



## Sterfruit (Carambola)

Sterfruit bevat het stofje caramboxine. Bij een verminderde nierfunctie kunnen de nieren dit onvoldoende uitfilteren. Als er te veel caramboxine in het bloed komt, wordt het een giftige stof. Gebruik van sterfruit door patiënten met een verminderde nierfunctie kan daardoor tot ongewenste complicaties leiden.

De ernst van de klachten die dan kunnen ontstaan lijkt niet samen te hangen met de gebruikte hoeveelheid sterfruit of de mate van nierfunctieverlies.



**Het advies is daarom:  
Gebruik géén sterfruit of producten  
met sterfruit !**

Sterfruit is ook bekend onder andere namen, zoals:

- carambola
- belimbing manis
- balimbing manis
- Fransman birambi



*sterfruit*

Sterfruit is geel of licht groen.

Het is wereldwijd bekend en zeer populair in tropische landen in Azië (zoals Taiwan, Zuid-China, Maleisië, en Thailand), tropisch Afrika en Indonesië, Centraal- en Zuid Amerika (zoals Brazilië). U kunt het dus tijdens uw vakantie tegenkomen! In verschillende landen is sterfruit ook bekend om zijn medicinale eigenschappen.

In Nederland wordt sterfruit geïmporteerd en is het hele jaar door redelijk goed verkrijgbaar. De grootste aanvoer vindt plaats van december tot en met april en van juli tot en met september.

Het zoetzure fruit wordt vers gegeten of verwerkt tot sap of jam met diverse toepassingen, zoals in gebak. Het zure fruit wordt ingemaakt of als soep of sap geserveerd. En een plakje sterfruit doet het erg leuk als garnering. Daarnaast zijn hier soms fruitdranken, vruchtensappen en zuivel-/sojadranken met sterfruit te koop.

### **Sterfruit gegeten?**

Heeft u toch sterfruit gegeten en ontstaan klachten, zoek dan direct medische hulp. De klachten kunnen variëren in ernst en zijn neurologisch van aard:

- *Milde klachten:*  
hik, braken, slapeloosheid.
- *Matig ernstige klachten:*  
verwardheid, gevoelloosheid van de armen en benen, opgewondenheid.
- *Ernstige klachten:*  
epileptische aanval, problemen met de bloeddruk en zelfs kans op overlijden.