

# "Kemp kan verslaving aan vette voeding doorbreken"

nieuws

Wervel leidt uit recent Amerikaans en Braziliaans onderzoek af dat kemp kansen kan bieden om obesitas tegen te gaan.

🕒 29 JULI 2011 – LAATST BIJGEWERKT OM 4 APRIL 2020 15:00

Lees meer over:

gezondheid

Recent Amerikaans onderzoek toont aan dat verslaving aan vetten verband houdt met lichaamseigen stoffen analoog aan THC. "En vermits onderzoek in Brazilië uitwees dat cannabidiol, dat overvloedig voorkomt in kemp, de werking van THC tegengaat, liggen er mogelijks nieuwe kansen in het medisch gebruik van kemp om obesitas tegen te gaan", zegt Patrick De Ceuster van Wervel. De Werkgroep voor een Rechtvaardige en Verantwoorde Landbouw (Wervel) promoot kemp als een zeer interessant gewas voor alle betrokkenen. Voor het milieu is kemp een teelt met een positieve impact op de biodiversiteit. Voor de boer is het een makkelijke teelt die diverse producten oplevert die afzonderlijk vermarkt kunnen worden. Voor de consument is kemp vooral een zeer gezond product.

"Kempzaad en -olie zijn gezond omwille van de hoge gehalten aan onverzadigde vetzuren", verklaart Patrick De Ceuster van Wervel. Zowat de helft is omega6 en een vijfde omega3, twee essentiële vetzuren die ons lichaam zelf niet kan aanmaken. Het Westerse dieet bevat bovendien teveel omega6 in vergelijking met omega3. "Kemp bevat ze in de juiste verhouding", benadrukt De Ceuster, die er aan toevoegt dat de plant veel vitamine E bevat.

Daarnaast bevat kemp veel gamma-linolinezuur of GLA (2-6%), een lang onverzadigd vetzuur dat in niet veel olies voorkomt. GLA verlicht psoriasis, atopische eczeem en mastalgia. Het heeft verder een positief effect bij hart- en bloedziekten, psychose en immunologische storingen. "GLA vindt ook zijn weg naar het vlees en de melk van dieren die met kemp gevoederd zijn", aldus De Ceuster.

"De groene delen van de plant bevatten grote hoeveelheden cannabidiol, een niet-hallucinogene stof die positieve effecten heeft voor de behandeling van onder meer ontstekingen, spierspasmen, misselijkheid, angstigheid, depressie, kanker, Alzheimer, ziekte van Creutzfeldt-Jakob en

huidziekten. Wervel plaatst nu ook een preventieve werking tegen obesitas in dat rijtje want Antonio Waldo Zuardi van de universiteit van Sao Paulo heeft aangetoond dat de cannabidiol in kemp de werking van endocannabinoïden tegengaat.

Dat zijn lichaamseigen stoffen waarvan de University of California-Irvine heeft bewezen dat zij door de darm worden aangemaakt bij het eten van vetrijke voeding en voor een goed gevoel en extra appetijt zorgen. Een onderzoeksgroep waar de K.U.Leuven deel van uitmaakte, toonde recent nog aan dat zelfs een onbewuste inname van vetzuren voor een verbetering van een droevige gemoedstoestand zorgt. “Kemp kan de vicieuze cirkel die kan leiden tot een verslaving aan vette voeding echter doorbreken”, besluit De Ceuster.

**Meer info: [Onderzoek naar gezondheidseffecten kemp](#)**

## VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17  
1000 Bruxelles

## Contact

M • [info@vilt.be](mailto:info@vilt.be)

## Volg ons op:

screenreader.visit us on our facebook page: <https://www.facebook.com/vilt.nieuws/>

screenreader.visit us on our linkedin page: <https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/>

screenreader.visit us on our instagram page: <https://www.instagram.com/vilt.nieuws>

screenreader.visit us on our x page: [https://x.com/vilt\\_nieuws](https://x.com/vilt_nieuws)

screenreader.visit us on our bluesky page: <https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social>

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |

[Privacy policy](#)

[Copyright](#)

[Cookie Policy](#)

[Cookie instellingen aanpassen](#)

Webdesign by [Who Owns The Zebra](#)