

# Hoaxenjacht

Lood in lipsticks, ongezonde aspartaam in frisdrank, weekmakers in speelgoed... Via internet worden we bedolven onder de gezondheidswaarschuwingen. Waar komen die berichten vandaan en hoe onderscheid je een echt bericht van een hoax?



**H**et lijkt aan de orde van de dag. Je zit achter je computer en er springt een e-mail in beeld met alarmerend dan wel baanbrekend nieuws over je gezondheid. 'Er zit asbest in tampons', 'Je wordt ziek van bananen uit Costa Rica' en 'De broodtrommels van je kinderen zitten vol weekmakers'. Wie kan dat nou van zich af laten glijden? De waarschuwingsberichten zijn bovendien zo sensationeel dat je ze zo snel mogelijk met anderen wilt delen. Deze berichten, die (revolutionair) gezondheidsnieuws claimen te bevatten, zijn meestal hoaxes. Een hoax is een bericht waarin de lezer van iets overtuigd

moet worden, om hem of haar vervolgens een bepaalde handeling te laten verrichten. Regelmatig is dat het doorsturen van het bericht naar andere potentiële 'slachtoffers'.

## Sensatiezucht

Gezondheidsmythes zijn er altijd al geweest, maar door internet worden ze veel sneller verspreid. De oproep 'Deel dit bericht met iedereen die je kent' maakt dat ze zich verspreiden ze als een lopend vuurtje. Het is heel makkelijk om gegrepen te worden door een e-mail waarin staat wat voor gezondheidsrisico's jij en je familie lopen. Ook is het zo dat slecht nieuws sneller doorverteld wordt dan goed nieuws. Dr. Aart Velthuisen, verbonden aan de Universiteit van Amsterdam en gespecialiseerd in overtuigende communicatie: "Mensen koesteren ongeluk, hebben een bepaalde behoefte aan spanning en nare

dingen. Als een soap alleen over positieve onderwerpen gaat, zal het geen succes worden. Dat geldt ook voor dit soort berichten." Daarnaast wordt een hoax ook doorgestuurd uit bezorgdheid voor anderen. Velthuisen: "Door het verhaal zijn sommige mensen zo bang geworden dat ze vergeten om zelf na te denken. Ze sturen de e-mail door zoals van ze gevraagd wordt."

## Mensen zoals jij en ik

Bij gezondheidshoaxes wordt vaak gebruik gemaakt van persoonlijke verhalen: 'een vriendin van een vriendin zou ziek zijn geworden van sodium-laureth-sulfaat in shampoo, de neef van een vriend is in Zuid-Amerika slachtoffer geworden van orgaanroof. Door naar 'echte' mensen te verwijzen heeft het bericht nog meer impact. Een persoonlijk verhaal prikkelt immers onze emoties; we worden angstig, blij of zijn verontwaardigd. Dat het persoonlijke veel impact heeft, is al eerder naar voren gekomen bij onderzoek naar reclame. Velthuisen: "We merken elke keer weer dat een boodschap in de vorm van een *testimonial*, een persoonlijke tekst van iemand die iets meemaakt heeft, veel meer effect heeft dan een opsomming van de feiten. Een rijtje feiten wordt zelfs gewantrouwd."

**'Mensen koesteren ongeluk, hebben een bepaalde behoefte aan spanning en nare dingen'**

# Hardnekkige gezondheidshoaxes



## 1. Aspartaam zou hersentumoren veroorzaken

De zoetstof aspartaam (in bijvoorbeeld light-frisdrank) wordt op internet al jaren in verband gebracht met een hele lijst ziektes: van epilepsie tot multiple sclerose en kanker. Zowel de Amerikaanse Food & Drug Administration als het Nederlandse Voedingscentrum zien echter geen gevaar voor de gezondheid.



## 2. Antitranspirant zou borstkanker veroorzaken

Door de toevoeging van aluminium-chloorhydraat en parabenen zou deodorant levensgevaarlijk zijn. Volgens steeds terugkerende spookverhalen op internet voorkomt een 'antitranspirant' dat toxische stoffen uitgezweet worden. Hierdoor stapelen deze zich op in de lymfeklieren onder de armen en veroorzaken zo borstkanker. Het KWF stelt echter dat uit onderzoek niet is gebleken dat er een verband bestaat tussen deze stoffen en borstkanker.



## 3. Vitamine B17 wondermiddel tegen kanker

Vitamine B17, volop aanwezig in abrikozenpitten, vernietigt volgens recente e-mails kankercellen en zou in een Mexicaans ziekenhuis al vele kankerpatiënten hebben genezen. Dat het gebruik bij ons nog geen gemeengoed is, zou te maken hebben met financiële belangen van de farmaceutische industrie. De Voedsel en Waren Autoriteit (VWA) waarschuwt voor de consumptie van bittere abrikozenpitten, omdat ze mogelijk de giftige stof cyanide (blauwzuur) bevatten.



## 4. De Mexicaanse griep (H1N1) 'pandemie'

In 2009 bracht het H1N1-virus de wereld in totale paniek. E-mails gingen rond waarin verteld werd dat in Azië al hele dorpen waren uitgeroeid en dat deze winter zes op de tien mensen getroffen zouden worden. De Nederlandse overheid betoogde (of voedde?) de angst met een grote vaccinatiecampagne onder kwetsbare groepen. Uit een rapport van de Raad van Europa blijkt nu dat overheidsinstellingen onnodig paniek hebben gezaaid.



## 5. De gevaren van plastic

Sinds 2002 circuleren e-mails met waarschuwingen als 'Stop geen plastic flessen in de vriezer' of 'Gebruik geen plastic bakjes in de magnetron', omdat de extreem lage of hoge temperaturen ervoor zorgen dat er kankerverwekkende dioxine vrijkomt. Ook het bericht dat het drinken uit een fles water die te lang in de auto heeft gelegen borstkanker veroorzaakt, behoort tot deze categorie. Voor deze berichten is tot op heden geen bewijs gevonden.

### Wat is waar?

Hoe kun je weten of het bericht dat je ontvangen hebt op waarheid berust? Vaak staan de mails vol met namen van doktoren en wetenschappers en lijken de berichten goed onderbouwd. Bovendien is het lastig om aan een e-mail te zien of deze 'betrouwbaar' is, je hebt immers geen persoon voor je staan die je in de ogen kunt kijken. Velthuisen: "We zijn gewend om de gezichtsuitdrukking en lichaamshouding van iemand te betrekken bij ons oordeel over de betrouwbaarheid. Via de telefoon kun je nog aan de stem horen hoe serieus het bericht is, maar via internet wordt het veel moeilijker. Je moet een bepaalde ervaring met het medium hebben en goed zelf blijven nadenken." Naarmate we het medium beter leren kennen, worden we ook beter in het beoordelen, veronderstelt Velthuisen. "In de beginjaren van e-mail moesten mensen onderaan het bericht nog uitleggen of iets grappig of ironisch bedoeld was. Nu drukken we ons veel duidelijker uit in tekst en zijn er ook nog icoontjes zoals de smiley om onze emotie te verduidelijken."

### Op onderzoek uit

Als het bericht jezelf of een van je naasten aangaat, is het extra moeilijk er objectief naar te kijken. Aangezien de afzender van een hoax vaak een dokter of andere medische autoriteit is, hebben we ook de neiging de e-mail als betrouwbaar te bestempelen. Door de naam van de medische autoriteit te googlen of op te zoeken bij de instantie waaraan hij of zij verbonden is of beweert te zijn, kun je er in veel gevallen al snel achterkomen of de afzender een >

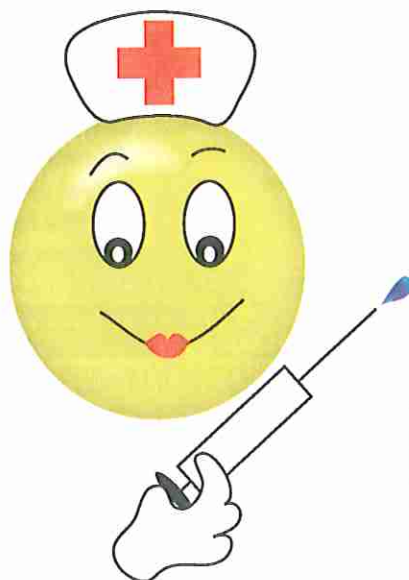
...maar de verwachte pandemie bleef uit.

# Spam of spoedeisend?

fictief persoon is of een echte arts of wetenschapper. Helaas weet je dan nog steeds niet of diegene de e-mail ook daadwerkelijk verstuurd heeft. Velt-huisen: "Om er echt zeker van te zijn dat het bericht klopt, zou je eigenlijk rechtstreeks contact op moeten opnemen met de persoon die als afzender genoemd wordt." Andere opties zijn je huisarts bellen voor de laatste medische inzichten of bijvoorbeeld een bezoek brengen aan de website van de Gezondheidsraad, een onafhankelijk adviesorgaan. Ook op de Amerikaanse website Snopes.com kun je zien welk bericht waar (of gedeeltelijk waar) is. Het echtpaar achter deze uitgebreide site neemt voor elke hoax contact op met artsen en andere wetenschappers om de inhoud te verifiëren.

## Wie verstuurt ze?

Het is erg moeilijk om de oorspronkelijke afzender van een hoax te traceren. Sommige verhalen deden al de ronde vóór het internettijdperk en niemand weet wie ze ooit bedacht heeft. Zo gaat in Nederland al decennialang het verhaal dat het twee keer opwarmen van spinazie giftig of zelfs dodelijk is door het verhoogde nitrietgehalte. Uit verschillende onderzoeken blijkt die toename echter niet zo hoog te zijn dat zij een gevaar vormt voor de gezondheid. Over bacterie-aantrekkende uien zijn de fabels zelfs te traceren tot de zestiende eeuw.



Men geloofde in die tijd dat een doorsneden ui in huis zou beschermen tegen de pest en ook nu circuleren de verhalen over de ui als bacteriemagneet nog. Van oma leerden we een ui op ons nachtkastje te leggen tegen de verkoudheid, en dat geven we, zonder zeker te weten of het werkt, weer aan onze kinderen door.

## De ene hoax is de andere niet

Sommige e-mailhoaxes worden doelbewust gecreëerd, andere worden gaandeweg een hoax. Bijvoorbeeld doordat wetenschappelijk onderzoek verkeerd wordt geïnterpreteerd of een journalistiek bericht verkeerd wordt overgenomen. Of als nieuwe personen steeds feiten aan het oorspronkelijke bericht blijven toevoegen. Het komt zelfs weleens voor dat een waarschuwing in een ketting-e-mail wél waar is. Verwarrend, maar zelf op onderzoek uit gaan is dan altijd nog de beste manier om achter de waarheid te komen. <

Wees wantrouwig als je de waarschuwing nergens anders tegenkomt



## Hoe herken je een hoax?

1. Het bericht bestaat onder andere uit een persoonlijk verhaal van 'de moeder van een vriend' - het gaat niet om informatie uit de eerste hand, maar om moeilijk verifieerbare informatie van mensen die je niet zomaar kunt benaderen.
2. Het bericht is op geen enkele andere plek te vinden - wees wantrouwend als je de waarschuwing niet ziet op het (televisie)nieuws, in de krant of op een geloofwaardige website.
3. In het bericht staat dat het insider-informatie betreft - soms wordt zelfs vermeld dat de traditionele media of autoriteiten niet willen dat je ervan weet en dat dát de reden is dat je het bericht nergens anders tegenkomt.
4. Onderaan het bericht staat de oproep 'stuur dit door naar zo veel mogelijk mensen. Gezondheidsinformatie is niet geschikt voor een kettingmail; dit soort informatie zou juist bewust en met zorg doorgegeven moeten worden.