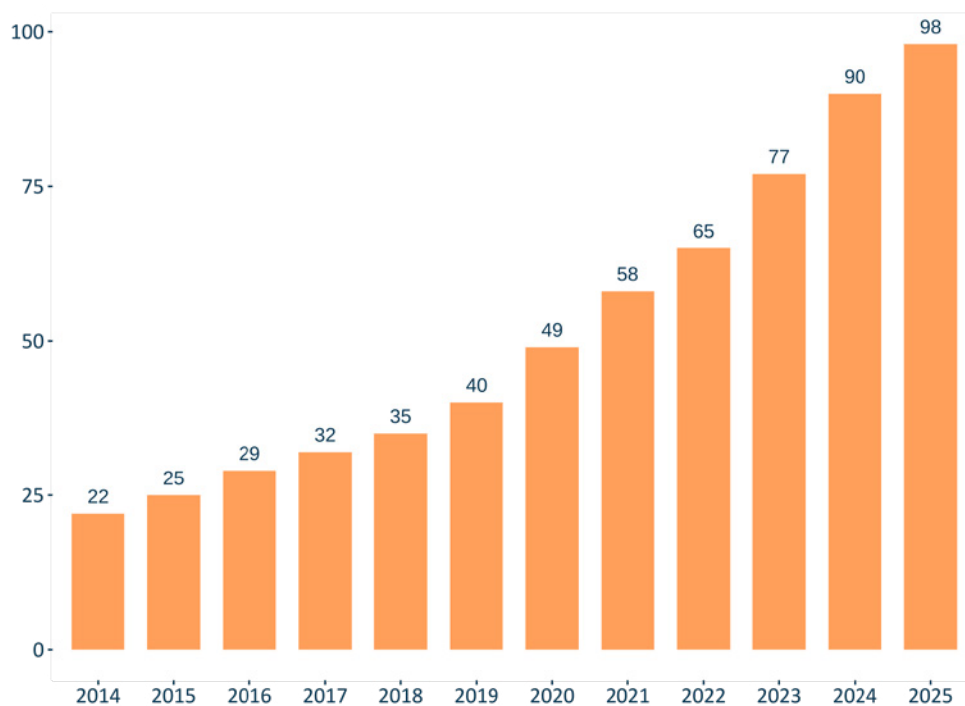
Lareb ontving in 2025 één melding over een product die zilverkaars bevat. Het product betrof Overgang Balans van Lucovitaaal met 30 mg zilverkaars per dagdosering. De gemelde klachten waren buikpijn en misselijkheid.

Perio-Aid mondverzorgingsproducten

Tot en met 31 december 2025 heeft Lareb in totaal 98 meldingen van klachten bij het gebruik van Perio-Aid producten ontvangen, waarvan 8 meldingen in 2025 (Figuur 8). Deze meldingen betroffen Perio-Aid Intensive Care (n=4), Perio-Aid mondspoeling (onbekend: Active Control of Intensive Care) (n=3), en Perio-Aid Intensive Care mondspray (n=1).

Perio-Aid producten worden gebruikt bij tandvleesaandoeningen en tandheelkundige behandelingen. Het bevat twee actieve bestanddelen; chloorhexidine en cetylpyridiniumchloride. Bekende bijwerkingen die in de bijsluiter staan beschreven zijn: verlies/verandering van smaak, irritatie van de tong, verkleuring van de tanden, kiezen en tong [8-10]. In incidentele gevallen kan bij gebruik van Perio-Aid Intensive Care zwelling van de speekselklieren optreden [9].

De gemelde klachten waren droge mond, hoesten, keelirritatie, orale paresthesie, hartkloppingen, irritatie van de tong, pijn bij slikken, zwelling van de speekselklier(en), verkleuring van de tong, branderig gevoel in de mond en tintelingen in de mond.



Figuur 8. Cumulatief aantal meldingen bij Perio-Aid producten tot en met 31 december 2025.

Uitgelichte meldingen

DroomSap

Lareb ontving in 2025 27 meldingen van bijwerkingen bij het gebruik van DroomSap op een totaal van 41 meldingen. Op 11 oktober 2025 werd in het tv-programma KASSA aandacht besteed aan DroomSap [11]. Na de uitzending ontving Lareb 22 meldingen.

In Tabel 2 is een overzicht weergegeven van klachten die twee keer of vaker bij Lareb zijn gemeld bij gebruik van DroomSap. In vier meldingen is bekend dat een hogere dosering werd ingenomen dan de aanbevolen dosering.

Tabel 2. Klachten die in 2025 twee keer of vaker zijn gemeld bij gebruik van DroomSap.

Klacht	Aantal keer gemeld
Duizeligheid	11
Hartkloppingen	8
Jeuk	5
Nachtmerries	4
Slaperigheid	4
Rusteloze benen	3
Hallucinaties	3
Misselijkheid	3
Diarree	3
Verminderd geheugen	3
Hoofdpijn	3
Paresthesie (gevoel van tintelingen)	2
Dubbelzien	2
Slaapproblemen	2
Vermoeidheid	2

DroomSap wordt gebruikt om de slaap te bevorderen. DroomSap bevat naast kruiden en honing ook doxylamine. Doxylamine is een geneesmiddel dat in Nederland geregistreerd is voor behandeling van slapeloosheid. Vanwege de bijwerkingen is de verkoop van doxylamine zonder recept verboden. Alle producten met meer dan 7,5 milligram doxylamine worden aangemerkt als geneesmiddel en vallen daarmee onder de Geneesmiddelenwet. DroomSap heeft een lagere dagdosering van doxylamine (6,52 milligram per dagdosering van 2 ml) en valt daardoor onder de levensmiddelenwetgeving, en specifiek onder het regime van de novel food-wetgeving. Een novel food - een 'nieuw' voedingsmiddel - mag alleen op de markt worden gebracht na een veiligheidsbeoordeling door de Europese risicobeoordelingsorganisatie EFSA én als de Europese Commissie markttoelating heeft verleend. Voor doxylamine als novel food is geen markttoelating aangevraagd. DroomSap is dus illegaal op de markt.

De meldingen van DroomSap zijn doorgestuurd naar de NVWA.

Vitamine B6 bevattende supplementen

In 2025 ontving Lareb 31 meldingen van zenuwklachten bij supplementen met vitamine B6. De gebruikte dagdoseringen van vitamine B6 in deze meldingen varieerden van 0.7 mg tot 20 mg. De maximale toegestane dagdosering van vitamine B6 in voedingssupplementen is 21 mg [12].

Bij vier melders werd een te hoge vitamine B6 spiegel in het bloed gemeten. De hoogst gemelde waarde was 400 nmol/l (referentiewaarde: 35-200 nmol/l) [13]. Alle melders gaven aan te zijn gestopt met gebruik van de vitamine B6 supplementen. Elf mensen gaven op het moment van melden aan dat zij herstellende of hersteld waren van de klachten na stoppen. Een melder gaf aan naast supplementen met vitamine B6 ook Becel en Pickwick thee met toegevoegd vitamine B6 te hebben gebruikt.

Rode gist rijst

In 2025 is één melding gedaan van hepatitis bij gebruik van rode gist rijst. Het betrof een dosering van 2,99 mg monacoline K. De patiënt kreeg één maand na start van rode gist rijst last van hevige vermoeidheid, misselijkheid en verminderde eetlust. Bloeduitslagen toonden een leverontsteking aan. Er is een biopt van de lever afgenomen waar een beeld werd gezien dat goed past bij levertoxiciteit door medicijngebruik. Een virale oorzaak van de ontsteking werd uitgesloten.

De werkzame stof van rode gist rijst is monacoline K, een stof die identiek is aan de cholesterolverlager lovastatine. Over het algemeen worden supplementen met rode gist rijst goed verdragen. In literatuur worden wel bijwerkingen beschreven die vergelijkbaar zijn met statines, zoals spierpijn en maag- en darmklachten. Daarnaast zijn ook acute leverontstekingen gerapporteerd bij gebruik van rode gist rijst [14].

De Europese Autoriteit voor voedselveiligheid (EFSA) heeft op basis van beschikbare wetenschappelijke literatuur geconcludeerd dat er onzekerheid bestaat over de veiligheid van een dagelijkse inname van 3 mg monacolinen of meer. Naar aanleiding hiervan heeft de Europese Commissie op 22 juni 2022 vastgesteld dat voedingssupplementen met rode gist rijst maximaal minder dan 3 mg monacolinen per dag mogen bevatten [15].

Lareb heeft informatie over bijwerkingen van rode gist rijst samengevat in een informatiepagina op de website [16].

Lion's Mane

Lion's Mane is een andere naam voor de pruikzwam (*Heridium erinacius*), een eetbare paddenstoel. In dierstudies zijn anti-inflammatoire en neuroprotectieve eigenschappen waargenomen, maar de effecten bij mensen zijn nog onduidelijk. Gerapporteerde bijwerkingen zijn mild maag-darmklachten en in zeldzame gevallen overgevoelighedsreacties [17, 18].

Er zijn in 2025 twee meldingen gedaan van psychische klachten bij gebruik van Lion's Mane (Tabel 3). Lareb ontving in voorgaande jaren drie andere meldingen over Lion's Mane (Tabel 4). Alle melders waren herstellende na stoppen met gebruik van Lion's Mane. Lareb heeft de NVWA geïnformeerd over deze meldingen.

Tabel 3. Overzicht van gemelde klachten bij gebruik van supplementen met *Hericum erinacius* (Lion's Mane) in 2025.

Product	Ingrediënten	Klachten
Lucovitaaal – Lion's Mane	<i>Hericum erinaceus</i> , ijzer, vitamine B12	Paniek aanvallen, druk op de borst, hyperventilatie
Holland & Barrett – Lion's Mane	<i>Hericum erinaceus</i> , vitamine B12	Stress, nervositeit, druk op de borst, overmatige gedachten

Tabel 4. Overzicht van gemelde klachten bij gebruik van supplementen met *Hericum erinacius* (Lion's Mane) in voorgaande jaren.

Product	Ingrediënten	Klachten
Lion's Mane (merk onbekend)	<i>Hericum erinaceus</i>	Tekort aan bloedplaatjes, orale bloedblaren, petechiën
Lion's Mane (merk onbekend)	<i>Hericum erinaceus</i>	Angstaanvallen, hartkloppingen, paniek
Lion's Mane (merk onbekend)	<i>Hericum erinaceus</i>	Manisch-psychootische ontregeling

Mucuna pruriens

In juli 2024 publiceerde het RIVM een waarschuwing om voedingssupplementen met *Mucuna pruriens* voorzichtig te gebruiken. *Mucuna pruriens*, de fluweelboon, bevat levodopa. Deze werkzame stof zit ook in medicijnen die worden gebruikt voor de behandeling van de ziekte van Parkinson. De hoeveelheid levodopa in supplementen kan vergelijkbaar zijn met of zelfs hoger dan de dosering waarmee de behandeling van Parkinson wordt gestart. Bijwerkingen van deze medicijnen kunnen ook optreden bij gebruik van een kruidenpreparaat met *Mucuna pruriens*. Mogelijke bijwerkingen zijn maag- en darmklachten, onwillekeurige bewegingen en psychische klachten [19]. Het RIVM adviseerde om het kruid niet te gebruiken tijdens de zwangerschap en borstvoeding of bij lever- of nierproblemen [20, 21].

Lareb ontving in 2025 drie meldingen van klachten bij gebruik van supplementen met *Mucuna pruriens* weergegeven in Tabel 5.

Tabel 5. Overzicht van gemelde klachten bij gebruik van supplementen met *Mucuna pruriens* in 2025.

Product	Ingrediënten	Klachten
Kruidvat – Libido Plus	<i>Mucuna pruriens</i> , ginseng, <i>punica granatum</i> , <i>muira puama</i> , zink	Hoofdpijn, gespannen kaken, verminderde alertheid
Lucovitaaal – Mentale focus pil	<i>Mucuna pruriens</i> , cafeïne, L-carnitine, L-theanine, L-tyrosine, <i>rhodiola rosea</i> , taurine, vitamine B6, zink	Hoofdpijn, vermoeidheid, urineretentie
Vitakruid – <i>Mucuna pruriens</i>	<i>Mucuna pruriens</i>	Dikke tong, dichte keel, orale paresthesie, dysfagie, hartkloppingen, tremor, nervositeit, hyperventilatie, vergrote pupillen

Work-out supplementen

In 2025 ontving Lareb zes meldingen over work-out supplementen. Een overzicht van de meldingen is weergegeven in Tabel 6.

Tabel 6. Overzicht van meldingen over work-out supplementen in 2025.

Product	Ingrediënten	Klachten
Body & Fit – Creatine Creapure	Creatine monohydraat	Wazig zien, elektrische schoksensatie, druk in de borst
Creatine (merk onbekend)	Creatine	Spierpijn
Lidl – Pre-workout tropisch fruit	Bèta-alanine, cafeïne	Hartkloppingen, duizeligheid, gevoel van flauwvallen, schokken
Olimp – Ashwagandha sport 600	Ashwagandha	Misselijkheid, braken, buikpijn, kortademigheid
Upfront - Creatine	Creatine monohydraat	Tremor
VGNMY – Electrolyte + Reishi mushroom & ESN – Crank preworkoutbooster	Magnesium, zink, vitamine B1, vitamine B3, vitamine B6, vitamine C, reishi & Citrulline, L-arginine, L-tyrosine, L-glycine, taurine, glucuronolacton, groene thee, druivenpit, cafeïne, schisandra, bittersinaasappel (synefrine), ginseng, rozewortel, zwarte peper	Jeukende huiduitslag

Omega-3 supplementen

In 2023 waarschuwde het College ter Beoordeling dat patiënten met hart- en vaatziekten of een verhoogd risico hierop een hogere kans hebben op boezemfibrilleren bij gebruik van geneesmiddelen met omega-3-vetzuren [22]. In onderzoeken is aangetoond dat dit risico dosisafhankelijk is. Ook lage doseringen, zoals in voedingssupplementen, zijn geassocieerd met een verhoogd risico op boezemfibrilleren. Het risico bleek het hoogst bij een dosis van 4 gram omega-3 per dag [23, 24].

Lareb ontving in 2025 elf meldingen over supplementen die omega-3-vetzuren bevatten. Gemelde klachten gerelateerd aan het hartritme betroffen hartkloppingen (n=5), onregelmatige hartslag (n=1) en extrasystolen (n=1). Een volledig overzicht van de meldingen over supplementen met omega-3 is te vinden in Tabel 7.

Tabel 7. Overzicht van meldingen over omega-3 bevattende supplementen in 2025.

Product	Klachten
Arctic Blue – Omega 3 algenolie DHA en EPA	Hartkloppingen
Davitamon – Actifit 50+ omega-3 visolie	Hartkloppingen
Davitamon – Compleet zwanger + omega-3 visolie	Vermoeidheid
Golden Naturals – Visolie 1400 TG & Vitamine D3	Jeukende huiduitslag, flatulentie, buikpijn
Holland & Barrett – Vegan omega 3 met DHA en EPA	Onregelmatige hartslag, hartkloppingen, druk op de borst
Lucovitaal – Puur omega 3 koudwater visolie	Hartkloppingen, extrasystolen
Lucovitaal – Puur omega 3 koudwater visolie	Flatulentie, hartkloppingen, opgeblazen buik
Sea Treasures – Omega 3	Verminderde eetlust, vermoeidheid
Smart Vital – LTO3 smaakloos	Stopverfontlasting, vette ontlasting, verminderd geheugen, pijn in leverregio, vermoeidheid, vertraagd herstel van wondjes
Thea Pharma – Nutrof omega	Verhoogd vitamine B6 in het bloed, perifere neuropathie
Vitaminespecialist – Zuivere omega 3 hart & bloedvaten	Bloeduitstortingen

DEKAs Essential Vloeibaar

Er zijn in 2025 vier meldingen gedaan van roze verkleuring van de ontlasting bij gebruik van DEKAs Essential Vloeibaar door pasgeborenen met galstuwings. DEKAs Essential Vloeibaar is voeding voor medisch gebruik en bevat de vetoplosbare vitaminen A, D, E en K. Het wordt in ziekenhuizen toegepast als deze vitaminen niet goed door het lichaam worden opgenomen. De roze verkleuring van de ontlasting veroorzaakte onrust, omdat verkleurde ontlasting ook een medische oorzaak kan hebben, zoals necrotiserende enterocolitis. In de meldingen bleek hier geen sprake van te zijn. In alle meldingen verdween de roze verkleuring na stoppen met gebruik van DEKAs Essential Vloeibaar.

De roze verkleuring is mogelijk veroorzaakt door het ingrediënt β -caroteen, dat als bron van vitamine A fungeert. DEKAs Essential Vloeibaar heeft een oranje kleur door β -caroteen. Mogelijk hebben pasgeborenen en hogere kans op verkleuring van de ontlasting door β -caroteen, omdat zij een snellere darm passage hebben dan oudere kinderen en volwassenen. Lareb heeft de NVWA geïnformeerd over de meldingen [25].

Montalin

Er is een melding gedaan van een Cushingoid uiterlijk (vollemaansgezicht, veranderde vetverdeling) en spierzwakte bij gebruik van Montalin. Na onderzoek bleek dat er illegaal dexamethason aan was toegevoegd. Dit is een bijnierschors hormoon dat ontstekingen remt en (ernstige) bijwerkingen kan veroorzaken. In 2021 waarschuwde Lareb ook al voor Montalin nadat bleek dat het product de geneesmiddelen meloxicam en paracetamol bevatte [26].

Lareb informeerde de NVWA, Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd (IGJ) en het Nationaal Vergiftigings Informatie Centrum (NVIC) over de melding en de bevindingen [27].

Dulor Extra Afslank Capsules

Lareb ontving in 2025 twee meldingen van klachten bij gebruik van Dulor Extra Afslank Capsules. De eerste melding betrof wazig zien, strakke kaken, tremor in de kaken, slapeloosheid, rusteloosheid en vlakke emoties. De andere melding betrof duizeligheid, hartkloppingen en tremor bij gebruik van de afslankcapsules. De NVWA waarschuwde voor de aanwezigheid van illegaal toegevoegd sibutramine in de afslankcapsules van Dulor [28].

DynaPills

Op 6 februari 2025 publiceerde de NVWA een nieuwsbericht met de waarschuwing om de afslankpillen DynaPills niet te gebruiken, vanwege de aanwezigheid van de illegale stof sibutramine. Lareb ontving twee meldingen van klachten na inname van DynaPills. Een melder kreeg na vier dagen gebruik last van misselijkheid en een droge mond. Een andere melder kreeg vanaf tien minuten na inname last van hoofdpijn, duizeligheid, agressie, prikkelbaarheid, slapeloosheid, vermoeidheid, hartkloppingen, paniekaanvallen en spierpijn.

Beschouwing

In 2025 ontving Lareb 226 meldingen over gezondheidsproducten. Dit is een stijging van 22% ten opzichte van 2024. Sinds 2023 neemt het aantal meldingen elk jaar toe. De meeste meldingen in 2025 betroffen (multi)vitaminen, gevolgd door DroomSap, fyto-oestrogenen, warmte-smeermiddelen, omega-3-supplementen en Perio-Aid mondverzorgingsproducten.

(Multi)vitaminen

Vitamine B6 wordt aan veel supplementen en voedingsmiddelen toegevoegd, terwijl een tekort aan deze vitamine weinig voorkomt. In 2025 ontving Lareb opnieuw tientallen meldingen over neuropathische klachten bij gebruik van producten met vitamine B6. De aanbevolen dagelijkse hoeveelheid voor volwassenen is 1,5 milligram vitamine B6 per dag [29]. Vanaf 1 oktober 2018 bepaalt de Warenwet dat voedingssupplementen maximaal 21 milligram vitamine B6 per dag mogen bevatten [12]. De Europese autoriteit voor Voedselveiligheid (EFSA) adviseerde onlangs om de maximale dagelijkse inname verder te verlagen naar 12 milligram per dag [30]. Op basis van dit advies overweegt het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) de wettelijke maximumhoeveelheden voor vitamine B6 in voedingsmiddelen en supplementen te herzien. Het RIVM berekende dat volwassenen maximaal 10 milligram vitamine B6 via supplementen zouden mogen innemen als de maximale dagelijkse limiet wordt verlaagd naar 12 milligram. Lareb heeft echter ook meldingen ontvangen van toxische vitamine B6-bloedspiegels en zenuwklachten bij gebruik van supplementen met slechts enkele milligrammen vitamine B6. Vitamine B6 wordt soms ook toegevoegd aan voedingsmiddelen, waardoor consumenten ongemerkt extra vitamine B6 kunnen binnenkrijgen [31].

(Multi)vitaminen worden over het algemeen als veilig beschouwd, maar de gezondheidsrisico's kunnen aanzienlijk zijn. Er zijn aanwijzingen dat sommige mensen gevoeliger zijn voor toxische effecten van vitamine B6 en al bij lagere doseringen klachten ontwikkelen. Bovendien herstellen niet alle mensen volledig van zenuwklachten na stoppen met vitamine B6-supplementen. Ook is niet duidelijk hoe snel gezondheidsklachten kunnen ontstaan. Het RIVM heeft het ministerie als overweging meegegeven om waarschuwende teksten te verplichten op voedingssupplementen en voedingsmiddelen waaraan vitamine B6 is toegevoegd [31].

Kruidensupplementen

Lareb ontvangt ieder jaar meldingen van klachten bij gebruik van fyto-oestrogenen. Deze stoffen worden regelmatig toegevoegd aan supplementen voor overgangsklachten. In twee meldingen was sprake van (postmenopauzaal) vaginaal bloedverlies. Het is bekend dat fyto-oestrogenen het baarmoederslijmvlies kunnen verdikken, wat kan leiden tot bloedverlies na de menopauze. De reacties kunnen hevig zijn en onrust veroorzaken. Het is daarom belangrijk om consumenten goed te informeren over mogelijke bijwerkingen van supplementen met fyto-oestrogenen.

Het RIVM waarschuwde onlangs voor het gebruik van supplementen met *Mucuna pruriens* en raadt gebruik af tijdens zwangerschap en borstvoeding en bij nier- of leverproblemen [20]. In twee van de drie meldingen die Lareb in 2025 ontving over *Mucuna pruriens* was op basis van de productnaam niet direct duidelijk of dit ingrediënt aanwezig was. Het ging om de producten Libido Plus (Kruidvat) en Mentale focus pil (Lucovitaal). Om als gebruiker mogelijke gezondheidsrisico's van kruidensupplementen goed af te kunnen wegen is het belangrijk om de ingrediëntenlijst zorgvuldig door te nemen.

Kruidensupplementen worden vaak gepromoot als natuurlijke producten en worden over het algemeen goed verdragen. Toch kunnen kruiden bijwerkingen veroorzaken en in zeldzame gevallen ernstige gezondheidsrisico's met zich meebrengen. Over sommige kruiden is weinig wetenschappelijke informatie beschikbaar, waardoor het niet mogelijk is een veilige dosering vast te stellen. Daarnaast kunnen kruiden de werking van geneesmiddelen beïnvloeden. Het is daarom belangrijk om kruidensupplementen met voorzichtigheid te gebruiken, voornamelijk bij gelijktijdig gebruik van geneesmiddelen.

Overige gezondheidsproducten

Het aantal meldingen bij Lareb van hartkloppingen of hartritmestoornissen bij gebruik van supplementen met omega-3 vetzuren neemt toe. Recente onderzoeken wijzen erop dat gebruik van omega-3 vetzuren het risico op atriumfibrilleren kan verhogen, ook bij personen zonder hart- en vaatziekten [32-34]. Het is belangrijk dat consumenten goed geïnformeerd worden over dit risico. Bij het ontwikkelen van klachten die kunnen wijzen op boezemfibrilleren, zoals een licht gevoel in het hoofd of duizeligheid, vermoeidheid, hartkloppingen, een plotseling snelle hartslag in rust of kortademigheid wordt geadviseerd contact op te nemen met een arts.

Illegale producten

Lareb ontving in 2025 opnieuw meldingen van DroomSap. De meeste klachten die bij Lareb zijn gemeld, komen overeen met bekende bijwerkingen van doxylamine. Dit suggereert dat een lagere dosering van 6,25 milligram volgens het etiket van DroomSap, dezelfde bijwerkingen als kan veroorzaken als het geneesmiddel doxylamine. Bij Lareb zijn ook enkele meldingen van overdosering binnengekomen. DroomSap wordt geleverd met een maatlepel van 5 ml, terwijl de aanbevolen dagdosering 2 ml is. Met de bijgeleverde maatlepel kan daardoor gemakkelijk (onbedoeld) een hogere dosering worden ingenomen.

Lareb ontving in 2025 ook opnieuw meldingen van producten waaraan illegale stoffen waren toegevoegd. Het betrof sibutramine in DynaPills en Dulor Extra Afslank capsules en dexame-thason in het kruidensupplement Montalin. Om illegale producten te kunnen opsporen is het belangrijk om gezondheidsklachten bij gebruik van een supplement te melden, zodat consumenten ervoor gewaarschuwd kunnen worden via de Blocklist van de NVWA [4].

Conclusie

De afgelopen jaren neemt het aantal meldingen van gezondheidsklachten bij gebruik van gezondheidsproducten, waaronder voedingssupplementen, toe. Ook bij gebruik van kruidensupplementen worden regelmatig gezondheidsklachten gemeld. Kruiden kunnen bijwerkingen veroorzaken en de werking van geneesmiddelen beïnvloeden. Daarnaast is niet altijd duidelijk welke dosering veilig is of welke groepen mensen een hoger risico hebben op bijwerkingen. De klachten kunnen hevig of belastend zijn. Tot slot worden soms illegaal geneesmiddelen of verboden stoffen toegevoegd aan (voedings)supplementen, wat grote gezondheidsrisico's met zich meebrengt. Het is belangrijk dat consumenten zich bewust zijn van mogelijke risico's en dat betrouwbare informatie over gezondheidsproducten gemakkelijk te vinden is.

Referenties

1. Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM). Supplementen. Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: www.wateetnederland.nl/onderwerpen/supplementen
2. Kloosterman R, Akkermans M, Reep C, M T-vdA. Centraal Bureau voor Statistiek (CBS). (On)gezonde leefstijl 2022: opvattingen, motieven en gedragingen. Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://www.cbs.nl/nl-nl/longread/rapportages/2023/on--gezonde-leefstijl-2022-opvattingen-motieven-en-gedragingen>
3. Nederlanders besteden €7,6 miljard aan gezond leven. [Internet]. Multiscope; 2025. Beschikbaar via: https://www.multiscope.nl/persberichten/nederlanders-besteden-7_6-miljard-euro-aan-gezond-leven/
4. Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit. NVWA publiceert Blocklist van supplementen met verborgen gevaarlijke stoffen. Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://www.nvwa.nl/actueel/nieuws/2026/01/22/nvwa-publiceert-blocklist-van-supplementen-met-verborgen-gevaarlijke-stoffen>
5. College ter Beoordeling van Geneesmiddelen (CBG). Weinig kennis over invloed van kruidenmiddelen op medicijnen. Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://www.cbg-meb.nl/actueel/nieuws/2024/03/11/weinig-kennis-over-invloed-van-kruidenmiddelen-op-medicijnen>
6. Qualiphar. Gebruiksaanwijzing Midalgan Warm / Xtra Warm. Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://www.benushop.nl/images/5412569020576.pdf>
7. Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit. Advies over de gezondheidsrisico's van voedings-supplementen die zilverkaars bevatten. Beschikbaar via: <https://www.nvwa.nl/documenten/consument/eten-drinken-roken/supplementen-en-preparaten/risicobeoordelingen/advies-over-de-gezondheidsrisico%E2%80%99s-van-voedingssupplementen-die-zilverkaars-bevatten>
8. Dentaïd S.L. Bijsluiter Perio-Aid Active Control mondspoelmiddel. Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://perioaid.nl/sites/default/files/1009273%20Perio%20B7Aid%20Active%20control%20mouthwash%20prospecte%20Filials.pdf>
9. Dentaïd S.L. Bijsluiter Perio-Aid Intensive Care mondspoelmiddel. Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://perioaid.nl/sites/default/files/1009273%20Perio%20B7Aid%20Active%20control%20mouthwash%20prospecte%20Filials.pdf>
10. Dentaïd S.L. Bijsluiter Perio-Aid Intensive Care mondspray. Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://perioaid.nl/sites/default/files/1009273%20Perio%20B7Aid%20Active%20control%20mouthwash%20prospecte%20Filials.pdf>

11. BNNVARA. Het slaapdrankje DroomSap – dat in Nederland niet verkocht mag worden – veroorzaakt bijwerkingen. Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://www.bnnvara.nl/kassa/videos/het-slaapdrankje-droomsap-dat-in-nederland-niet-verkocht-mag-worden-veroorzaakt-bijwerkingen>
12. Ministerie van Volksgezondheid WeS. Regeling van de Minister voor Medische Zorg van 20 augustus 2018, 1364645-177989-VGP, houdende het verlenen van vrijstelling voor de aanwezigheid van bepaalde vitamines in voedingssupplementen (Warenwetregeling vrijstelling voedingssupplementen). Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://zoek.officielebekendmakingen.nl/stcrt-2018-47982.html>
13. OLVG Lab BV. Chemie - Bloed - Vitamine B6 (pyridoxine). Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://olvglab.nl/voor-zorgverleners/bepalingen-en-referentiewaarden/referentiewaarden/chemie-bloed-vitamine-b6-pyridoxine/>
14. Banach M, Norata GD. Rhabdomyolysis or Severe Acute Hepatitis Associated with the Use of Red Yeast Rice Extracts: an Update from the Adverse Event Reporting Systems. *Curr Atheroscler Rep.* 2023;25(11):879-88. PMID: 37831308.
15. Commission Regulation (EU) 2023/915 of 25 April 2023 on maximum levels for certain contaminants in food and repealing Regulation (EC) No 1881/2006 (Text with EEA relevance). Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX%3A32023R0915&qid=1726738909521>
16. Bijwerkingencentrum Lareb. Bijwerkingen en rode gistrijst. Beschikbaar via: <https://www.lareb.nl/geneesmiddel-kennis-pagina/Bijwerkingen+en+Rode+gist+rijst>
17. Baker JF, Newman SD. Theoretical Potential of Hericium Erinaceus Supplementation as an Add-On to Antipsychotics in Chronic and Treatment-Resistant Schizophrenia. *Psychopharmacol Bull.* 2025;55(2):41-59. PMID: 39935672.
18. Cha S, Bell L, Shukitt-Hale B, Williams CM. A review of the effects of mushrooms on mood and neurocognitive health across the lifespan. *Neurosci Biobehav Rev.* 2024;158:105548. PMID: 38246232.
19. Bijwerkingencentrum Lareb. Wees voorzichtig met kruidenpreparaten met Mucuna pruriens 04-07-2024. Beschikbaar via: <https://www.lareb.nl/news/wees-voorzichtig-met-kruiden-preparaten-met-mucuna-pruriens>
20. Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM). RIVM: wees voorzichtig met het gebruik van voedingssupplementen met Mucuna pruriens. Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://www.rivm.nl/nieuws/rivm-wees-voorzichtig-met-gebruik-van-voedingssupplementen-met-mucuna-pruriens>
21. Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM). De Heer J, Buijtenhuijs D, De Wit-Bos L. Risk assessment of herbal preparations containing seed extracts of Mucuna pruriens [Report]. 2024. Beschikbaar via: <https://rivm.openrepository.com/entities/publication/b196a66f-ff51-4679-bc74-d9b3929ca892>

22. College ter Beoordeling van Geneesmiddelen. Verhoogd risico op onregelmatige en snelle hartslag bij gebruik omega-3-vetzuur-ethylestergeneesmiddelen bij hartpatiënt- en 23-11-2023. Beschikbaar via: <https://www.cbg-meb.nl/actueel/nieuws/2023/11/23/verhoogd-risico-op-onregelmatige-en-snelle-hartslag-bij-gebruik-omega-3-vetzuur-ethylestergeneesmiddelen-bij-hartpatiënten>
23. Bijwerkingencentrum Lareb. Onregelmatige en snelle hartslag bij omega-3-vetzuren 28-11-2023. Beschikbaar via: <https://www.lareb.nl/news/onregelmatige-en-snelle-hartslag-bij-omega-3-vetzuren/>
24. College ter Beoordeling van Geneesmiddelen. DHCP Omacor 23-11-2023. Beschikbaar via: <https://www.cbg-meb.nl/documenten/2023/11/23/dhpc-omacor>
25. Bijwerkingencentrum Lareb. Roze verkleuring van de ontlasting bij DEKAs Essential Vloeibaar 25-02-2026. Beschikbaar via: <https://www.lareb.nl/news/roze-verkleuring-van-de-ontlasting-bij-dekas-essential-vloeibaar/>
26. Bijwerkingencentrum Lareb. Pijnstillers aangetroffen in kruidenpreparaat Montalin 07-05-2021. Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://www.lareb.nl/news/pijnstillers-aangetroffen-in-kruidenpreparaat-montalin>
27. Bijwerkingencentrum Lareb. Opnieuw illegale toevoeging van geneesmiddel aan kruidenpreparaat Montalin 24-03-2025. Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://www.lareb.nl/news/opnieuw-illegale-toevoeging-van-geneesmiddel-aan-kruidenpreparaat-montalin/>
28. Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit (NVWA). Veiligheidswaarschuwing afslankcapsules van DULOR. Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://www.nvwa.nl/documenten/2025/07/31/veiligheidswaarschuwing-afslankcapsules-van-dulor>
29. Voedingscentrum. Vitamine B6. Geraadpleegd op 20-03-2026. Beschikbaar via: <https://www.voedingscentrum.nl/encyclopedie/vitamine-b6.aspx#blokhoeveel-vitamine-b6-heb-je-per-dag-nodig?>
30. Turck D, Bohn T, Castenmiller J, de Henauw S, Hirsch-Ernst KI, Knutsen HK, et al. Scientific opinion on the tolerable upper intake level for vitamin B6. Efsa j. 2023;21(5):e08006. PMID: 37207271.
31. Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM). Vitamine B6: maximale hoeveelheden voor toevoeging aan voedingsmiddelen en voedingssupplementen. Rekenkundige onderbouwing met behulp van scenario's 2025. Geraadpleegd op 10-03-2026. Beschikbaar via: <https://www.rivm.nl/publicaties/vitamine-b6-maximale-hoeveelheden-voor-toevoeging-aan-voedingsmiddelen-en>
32. Lombardi M, Carbone S, Del Buono MG, Chiabrando JG, Vescovo GM, Camilli M, et al. Omega-3 fatty acids supplementation and risk of atrial fibrillation: an updated meta-analysis of randomized controlled trials. Eur Heart J Cardiovasc Pharmacother. 2021;7(4):e69-e70. PMID: 33910233.

33. Gencer B, Djousse L, Al-Ramady OT, Cook NR, Manson JE, Albert CM. Effect of Long-Term Marine ω -3 Fatty Acids Supplementation on the Risk of Atrial Fibrillation in Randomized Controlled Trials of Cardiovascular Outcomes: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Circulation*. 2021;144(25):1981-90. PMID: 34612056.
34. Yan J, Liu M, Yang D, Zhang Y, An F. Efficacy and Safety of Omega-3 Fatty Acids in the Prevention of Cardiovascular Disease: A Systematic Review and Meta-analysis. *Cardiovasc Drugs Ther*. 2024;38(4):799-817. PMID: 36103100.

Appendix

Kruidensupplementen

Tabel 1. Overzicht ontvangen meldingen van kruidenpreparaten van 1 januari 2025 tot en met 31 december 2025.

Lareb ID	Product	Gemelde klachten
NL-LRB-01027238	Agnus castus Erica	postmenopausal haemorrhage
NL-LRB-01037325	Ashwagandha	diarrhoea, vomiting, dehydration, illness, renal impairment
NL-LRB-01085802	Ashwagandha extract Healthy Vitamins	vomiting, diarrhoea, chills, asthenia
NL-LRB-01086352	Ashwagandha KSM 66 Holland & Barrett	vomiting, diarrhoea
NL-LRB-01048858	Black Garlic Kruidvat	haematoma
NL-LRB-01064535	CBD olie	hypertriglyceridaemia
NL-LRB-01029478	Choledoc Bio	diarrhoea, myalgia
NL-LRB-01094995	clomipramine, bacopa monnieri	suicidal ideation, violence-related symptom
NL-LRB-01096476	Cranberry en vitamine C Etos	product substitution issue, gastrointestinal hypermotility, dyspepsia
NL-LRB-01052982	Craveless burn complex	migraine, dizziness, neuralgia, rheumatoid arthritis, condition aggravated
NL-LRB-01080721	Craveless burn complex	abdominal pain, rash papular
NL-LRB-01095243	Curcumine C3 Superieur De Kurkumaspecialist	haematoma
NL-LRB-01027446	DroomSap	diarrhoea, paraesthesia, pruritus, gastrointestinal pain
NL-LRB-01032175	DroomSap	chills
NL-LRB-01040017	DroomSap	priapism
NL-LRB-01055265	DroomSap	dizziness, pruritus, memory impairment, vision blurred, palpitations
NL-LRB-01080370	DroomSap	dizziness, nausea, diarrhoea, paraesthesia, chest discomfort
NL-LRB-01093065	DroomSap	dystonia, muscular weakness
NL-LRB-01092225	DroomSap	pruritus, nightmare
NL-LRB-01092315	DroomSap	hallucination, palpitations, nightmare, dry mouth, accidental overdose
NL-LRB-01092541	DroomSap	faeces soft, palpitations
NL-LRB-01093112	DroomSap	dizziness, palpitations, chest pain, symptom recurrence
NL-LRB-01092372	DroomSap	nightmare, panic attack, fatigue, palpitations
NL-LRB-01092279	DroomSap	brain fog, somnolence

Lareb ID	Product	Gemelde klachten
NL-LRB-01092270	DroomSap	nausea, dizziness, flatulence
NL-LRB-01092242	DroomSap	heart rate irregular, disturbance in attention, dizziness
NL-LRB-01096301	DroomSap	somnolence, sleep attacks, accidental overdose
NL-LRB-01093032	DroomSap	rash erythematous, headache, poor quality sleep, limb discomfort
NL-LRB-01093198	DroomSap	diarrhoea, diplopia
NL-LRB-01093190	DroomSap	headache, dizziness, nausea
NL-LRB-01094646	DroomSap	nightmare
NL-LRB-01096616	DroomSap	headache, poor quality sleep, hangover
NL-LRB-01096475	DroomSap	dependence, memory impairment
NL-LRB-01096345	DroomSap	memory impairment
NL-LRB-01096332	DroomSap	restless legs syndrome
NL-LRB-01098207	DroomSap	hallucination, palpitations, hyperhidrosis
NL-LRB-01099103	DroomSap	dizziness, visual impairment
NL-LRB-01102423	DroomSap	systolic hypertension
NL-LRB-01100151	DroomSap	vertigo
NL-LRB-01100025	Echinaforce sterk A. Vogel, Echinaforce Sterk + Energie A. Vogel	diarrhoea
NL-LRB-01080897	Electrolyte + reishi mushroom, Crank preworkoutbooster	rash pruritic, rash
NL-LRB-01075189	Extra afslank capsules Dolor	vision blurred, muscle tightness, insomnia, feeling jittery, emotional poverty, apathy, accommodation disorder
NL-LRB-01079146	Extra afslank capsules Dolor	dizziness, palpitations, tremor
NL-LRB-01035922	Floradix	pain in extremity, muscle spasms
NL-LRB-01070730	Floradix	tooth discolouration
NL-LRB-01037272	Ginkgo biloba	epilepsy, herbal interaction
NL-LRB-01113763	Ginkgo Biloba Vitalize	palpitations, headache, atrial fibrillation, atrioventricular block
NL-LRB-01032342	Griffonia simplicifolia	palpitations, headache
NL-LRB-01069551	Konjac Arkopharma	oropharyngeal pain, dysphagia, choking sensation
NL-LRB-01064134	Kurkuma	haematoma, food interaction
NL-LRB-01055295	Kurkuma Booster LeefBewust	acute cholestatic hepatitis
NL-LRB-01055861	Libido plus	urinary retention, headache, fatigue
NL-LRB-01092640	Lion's Mane Holland & Barrett	stress, chest discomfort, thinking abnormal, nervousness

Lareb ID	Product	Gemelde klachten
NL-LRB-01078830	Lion's Mane Lucovitaal	panic attack, chest discomfort, hyperventilation
NL-LRB-01113917	MenoPrime Solgar	galactorrhoea, breast swelling
NL-LRB-01066656	Mentale focus pil	paraesthesia oral, swollen tongue, oropharyngeal discomfort, dysphagia, palpitations, tremor, nervousness, hyperventilation, mydriasis
NL-LRB-01039548	Montalin	Cushingoid, muscular weakness
NL-LRB-01093753	Montalin	cushingoid, tinnitus
NL-LRB-01027838	Mucuna pruriens	headache, muscle tightness, feeling abnormal
NL-LRB-01066911	Na de beet Extra verzachting Etos	application site erythema, application site pruritus
NL-LRB-01102412	Nachtrust 3-in-1 A. Vogel	tinnitus
NL-LRB-01042180	Olimp Ashwagandha 600 sport	vomiting, nausea, abdominal pain, dyspnoea
NL-LRB-01092001	Oregano olie Holland & Barrett	diarrhoea, vomiting, taste disorder, parosmia, muscular weakness
NL-LRB-01035866	Osteo Plan	nausea, diarrhoea, muscle spasms
NL-LRB-01092271	Overgang 8-in-1 Ymea	palpitations, nausea, chills
NL-LRB-01027266	Overgang balance Lucovitaal	abdominal pain, nausea
NL-LRB-01039511	Phyto soya Arkopharma	vaginal haemorrhage
NL-LRB-01086173	Prostaforce A. Vogel	rash erythematous, pruritus
NL-LRB-01075061	Pycnogenol Fytostar	papule
NL-LRB-01070016	Relax Sediplus	dyspnoea, tremor, fatigue, heart rate increased, nervousness, restlessness
NL-LRB-01081216	Rode gist rijst	hepatitis
NL-LRB-01064632	Rode gist rijst Lucovitaal, Selenium zink Kruidvat	hyperkalaemia, autoimmune disorder
NL-LRB-01050714	rode gist rijst met knoflook Kruidvat	myalgia
NL-LRB-01080382	Salieblad Holland & Barrett	dizziness
NL-LRB-01035884	Silhouet Ymea	vomiting, product substitution issue
NL-LRB-01075561	St janskruid, valeriaan	flat affect
NL-LRB-01085814	Tea tree essential oil Xpel	rash erythematous, rash pruritic, blister
NL-LRB-01072073	Valeriaan nachtrust complex Etos	crying, emotional distress
NL-LRB-01069459	VitaePro	myalgia
NL-LRB-01069673	VitaePro	myalgia, flu like symptoms, withdrawal symptom
NL-LRB-01096090	Vitex agnus cactus Bonusan	dizziness

Vitamine- en mineralensupplementen

Tabel 2. Overzicht ontvangen meldingen van vitamine- en mineralenpreparaten van 1 januari 2025 tot en met 31 december 2025.

Lareb ID	Product	Gemelde klachten
NL-LRB-01028873	Actifit 50+ omega-3 visolie	palpitations, product substitution issue
NL-LRB-01048805	ADAM multivitamine voor mannen NOW	muscle spasms, myalgia, neuralgia
NL-LRB-01047907	Adenosyl, Methyl, Foliumzuur SanaCore	therapeutic product effect decreased (verminderde werking alfuzosine)
NL-LRB-01113202	AREDS 2 Minder Zink Vitaminenoprecept	abdominal pain upper, gastrointestinal pain
NL-LRB-01071402	B12 Combi 6000 met folaat en P-5-P Vitakruid	paraesthesia
NL-LRB-01080344	Calcium en vitamine D3 Lucovitaal	joint stiffness, arthralgia
NL-LRB-01085322	Collageen vitaminen & mineralen compleet Lucovitaal	neuralgia, myalgia
NL-LRB-01085567	Compleet Mamafit Davitamon	paraesthesia, pain in extremity
NL-LRB-01069458	Compleet weerstand forte Davitamon	neuralgia
NL-LRB-01075047	Compleet zwanger + omega-3 visolie Davitamon	fatigue
NL-LRB-01069463	Complex forte Supradyn	neuralgia
NL-LRB-01056275	Davitamon compleet	polyneuropathy chronic
NL-LRB-01061549	Eerst vitamine B complex Davitamon, daarna vitamine B Becoforte Dagravit	fatigue aggravated, muscle tension, tendon pain, broken nails
NL-LRB-01080897	Electrolyte + reishi mushroom, Crank preworkoutbooster	rash pruritic, rash
NL-LRB-01114073	Elke Dag 50+ Vitals	hypervitaminosis b6, gait disturbance, disturbance in attention, paraesthesia, neuralgia, insomnia, neuralgia, insomnia, nausea, memory impairment, fine motor skill dysfunction
NL-LRB-01099895	DEKAs Essential Vloeibaar	faeces discoloured
NL-LRB-01091651	DEKAs Essential Vloeibaar	faeces discoloured
NL-LRB-01091654	DEKAs Essential Vloeibaar	faeces discoloured
NL-LRB-01078570	DEKAs Essential Vloeibaar	faeces discoloured
NL-LRB-01069454	Ester-C Plus Vitamine C 500 mg	pyrosis, sensation of foreign body
NL-LRB-01067033	Huid, haar en nagel Etos	vitamin B6 increased, fatigue, muscle spasms, paraesthesia
NL-LRB-01067124	Huid, haar en nagels complex Holland & Barrett	polyneuropathy
NL-LRB-01095184	Ijzer Fumaraat + Vitaminen en Mineralen Holland & Barrett	feeling abnormal

Lareb ID	Product	Gemelde klachten
NL-LRB-01040051	Lucovitaal Magnesium/b6/l-tryptofaan	paraesthesia, muscle spasms, benign fasciculation syndrome, vitamin b6 increased
NL-LRB-01086314	Magnesium multi A-Z Kruidvat	product substitution issue, psychomotor hyperactivity, palpitations, dizziness
NL-LRB-01069614	Magnesium Nacht Davitamon	diarrhoea
NL-LRB-01099453	Max vita-min Holland & Barrett	small fibre neuropathy, hypervitaminosis B6
NL-LRB-01093028	Meer in 1 man VitOrtho	hypoesthesia, pain in extremity, musculoskeletal discomfort, hypervitaminosis b6
NL-LRB-01096215	MetaRelax Metagenics	maternal exposure during pregnancy, pain in extremity, muscle spasms, burning sensation
NL-LRB-01069795	Multi 70+ Flinndal	paraesthesia
NL-LRB-01069460	Multi A tot Z Kruidvat	polyneuropathy
NL-LRB-01035939	Multi alles in 1 Etos	pain in extremity, paraesthesia, headache
NL-LRB-01048342	Multi Compleet Holland & Barrett	paraesthesia, presyncope, burning feet syndrome, restlessness
NL-LRB-01035985	Multi compleet voor senioren	electric shock sensation
NL-LRB-01085540	Multi Compleet voor senioren Holland & Barrett	fatigue, stress, vitamin B12 increased, product complaint
NL-LRB-01092995	Multi nacht mama Vitakruid	maternal exposure during pregnancy, abnormal dreams, sleep disorder, night sweats
NL-LRB-01038026	Multifull 3000 Artelle	hypoesthesia, paraesthesia, product substitution issue
NL-LRB-01070445	Multivitamin 65+ formula Viridian	neuropathy
NL-LRB-01085323	Multivitamine	paraesthesia
NL-LRB-01089315	Multivitamine	burning sensation, hypoesthesia
NL-LRB-01069612	Multivitamine A-Z met 10 mcg vitamine D Lucovitaal	rash erythematous
NL-LRB-01038321	Multivitamine Charlotte Labe	paraesthesia, muscular weakness, fatigue, tremor
NL-LRB-01085325	Multivitamine gummies Yummygums	myalgia, feeling hot, blepharospasm, fatigue, asthenia, panic attack, intermenstrual bleeding, hypervitaminosis b6
NL-LRB-01069500	Multivitamine Triangle Pharma	muscle spasms, gait disturbance, paraesthesia, fatigue, asthenia
NL-LRB-01037505	Multivitamine WLS Flinndal	joint stiffness, myalgia, muscle spasms, arthralgia
NL-LRB-01081348	Multivitaminen Unipharma	pharyngeal swelling, erythema, rash, diarrhoea
NL-LRB-01081646	Niacine	hypertension, tachycardia
NL-LRB-01099274	Nutrof Omega Thea Pharma	neuropathy peripheral, hypervitaminosis B
NL-LRB-01069969	One daily AOV	neuropathy peripheral

Lareb ID	Product	Gemelde klachten
NL-LRB-01086847	Probiotica vitamine & mineralen complex Lucovitaal	product substitution issue, neuralgia, vitamin b6 increased
NL-LRB-01064632	Rode gist rijst Lucovitaal, Selenium zink Kruidvat	hyperkalaemia, autoimmune disorder
NL-LRB-01050375	Supradyn complex forte	peripheral coldness, pain in extremity
NL-LRB-01056671	Vital 50+ Supradyn	paraesthesia
NL-LRB-01081944	Vitalux Plus	chromaturia
NL-LRB-01086633	Vitamine B complex 50 mg Etos	chromaturia
NL-LRB-01050555	Vitamine B complex forte Lucovitaal	burning sensation, muscle spasms, disturbance in attention, coordination abnormal, tension, sleep disorder
NL-LRB-01031958	vitamine B complex Vitakruid	paraesthesia, pain in extremity
NL-LRB-01069535	Vitamine B100 Complex Etos	musculoskeletal stiffness, pain in extremity, muscular weakness, feeling hot
NL-LRB-01054618	Vitamine B12 Care	acne aggravated
NL-LRB-01049168	Vitamine B12 timed release Holland & Barrett, magnesiumcitraat Holland & Barrett	rash, pruritus
NL-LRB-01084111	Vitamine B12 Vitalize	feeling hot
NL-LRB-01094848	Vitamine B6	paraesthesia
NL-LRB-01079817	Vitamine b6	polyneuropathy
NL-LRB-01066725	Vitamine B6 Vitals	paraesthesia
NL-LRB-01070634	Vitamine B6, levertraan/biergist	myalgia, hypoesthesia, paraesthesia, tendon pain
NL-LRB-01037041	Vitamine D3 en K2 Vitaminstore, Covid-19 vaccine Pfizer Omicrjn.1	supraventricular tachycardia, nausea
NL-LRB-01053229	Vitamine D3 Lucovitaal	palpitations, atrial fibrillation, chest discomfort, abdominal pain upper

Overige gezondheidsproducten

Tabel 3. Overzicht ontvangen meldingen van overige preparaten van 1 januari 2025 tot en met 31 december 2025.

Lareb ID	Product	Gemelde klachten
NL-LRB-01085588	Active mondspoelmiddel O7	product substitution issue, oral discomfort, product taste abnormal
NL-LRB-01045167	Anti-gluten pillen Little helpers	diverticulitis, abdominal pain
NL-LRB-01032360	Arthro-5	abdominal discomfort
NL-LRB-01087073	Augmented NAC	Inflammation, arthralgia, weight decreased, neuralgia, muscular weakness
NL-LRB-01053035	Baby drops Optibac	choking, irregular breathing, hypotonia neonatal

Lareb ID	Product	Gemelde klachten
NL-LRB-01094296	Biologische zonnebloem lecithine-95	infantile spitting up, exposure via breast milk
NL-LRB-01059701	Bio-Quinon Q10 Pharma Nord	haematoma, drug interaction
NL-LRB-01066909	Bliss	blood zinc abnormal
NL-LRB-01099277	bromazolam, flunitrazolam	headache, disturbance in attention, dysphagia, blood glucose decreased, malaise, dyspepsia
NL-LRB-01107731	Casting crème gloss L'oreal Paris	sun sensitivity
NL-LRB-01054673	Chlorella Holland & Barrett	abdominal pain upper, nausea, headache, constipation
NL-LRB-01050012	Collagen anti-age beauty drink	device physical property issue
NL-LRB-01095496	Collagen Powder Glow25	arthralgia
NL-LRB-01037434	Creatine	myalgia
NL-LRB-01114248	Creatine (Creapure) Body&Fit	chest discomfort, vision blurred, electric shock sensation
NL-LRB-01035822	Creatine Upfront	tremor
NL-LRB-01093855	Deep Sleep Gimmy	feeling jittery
NL-LRB-01069984	DEET	dyspnoea, dizziness
NL-LRB-01037583	DynaPills	nausea, dry mouth
NL-LRB-01045473	DynaPills	headache, dizziness, aggression, irritability, insomnia, fatigue, palpitations, panic attack, myalgia
NL-LRB-01059965	Erectiepillen Senserex, zostervaccin	malaise, nausea
NL-LRB-01109595	Foliumzuur/vitamine D	fatigue, depressed mood
NL-LRB-01037616	GABA Swanson	insomnia
NL-LRB-01112735	Glucosamine chondroïtine Etos	diarrhoea, constipation, defaecation urgency, proctalgia
NL-LRB-01069461	Glucosamine Puur Kruidvat	epistaxis
NL-LRB-01031912	Glucosamine/chondroïtine	hyperkalaemia
NL-LRB-01037990	Gum Gingidex Sunstar	tooth discolouration
NL-LRB-01114203	Inhaler Vicks	product substitution issue, eye pain
NL-LRB-01079858	Intensive Care mondspoeling Perio-aid	oral pain, odynophagia, salivary gland pain
NL-LRB-01079350	Intensive Care mondspray Perio-Aid	glossitis, paraesthesia oral
NL-LRB-01049736	L-Tryptofaan	metabolic disorder, abnormal behaviour, fatigue, headache, brain fog, photophobia, somnolence, insomnia, nightmare, depressed mood, constipation, dyschezia, malaise
NL-LRB-01044513	Lucovitaal collageen	nausea

Lareb ID	Product	Gemelde klachten
NL-LRB-01050300	Magic mushroom gummies muscimol	myoclonus, coma, respiratory failure, overdose
NL-LRB-01061189	Magnesium	diarrhoea
NL-LRB-01090507	Magnesium 100 mg Vitals	asthenia, fatigue
NL-LRB-01059857	Melatonine Original 0,1mg Shiepz	anxiety, nausea, palpitations, panic reaction
NL-LRB-01101496	Melatonine Original 0,1mg Shiepz	middle insomnia, night sweats
NL-LRB-01084190	Melatonine puur kids Lucovitaal	pain of skin, erythema, skin irritation
NL-LRB-01070695	Melatonine puur Lucovitaal	bradycardia
NL-LRB-01085490	Melatonine Shiepz 0,1 mg	derealisation, panic reaction, tremor, palpitations, abnormal dreams, fatigue
NL-LRB-01099739	Midalgan warm	rash pruritic
NL-LRB-01027242	Midalgan	abdominal pain
NL-LRB-01085905	Midalgan	abdominal pain, nausea, rash erythematous, pruritus, skin burning sensation
NL-LRB-01037050	Midalgan Extra warm	pruritus, erythema
NL-LRB-01045048	Midalgan extra warm	abdominal pain, dizziness, confusional state, nausea
NL-LRB-01045317	Midalgan extra warm	abdominal pain
NL-LRB-01092913	Midalgan Extra Warm	rash, pruritus, tremor
NL-LRB-01097818	Midalgan Extra Warm	abdominal discomfort, feeling hot, speech disorder, erythema
NL-LRB-01047640	Midalgan extra warm + magnesium	rash pruritic
NL-LRB-01107413	Midalgan extra warm + magnesium	application site warmth, application site burning
NL-LRB-01113211	Midalgan warm	rash erythematous, rash, paraesthesia, dizziness, heart rate increased, skin swelling
NL-LRB-01113209	Midalgan warm	therapeutic response unexpected
NL-LRB-01037063	Mondspoeling Perio-Aid	dry throat, throat irritation, dry mouth, cough
NL-LRB-01093269	Mondspoeling Perio-Aid	oral discomfort, tongue discolouration
NL-LRB-01095559	Nacht extra sterk Valdispert, lisinopril	dizziness, presyncope
NL-LRB-01069900	Neusspray zoutoplossing Albert Heijn	dizziness
NL-LRB-01093923	Oculoheel oogdruppel Heel	eye irritation
NL-LRB-01048287	Omega-3 Sea treasures	fatigue, decreased appetite
NL-LRB-01099061	Perio-Aid Intensive Care	salivary gland enlargement
NL-LRB-01099073	Perio-Aid Intensive Care	salivary gland enlargement

Lareb ID	Product	Gemelde klachten
NL-LRB-01080139	Perio-aid mondspoeling	parotid gland enlargement, salivary gland pain, salivary gland calculus
NL-LRB-01050025	Perio-aid mondspoeling intensive care	paraesthesia oral, aphthous ulcer, palpitations
NL-LRB-01093553	Plankton Plnktn	paraesthesia, neck pain, facial pain, blood pressure increased, dizziness, somnolence
NL-LRB-01101520	Pre-workout tropisch fruit Lidl	palpitations, dizziness, presyncope, electric shock sensation
NL-LRB-01069668	Probiotica	pyrexia, fatigue, abdominal distension, skin exfoliation, papule, anxiety, depressed mood, chills, dizziness, brain fog, abdominal pain, faeces discoloured
NL-LRB-01081197	Prosource nocarb	rash papular
NL-LRB-01037240	Pure arctic oil	palpitations
NL-LRB-01093383	Pure PEA Holland & Barrett	nausea, dyspepsia, diarrhoea, abdominal distension
NL-LRB-01060102	Puur koudwater omega 3 visolie Lucovitaal	palpitations, flatulence, abdominal distension
NL-LRB-01092262	Q10 vitamine B1 Holland & Barrett, L-carnitine Precision Engineered	anxiety, depressed mood, panic reaction, obsessive-compulsive disorder, feeling abnormal
NL-LRB-01107175	Rode gist rijst Lucovitaal	faeces soft, defaecation urgency, flatulence
NL-LRB-01072525	Sensodyne gevoeligheid & tandvlees tandpasta	product substitution issue, erythema, lip swelling, gingival disorder
NL-LRB-01044444	Spierspray Kruidvat	rash pruritic
NL-LRB-01084760	Taurine NOW	therapeutic response unexpected
NL-LRB-01061616	Vegan omega 3 met DHA en EPA Holland & Barrett	palpitations, chest discomfort, heart rate irregular
NL-LRB-01098926	Visolie 1400 TG & Vitamine D3	rash pruritic, abdominal discomfort, flatulence, abdominal pain
NL-LRB-01071921	Visolie omega 3	haematoma
NL-LRB-01048466	Visolie Omega 3 Lucovitaal	palpitations, extrasystoles

bijwerkingen
centrum**lareb**

Goudsbloemvallei 7

5237 MH 's-Hertogenbosch

Tel. 073 646 9700

info@lareb.nl

www.lareb.nl