

# Bijwerking?

## Goed om te weten!

**In deze rubriek bespreekt Bijwerkingencentrum Lareb in elk nummer risico's en bijwerkingen van drogisterijproducten. Dit keer: overgevoeligheidsklachten bij psylliumvezels.**

### Psylliumvezels

Sommige laxeremiddelen bevatten psylliumvezels als werkzame stof. Deze vezels komen van een bepaalde soort weegbreeplant, de *Plantago ovata*. De plant staat bekend om zijn krachtige werking in de darmen. De vliesjes om het zaad van de plant heten psylliumvezels. Psylliumvezels zijn zonder recept te krijgen onder de merknamen Metamucil en Volcolon en als psylliumvezels zelf.

### Werking

Psylliumvezels kunnen erg veel water opnemen. Dit kan helpen bij verstopping in de darmen. De vezels maken de ontlasting soepeler en slijmeriger, waardoor de stoelgang makkelijker gaat. Het is dan wel erg belangrijk om voldoende water te drinken, anders kan er een gevaarlijke afsluiting van de darm ontstaan. Ook ondersteunen psylliumvezels de darmbeweging en helpen ze mee aan een gezonde samenstelling van darmbacteriën.

### Overgevoeligheidsklachten

Psylliumvezels kunnen naast een positieve werking ook bijwerkingen geven, zoals buikpijn, een opgeblazen gevoel, winderigheid, diarree en misselijkheid. Daarnaast kunnen psylliumvezels overgevoeligheidsreacties veroorzaken, zoals ontsteking van de oog- of neusslijmvliezen, kortademigheid en benauwdheid,

huiduitslag en jeuk. Bijwerkingencentrum Lareb ontving hier meldingen van. Bij de meeste meldingen ontstonden de overgevoeligheidsklachten binnen twee weken na de start van het gebruik.

### Niet herkend

Overgevoeligheidsreacties staan ook genoemd in de bijsluiters van laxeremiddelen met psylliumvezels. Toch herkennen mensen deze klachten niet altijd als bijwerking. Mensen kunnen hierdoor onnodig lang met de klachten rondlopen. Een aantal meldingen bij Bijwerkingencentrum Lareb laat zien dat mensen soms jarenlang last hebben van de klachten, voordat ze erachter komen dat psylliumvezels de oorzaak zijn.

