

**Juliane Neubert**

**ÖECOTROPHICA-Preisträgerin 2015 im Bereich Ernährungsverhaltens- und Konsumforschung**

## **Zusammenfassung der Masterarbeit: “Ernährungsverhalten von Patienten mit Morbus Crohn und mögliche Bedeutung für die Krankheitsaktivität”**

### **Hintergrund und Zielstellung:**

Therapeutisches Hauptziel der Remission bei Morbus Crohn (MC)-Patienten ist das Abklingen der intestinalen Entzündungen. Die Möglichkeiten der normalen Ernährung zur Unterstützung der mukosalen Heilung sind bisher nicht geklärt. Dabei sind antiinflammatorische Komponenten der Ernährung bereits bekannt, wie zum Beispiel nicht resorbierbaren Polyphenole in Obst und Gemüse, lösliche Ballaststoffe und n-3-Fettsäuren in Fisch. Diese Nährstoffgruppen werden von MC-Patienten jedoch in geringeren Mengen verzehrt, wie einige Untersuchungen konsistent feststellen. Die Gründe für diese Minderzufuhren sind unklar, dabei wird vermutet, dass diese Lebensmittel von MC-Patienten unzureichend toleriert werden. Dem entgegen steht, dass diese Lebensmittel nicht zu den häufigsten, von MC-Patienten genannten Intoleranzen zählen.

Das Ziel der Studie war es das Ernährungsverhalten von MC-Patienten detailliert zu erfassen, um die Gründe für die geringeren Aufnahmen antiinflammatorischer Lebensmittelkomponenten zu ergründen. Im Weiteren sollten erste Zusammenhänge zwischen dem aktuellen Ernährungsmuster, dem Krankheitsverlauf und der Krankheitslast (z.B. Erschöpfung, Lebensqualität) hergestellt werden.

### **Methodik und Design**

Es handelt sich um eine Querschnittsstudie mit MC-Patienten (n=50) und geschlechts-, alters- und BMI- gematchten gesunden Kontrollen (n=50). Die studienspezifischen Untersuchungen bestanden aus einem strukturierten Interview zur Erfassung des Ernährungsverhaltens, Toleranzspektrum und der subjektiv empfundenen Gesundheitswirkung, sowie aus Fragebögen zur Erfassung der Ernährung (EPIC-FFQ), Krankheitsaktivität (CDAI), Erschöpfung (FSI) und Lebensqualität (IBDQ). Ein Mangelernährungsscreening (SGA) fand Anwendung, sowie amnestische Erfassung probandenbezogener Daten und Erfassung anthropometrische Parameter. Es fanden parametrische und unparametrische Testverfahren Anwendung, außerdem wurde eine agglomerative hierarchische Clusteranalyse durchgeführt.

### **Ergebnisse und Schlussfolgerung**

Die Studie zeigt, dass sich MC-Patienten nach Empfehlungen einer gesundheitsfördernden Ernährung schlechter ernährten, als gesunde Personen, jedoch in einem geringeren Ausmaß, als erwartet. MC-Patienten gehören zu einem Patientenkollektiv, das subjektive Unverträglichkeiten und daraus folgende Symptome gegen bestimmte Lebensmittel haben. Trotz der häufig auftretenden Symptome wurden fast alle Lebensmittel im Mittel mit einer guten Verträglichkeit bewertet, sodass vermutet werden kann, dass subjektive Unverträglichkeiten eher eine untergeordnete Rolle in der alltäglichen Ernährung spielen. Diese Arbeit zeigt, dass MC-Patienten, im Vergleich zu gesunden Kontrollen, keine eindeutig verminderte Aufnahme von potenziellen antiinflammatorischen Lebensmitteln hatten. Das Konzept einer möglichen Ernährungstherapie mit einer Vielzahl antiinflammatorischer Nahrungskomponenten, muss aufgrund des fehlenden Einflusses auf die Krankheitsaktivität, dem Krankheitsverlauf, der Lebensqualität oder der Ermüdung derzeit abgelehnt werden. Insgesamt zeigen die Ergebnisse der Studie, dass es keine „MC-Diät“ gibt, sondern jeder Patient seine individuell verträgliche Ernährung finden muss, die den größtmöglichen Nutzen zur persönlichen Kontrolle von MC hat.