

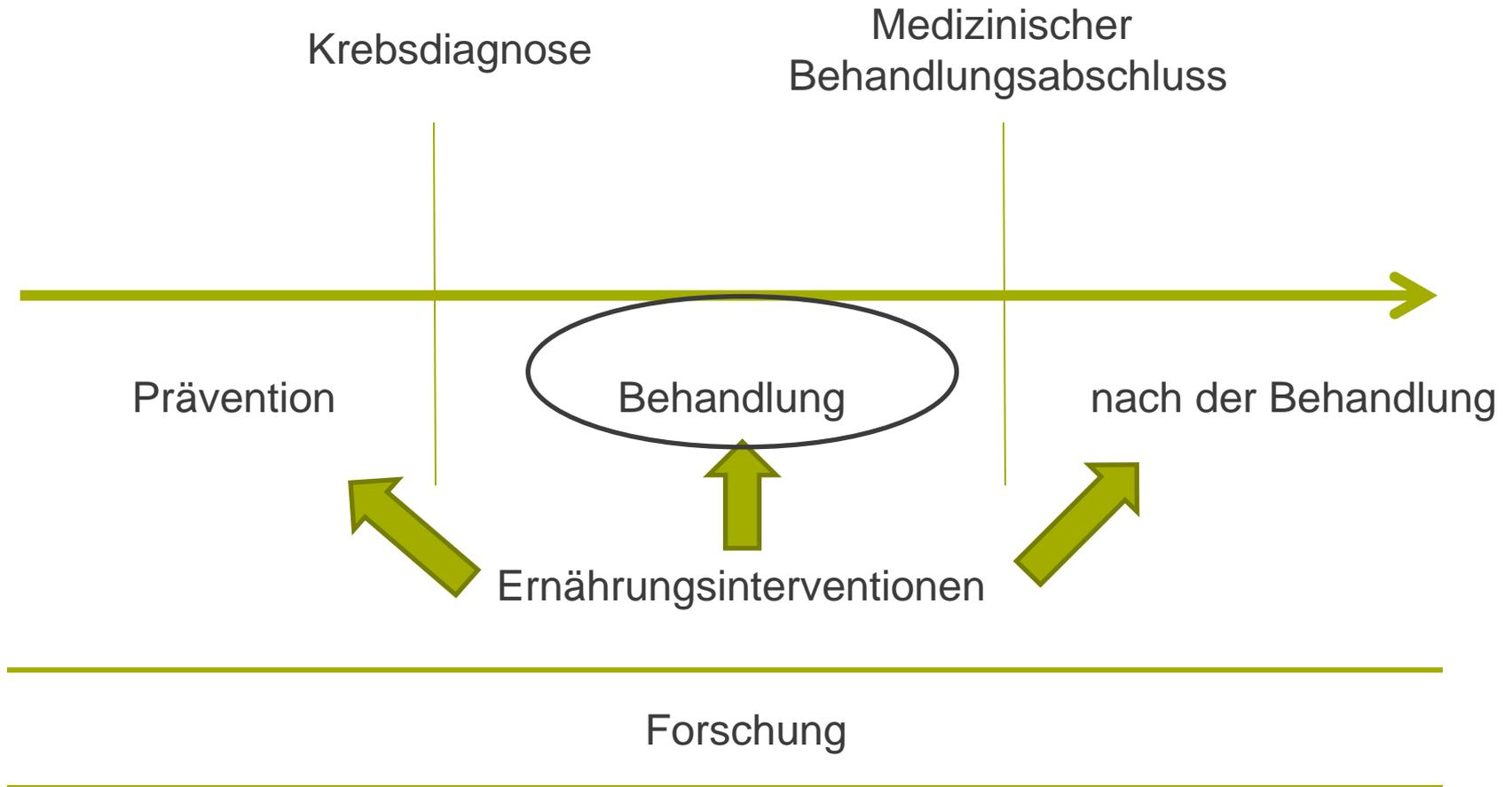
Ernährung während der Krebstherapie

Nicole Erickson M.Sc., RD, Diätassistentin

Lehrstuhl und Poliklinik für
Prävention, Rehabilitation und Sportmedizin
Else-Kröner-Fresenius-Zentrum für Ernährungsmedizin
Klinikum rechts der Isar
Technische Universität München

info@sport.med.tum.de
www.sport.med.tum.de

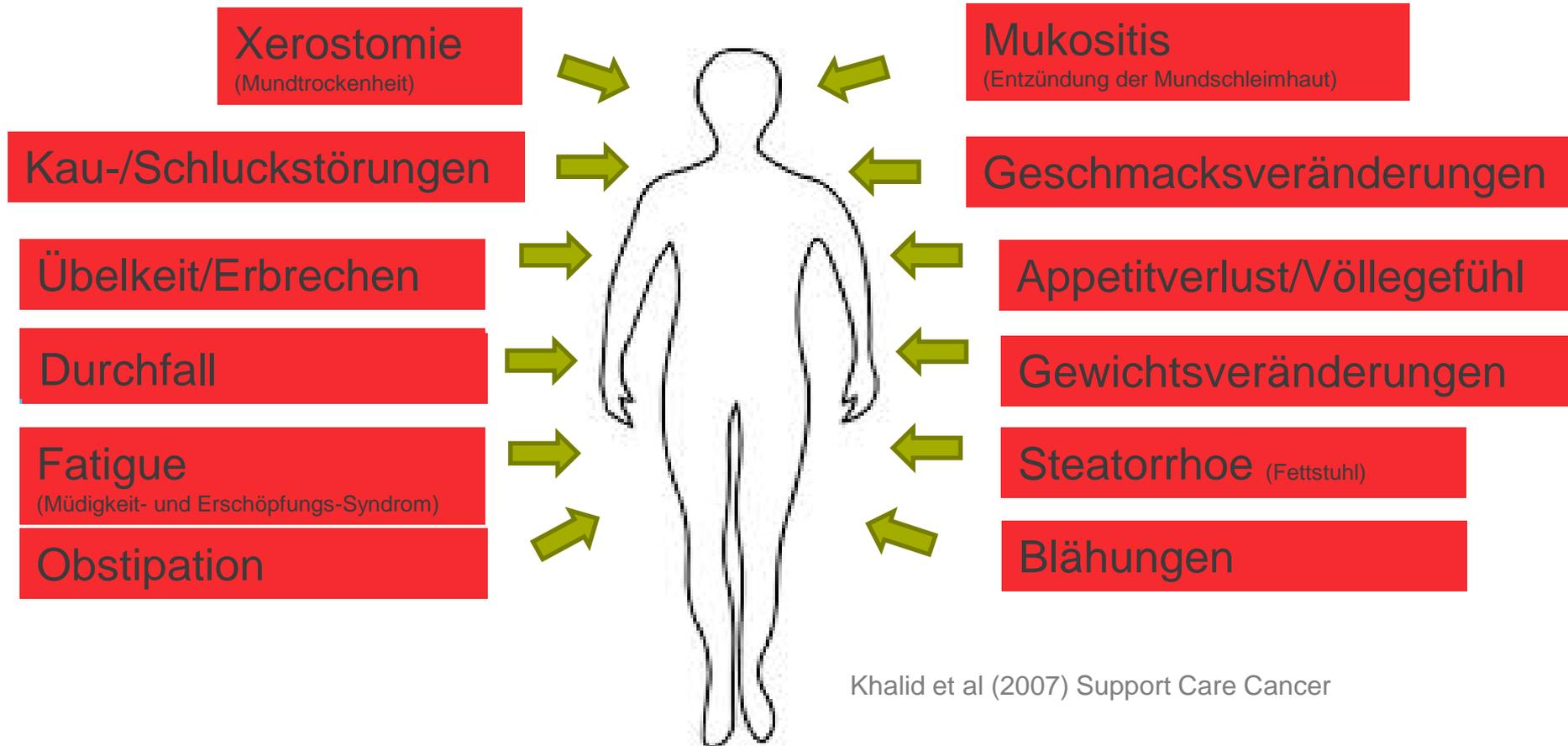




Verlauf: Ernährungstherapie in der Onkologie

**„Ich möchte
keinen Salat
essen!“**

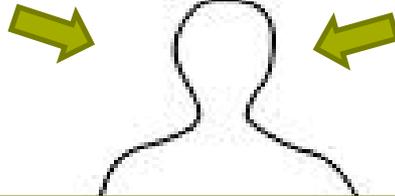
Onkologische Patienten können an einem breiten und komplexen Spektrum von Ernährungsproblemen leiden



Khalid et al (2007) Support Care Cancer

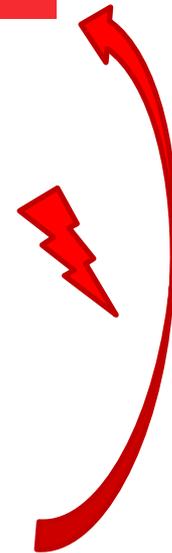
Beispiel 1

Xerostomie
(Mundtrockenheit)



Mukositis (Entzündung
der Mundschleimhaut)

- Pürierte oder dickflüssige Kost, Cremes, Babynahrung
- Zusätzliche Flüssigkeit über Soßen, Dressings, Brühe oder Öle an die Speisen geben
- Vor jedem Bissen an Getränken nippen
- Halbgeforene Lebensmittel lutschen, z.B. Obst/Früchte
- Speichelanregende Speisen z.B. fruchtig-säuerlich
- „Geräuschvolle“ Lebensmittel z.B. Wiener
- Speichelersatzprodukte einsetzen



Beispiel 2

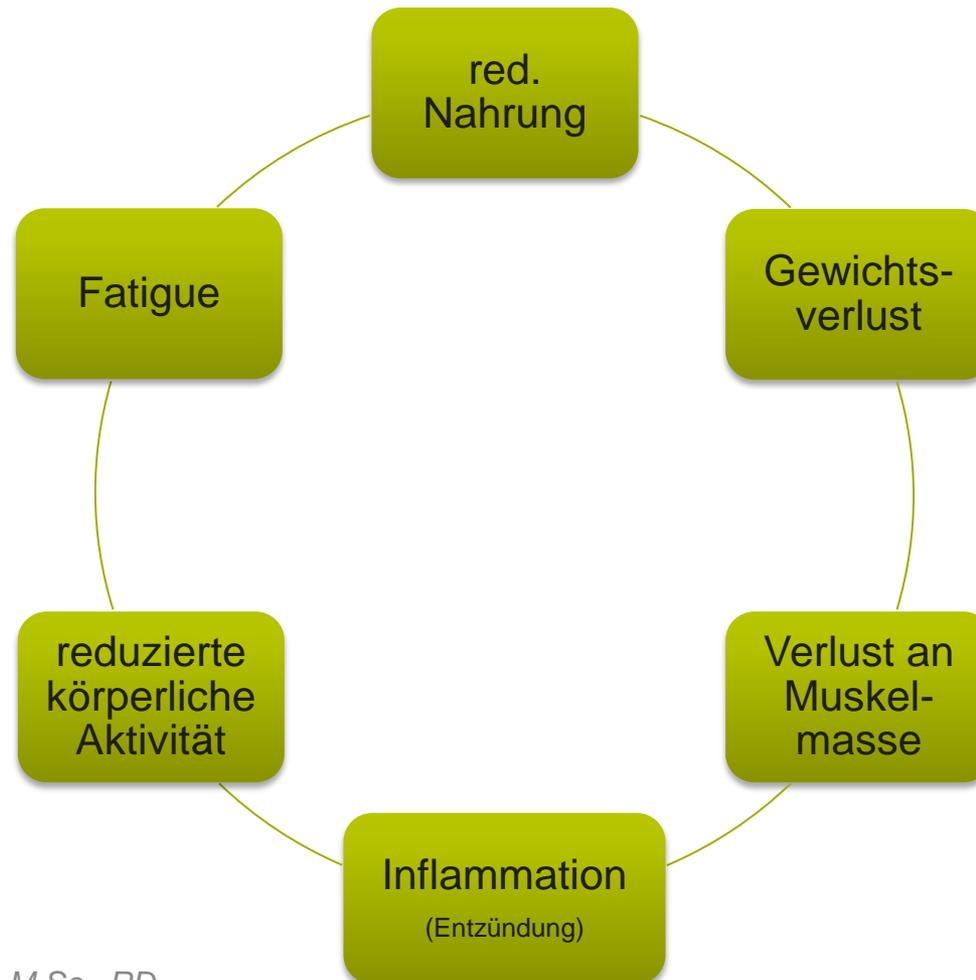
Durchfall



Therapie- oder ernährungsbedingt?

Zu empfehlen	Nicht empfehlen
Pektin-reiche Lebensmittel z.B. gekochte Karotten, Heidelbeeren	Obstsorten wie Steinobst, Zitrusfrüchte, Trockenobst und Obstsäfte
Hafer- und Reisschleimsuppe	Fruktose, Sorbit, Mannit
Toastbrot und Trockengebäck	Rohkost
Nudeln und Kartoffeln	Gemüse wie Lauch, Zwiebeln, Kohlsorten

Auswirkungen von GI-Störungen, Schmerzen und psychischen Problemen



Auswirkungen von GI-Störungen, Schmerzen und psychischen Problemen



- Prognostische Relevanz

- Mangelernährung korreliert mit Behandlungsergebnissen wie Lebensqualität, Rezidivfälle, Therapie-Ergebnissen Levine RM. *Oncology Issues*. 2010

- Ein reduzierter Ernährungszustand ist mit eingeschränkter Prognose und verminderter Lebensqualität assoziiert

DGEM-Leitlinie Enterale und Parenterale Ernährung 2008

- Mangelernährte Patienten benötigten einen signifikant längeren Krankenhausaufenthalt
- Übergewichtige Patienten weisen eine noch höhere Prävalenz zur Mangelernährung auf

Pressoir et al, *British Journal of Cancer* (2010)

Stufe	Form der Ernährungstherapie
I	Normalkost Sonderkostform Nahrungsanreicherung (Makro-, Mikronährstoffe) Diätberatung
II	I + orale Nahrungssupplemente (ONS)
III	(I, II) + suppl. enterale / parenterale Ernährung
IV	Totale enterale Ernährung
V	Enterale Ernährung + parenterale Ernährung
VI	Parenterale Ernährung + minimale enterale Ernährung
VII	Totale parenterale Ernährung

Valentini L et al. DGEM Terminologie 2013, Akt Ernährungsmed 2013

Stufe	Form der Ernährungstherapie
I	Normalkost Sonderkostform Nahrungsanreicherung (Makro-, Mikronährstoffe) Diätberatung
II	I + orale Nahrungssupplemente (ONS)
<p>95% der Patienten können über orale Ernährung ausreichend versorgt werden</p>	
VII	totale parenterale Ernährung

Valentini L et al. DGEM Terminologie 2013, Akt Ernährungsmed 2013



Also Known As:

Brazilian Cherimoya, Brazilian Paw Paw, Corossol, Corossol Épineux, Corossolier, Durian Benggala, Guanabana, Guanavana, Nangka Blanda, Nangka Londa, Soursop, Sour Sop, Toge-Banreisi.

Scientific Name:

Annona muricata, synonym *Annona macrocarpa*; *Annona cherimola*.

Family: Annonaceae.

People Use This For:

Orally, graviola is used as an antibiotic, sedative, antiparasitic, cathartic, emetic; and for coughs, catarrh, herpes, leishmaniasis, and cancer.

Topically, graviola is used for arthritis.

In foods, graviola is used in cooking and beverages.

Safety:

LIKELY UNSAFE ...when used orally. Consumption of graviola fruit may cause movement disorders, similar to Parkinson's disease (7854). Tea made from the leaves and stems of graviola is associated with neurotoxicity (7858).

PREGNANCY AND LACTATION: LIKELY UNSAFE ...when used orally (7854,7858).

Effectiveness:

There is insufficient reliable information available about the effectiveness of graviola.

Krebsdiäten: ein vielfältiges Angebot

- Wirksamkeit nicht oder unzureichend belegt
- Einschränkung der Nahrungsauswahl
- Oft mit unnötigen Kosten verbunden

"Es gibt keine Krebsdiät. Keine, die Krebs verhindern kann und auch keine, die Krebs heilen kann."

1.5.2 Körperliche Aktivitäten und Ernährung

5. Eine gesunde ausgewogene Ernährung ist prinzipiell für jede Patientin empfehlenswert, darüber hinaus gibt es keine ausreichende Evidenz für die Wirksamkeit spezieller Diäten für Patientinnen mit Brustkrebs.



**Gemeinsamer
Bundesausschuss**

Die ketogene Diät als Ernährungsoption für Tumorpatienten

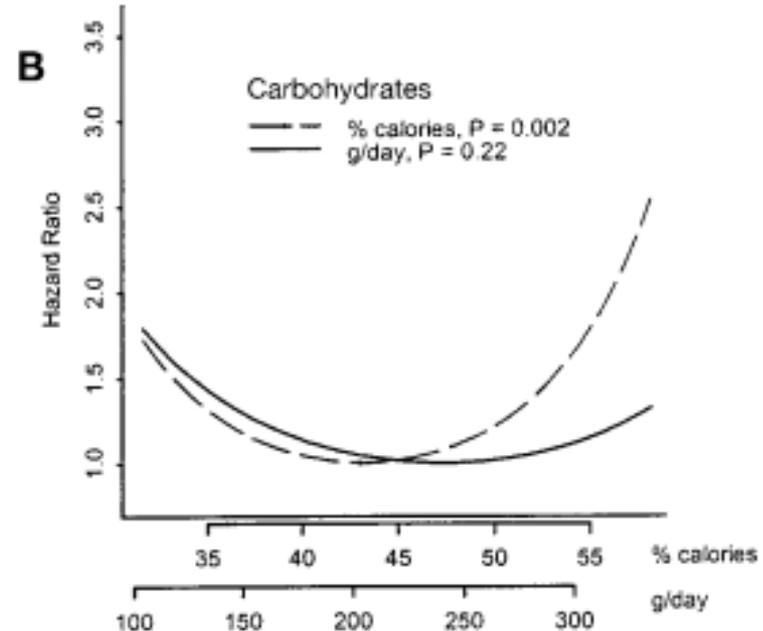
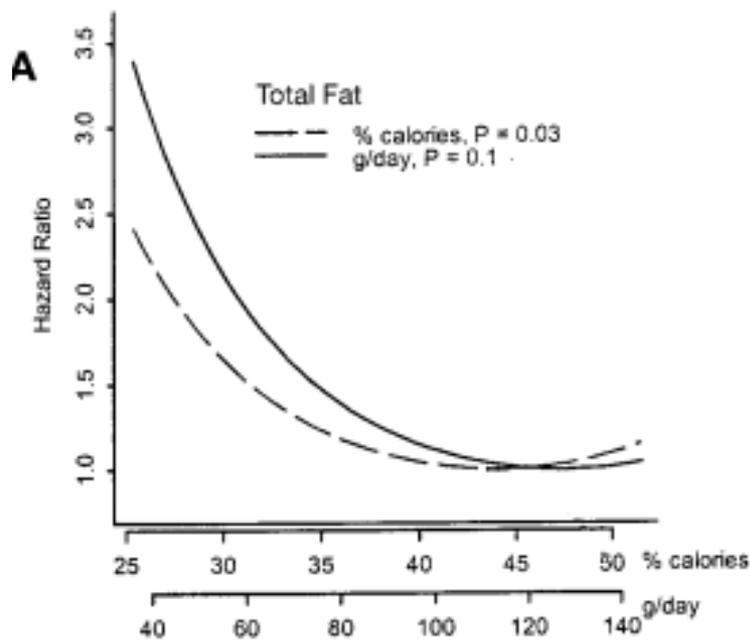
Nebenwirkungen und Risiken:

- Übelkeit
- Appetitmangel
- Gewichtsverlust
- Sedierung
- Fehlendes Durstgefühl
- Dehydratation
- Hypoglykämie (nur bei zu schneller Umstellung)
- Metabolische Azidose
- Hyperlipidämie

Otto, Ch., Kämmerer U.; Die ketogene Diät als Ernährungsoption für Tumorpatienten ; Krankheitsbedingte Mangelernährung, DGEM Schrift 2010

- **Bis heute gibt es nur wenige klinische Studien, die isokalorische KD-Programme als Intervention bei Tumorpatienten untersuchen**
- **25 Jahre:**
 - 6 prospektive (vier einarmige Studien, zwei dreiarmlige Studie) und
 - 2 retrospektive Studien
 - **Insgesamt 239 Patienten**
 - **Nur 97 Personen (40 %) folgten in einer ketogenen Diät**

Extreme in der Ernährung verbunden mit ↑ Risiko



Goodwin P.J. et al. J Clin Oncol 21:2500-2507 2003

Diäten	Individuelle Ernährung
fremdbestimmt	Selbst bestimmt – Selbstverantwortlich
feste, rigide Vorschriften	Keine unnötige einschränkenden oder Vorschriften
Verbote	Gebote
schlechtes Gewissen	ich nehme mir, was ich brauche
mit Verstand essen	Genuss am Essen gewinnen

Abhängig von:

- Größe/aktuellem Gewicht
- Gewichtsveränderungen
- Patienten-Wünsche/Zustand
- derzeitigen Ernährungsproblemen
- tatsächlicher Nahrungsaufnahme (Art, Menge)
- ethischen Überlegungen

- Bewusst-machen des Ist-Zustandes
 - Was mache ich zur Zeit?
- Wissensvermittlung zur Krankheitssituation und Diättherapie
 - Was hat Essen und Trinken mit meiner Krankheit zu tun?
- Einsicht und Motivation zur Verhaltensänderung
 - Kann ich nur haben wenn ich weiß warum!

Was war/ist gut – das kann so bleiben!!!
Was kann ich ändern???

Zieldefinitionen – Vereinbarungen
Zielüberprüfung – Zielanpassung
Fragen – Diskussion – Aussprache



- **Jeder darf sich Ernährungsberater nennen und Diättherapien und Ernährungsberatung durchführen**
- Begriff des Ernährungsberaters gesetzlich nicht geschützt
 - Der Bundestag hat 2007 eine Petition abgelehnt, die das Ziel hatte, den Begriff "Ernährungsberater" zu schützen und verwies auf die Berufsgruppe der Diätassistenten



qualifizierter Ernährungsberater

Ernährungsberatung

Wie finde ich eine qualifizierte
Ernährungsberatung?



- **staatlich anerkannte Diätassistenten**

Eigenverantwortliche Durchführung ernährungstherapeutischer Maßnahmen

- **Oecotrophologen/Ernährungswissenschaftler**

Durchführen ernährungstherapeutischer Maßnahmen unter ärztlicher Delegation



Beratersuche TZM:

<http://www.ernaehrung-krebs-tzm.de/berater-suche.html>

Außerdem: Informations- und Beratungsdienst der Deutschen



Deutsche Krebshilfe
HELLEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.

Krebshilfe: Tel. 0228 / 729 90-95

Ernährungstherapie bei Krebspatienten

- Alles erlaubt ist, was vertragen wird
- **Gebote statt Verbote**
- So abwechslungsreich wie möglich, keine einseitige Ernährung
- Bei jedem Termin: 1-2 konkrete, erreichbare Ziele vereinbaren
- Motivationsfaktoren identifizieren (z.B. um Appetit zu steigern)

Ernährungstherapie bei Krebspatienten

- Allergien berücksichtigen
- **Ernährung ist sehr individuell.**
- **Patientenwünsche haben einen hohen Stellenwert.**
- Bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten (z.B. Laktoseintoleranz) berücksichtigen
- **Ziele**
- Motivationsfaktoren identifizieren (z.B. um Appetit zu steigern)

**He that takes medicine
and neglects diet,
wastes the skill of the
physician.
- Chinese Proverb**

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Kontakt

Nicole Erickson, M.sc. RD, Diätassistentin
Lehrstuhl und Poliklinik für
Prävention, Rehabilitation und Sportmedizin
Else-Kröner-Fresenius-Zentrum für Ernährungsmedizin

Klinikum rechts der Isar
Technische Universität München

Ismaninger Str. 22
D-81675 München

erickson@sport.med.tum.de
www.sport.med.tum.de

