

# Komkommerbril



Tot op de huid  
Christiaan Bakker

**D**e groene, iets gekromde staven van komkommers liggen kriskras door elkaar in de bak. Ik bekijk de voorste paar groentjes en kies een mooie lange uit.

De tropische omstandigheden van de afgelopen weken in ons kikker-, of toepasselijker woestijn-padlandje maakt elke supermarkt een verademing qua koelte. Even bijkomen. Ik koop meer dan nodig, alleen maar om de loop naar de buitensauna zo lang mogelijk uit te stellen.

De komkommer heeft zijn origine in India en Afrika en wordt al

drieduizend jaar geteeld. In Nederland wordt sinds de jaren zestig ook in verwarmde kassen. Dankzij de 1,6 miljard zoete waterstaven die daar jaarlijks vandaan komen, kunnen we er het hele jaar van genieten. We bekommeren ons eigenlijk nooit om de komkommer. Nou, ja. Eigenlijk alleen tijdens de komkommertijd. Wanneer deze begint, weten we niet precies. Maar ineens zitten we er middenin. Komkommeriger dan nu wordt het echt niet.

Het schijnt dat de benaming uit Engeland (en wellicht Duitsland) is over komen waaien uit de achttien-

de eeuw. De kleermakers spraken dan over de zomerse periode waarin hun adellijke klanten buiten de stad vertoefden en er dus geen werk was. Wel waren er volop komkommers. De komkommertijd was dus een tijd dat ze weinig konden uitrichten en verdienen.

Het Franse sportblad *L'auto* had in deze komkommertijd in 1903 zo'n terugval in de verkoop van het blad, dat het besloot iets te bedenken om de verkoop te stimuleren: de Ronde van Frankrijk. Inmiddels is deze 'komkommer', zeker met de huidige generatie Nederlandse wielershelden, eentje om van begin tot eind op te peuzelen!

De komkommer zou ook goed zijn voor de huid, volgens sommigen, en van mij mag u best een keer wat komkommerschijfjes op uw

## Er is een kleine studie die aantoonde dat het sap van de komkommer gunstige elementen bevat

oogleden leggen: er is een kleine studie in het laboratorium die aantoonde dat het komkommersap gunstige elementen bevat zoals een anti-elastase/anti-hyaluronidase ofwel antirimpelwerking.

Maar één studie maakt net als één zwaluw nog geen zomer. En de vertaalslag uit het lab naar de echte huid: als dat effect al daadwerkelijk ook op de menselijke huid bestaat en door de huid wordt opgenomen, dan zal dat denk ik van zeer korte duur zijn. Dus voor behoud van het effect zou u dan deze periode moeten doorkomen met een continue bril van komkommerschijven. Aan de voorraad in de supermarkt hoeft het niet te liggen.

▶ Christiaan Bakker is dermatoloog in ziekenhuis Nij Smellinghe