

'Het is geen sexy specialisme'



Professor Thomas Hummel

**Professor Thomas Hummel is van origine farmacoloog, maar staat tegenwoordig bekend als één van de meest vooruitstrevende wetenschappers op het gebied van de behandeling en het onderzoek naar reuk- en smaakstoornissen. De methode voor reuktraining die hij heeft ontwikkeld, wordt over de hele wereld gebruikt.**

'Eigenlijk ben ik per ongeluk in de wereld van reukstoornissen beland. Als farmacoloog deed ik onderzoek naar pijnbestrijding en in een van die onderzoeken maakten we gebruik van geur. Zo kwam van het één het ander', legt hij uit. Halverwege de jaren negentig behaalde hij zijn post-doctoraal aan de universiteit van Iowa en werkte hij als assistent-onderzoeker in Philadelphia.

In 1998 maakte hij de overstap naar de universiteit van Dresden. Sindsdien doet hij daar onderzoek naar reuk- en smaakstoornissen en leidt hij de Reuk- en smaakkliniek. 'Het zou goed kunnen dat het één van de eerste reuk-smaakcentra ter wereld is. Maar toen ik in Dresden kwam, werd er nog maar weinig onderzoek naar reuk en smaak gedaan. Ik ben er in feite mee begonnen.' In Nederland zijn reuk- en smaakstoornissen vaak een ondergeschoven kindje in de medische wetenschap. Professor Hummel ervaart dat in Duitsland en Amerika net zo. 'Lang niet alle kno-artsen zijn gespecialiseerd op het gebied van reuk- en smaakstoornissen. Het is geen sexy specialisme in de medische wereld. Er is weinig geld beschikbaar voor onderzoek naar reuk en smaak en daardoor is het voor bijna niemand aantrekkelijk om zich erin te verdiepen. De overheid stelt over het algemeen meer subsidies beschikbaar voor onderzoek naar doof- of blindheid, omdat die zintuigen belangrijker zijn om te kunnen functioneren in de maatschappij.' Wel valt het hem op dat alleen in Nederland en het Verenigd Koninkrijk patiëntenbelangenverenigingen zijn voor reuk- en smaakstoornissen. 'Ik vind het heel bijzonder wat Reuksmaakstoornis.nl en Fifth Sense voor hun leden doen. Ik ken in Oostenrijk ook een patiëntenvereniging, maar dat is een veel lossere verband.'

#### Koffie verkeerd?

Volgens professor Hummel komt het gebrek aan geld, en dus onderzoek, dan ook voort uit de onderschatte waarde van reukzin in de westerse maatschappij. 'Mensen zijn zich over het algemeen helemaal niet bewust van wat ze ruiken. We vergeten geuren snel. Wie kan zich 's middags nog herinneren hoe zijn douchegel 's morgens rook? En wanneer koffie gewoon naar koffie ruikt, merken we dat meestal niet eens op. Wanneer iets vreemd of anders dan anders ruikt, staan we er vaak wel bij stil.'

Toch is hij ook blij met de vooruitgang die in de afgelopen 20 jaar is geboekt. 'Tegenwoordig zijn er gestandaardiseerde reuk- en smaaktesten, in het Reuk- en smaakcentrum in Ede maken ze daar ook gebruik van. Daarnaast wordt er steeds meer onderzoek gedaan. Hoewel het in verhouding tot het onderzoek naar andere zintuigen nog steeds beduidend minder is, weten we veel meer over reuk – en smaakstoornissen en hoe deze worden veroorzaakt. Maar er is ook veel wat we nog niet weten, dus we hebben nog genoeg te doen.'

#### Niet uit het keukenkastje

Eén van zijn belangrijkste ontdekkingen is zonder twijfel de reuktraining die vandaag de dag door mensen over de hele wereld steeds meer wordt gebruikt.

Uit de onderzoeksresultaten die hij in juni 2017 op de Human Olfaction Conference in Nijmegen presenteerde bleek dat patiënten die de geurtraining 14 maanden volhielden, gemiddeld zo'n 25% beter konden ruiken. 'De basisgeuren citrus, roos, kruidnagel en pepermunt die bij de reuktraining worden voorgeschreven,

heb ik overgenomen van een Duitse fysioloog. Maar het gebruik van deze vier geuren is in feite een concept; diep in mijn hart denk ik eigenlijk dat het niet zoveel uitmaakt met welke geuren je traint. Het is het belangrijkste dat je er zelf in gelooft en er consequent twee à drie keer per dag mee bezig bent. Wel zou ik er altijd een geur bij doen die de nervus trigeminus (de trigeminale zenuw) prikkelt, zoals eucalyptus of pepermunt. Dan pik je in ieder geval iets op en dat motiveert.' Toch meent hij dat je beter niet het keukenkastje kunt plunderen: 'Spullen uit de keuken vergeet je snel. Door speciaal voor de reuktrainingen etherische oliën of Sniffin' Sticks aan te schaffen ben je er al een stuk bewuster mee bezig. Het moeten wel sterke geuren zijn. ik denk dat je ze het best op je slaapkamer of in de badkamer kunt bewaren, zodat je voor het slapen gaan en bij het opstaan kunt trainen.'

#### Betaalde hobby

De Reuk- en smaakkliniek is onderdeel van de universiteit van Dresden. Twee dagen per week ziet professor Hummel patiënten op consult, de andere drie dagen houdt hij zich bezig met onderzoek. Elke week ontvangt Hummel zo'n 20 patiënten. Vanwege zijn achtergrond als farmacoloog voert hij operaties niet zelf uit, dat laat hij aan zijn collega-specialisten over.

Uit zijn onderzoeksdata blijkt dat tot 5% van de populatie niet kan ruiken, bij 15% procent is het reukvermogen (sterk) verminderd. 'We onderzoeken onze patiënten niet alleen, maar praten ook met ze. In de gesprekken tijdens de reuk- en smaaktesten wordt vaak duidelijk wat hen het meest dwars zit. Daarom werken we



met een interdisciplinair team dat bestaat uit onder anderen kno-artsen, onderzoekers, neurologen, psychologen en radiologen. Het zijn allemaal enorm enthousiaste en bevlogen collega's. Soms lijkt het alsof alle mensen in het werkveld rondom reuk- en smaakstoornissen extra vriendelijk

zijn. Ik heb daar geen verklaring voor, maar misschien komt het omdat geuren zo met emoties verbonden zijn.'

Voor Hummel is de combinatie van onderzoek doen en het zien van patiënten ideaal: 'Ik houd van het sociale aspect, de omgang met mensen. Maar onderzoek is ook erg dankbaar werk, want of er nu wel of niet iets uitkomt; je leert er altijd van. Ik word dus eigenlijk betaald voor iets dat ik hoe dan ook zou doen. Mijn werk is voor mij als een hobby. Dat kan haast niet beter, toch?' Bovendien is ruiken ook een geliefde bezigheid van de professor: 'Ik houd van ruiken. Geuren zijn emotie. Ik heb geen favoriete geur, maar ik vind er ook niet één echt vies. Juist slechte geuren waarschuwen je vaak en zijn daardoor heel belangrijk. Ruiken is voor mij altijd een geluksmoment.'

#### THOMAS HUMMEL

- Geur** – heb ik niet echt, misschien groene tomaten
- Gerecht** – een perfecte steak of salade met radijsjes
- Geboren** – Saltendorf, Duitsland, 1959
- Burgerlijke staat** – getrouwd
- Woont in** – Dresden
- Opleiding** – PhD in Farmacologie en Toxicologie, professor in Keel- neus en oorheelkunde
- Eerste baan** – eigenaar van een restaurant
- Sport** – hm...
- Boek** – Der Geruch - E. von Skramlik
- Film** – La Vita è Bella
- Muziek** – Brahms
- Onmisbaar** – mijn vrouw