

## Ernährungsfaktoren und Krankheitsaktivität bei chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen

**Datum:** 29.06.2026

**Original Titel:**

Diet and clinical remission in patients with inflammatory bowel disease: A multicenter cross-sectional study

**Kurz & fundiert**

- Zusammenhang zwischen Ernährungsgewohnheiten und Krankheitsaktivität bei chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen?
- Multizentrische Querschnittsuntersuchung aus 40 Zentren in Frankreich und Belgien
- Morbus Crohn: höhere Aufnahme von Obst und Kaffee signifikant mit klinischer Remission assoziiert
- Colitis ulcerosa: höherer Konsum von Obst und Salat signifikant mit klinischer Remission assoziiert
- Stärkere Orientierung an einer mediterranen Ernährung nur bei Morbus Crohn mit Remission assoziiert
- Allgemein als gesund eingestufte Ernährung zeigte keinen Zusammenhang mit der Remission beider Erkrankungen

**MedWiss - Die Rolle der Ernährung im Hinblick auf das Risiko, chronisch-entzündliche Darmerkrankungen (CED) zu entwickeln, ist bereits umfassend untersucht worden. Weniger klar ist jedoch, wie Ernährungsfaktoren mit der Krankheitsaktivität bereits bestehender Erkrankungen zusammenhängen.**

---

Das Ziel einer Studie aus Frankreich war es, den Zusammenhang zwischen Ernährungsgewohnheiten und der Aktivität von CED zu analysieren. Hierbei wurde insbesondere untersucht, welche Lebensmittel oder Ernährungsstile mit einer klinischen Remission assoziiert sind.

**Ernährung: Relevant bei bestehenden Erkrankungen mit Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa?**

Im Rahmen der multizentrischen Querschnittsstudie füllten ambulante Studienteilnehmer aus 40 französischen und belgischen Zentren zwischen April und Mai 2023 Fragebögen zu Ernährung und Krankheitsaktivität aus. Die Autoren analysierten Assoziationen zwischen Ernährung und klinischer Remission unter Berücksichtigung von Geschlecht, Alter, Body-Mass-Index, Bildungsniveau, Raucherstatus und früheren Operationen bei Morbus Crohn.

## **Multizentrische Querschnittsuntersuchung in Frankreich und Belgien**

Unter den 2 514 eingeschlossenen Studienteilnehmern litten 1 715 an Morbus Crohn (MC) und 799 an Colitis ulcerosa (CU). Das Durchschnittsalter betrug 42,4 Jahre, 52,3 % waren Frauen. Mehr als die Hälfte der Patienten (56,4 %) befanden sich in klinischer Remission. Bei Menschen mit Morbus Crohn war eine klinische Remission signifikant mit einer höheren Anteil von Obst in der Nahrung (Odds Ratio, OR: 1,60; 95 % Konfidenzintervall, KI: 1,20 - 2,14) und Kaffee (OR: 1,57; 95 % KI: 1,17 - 2,11) assoziiert. Bei Colitis ulcerosa zeigte sich eine signifikante Assoziation zwischen Remission und einem höheren Konsum von Obst (OR: 1,72; 95 % KI: 1,15 - 2,56) sowie Salat (OR: 1,73; 95 % KI: 1,12 - 2,66). Eine stärkere Orientierung an einer mediterranen Ernährung war mit Remission bei Morbus Crohn (OR: 1,39; 95 % KI: 1,06 - 1,84), aber nicht bei Colitis ulcerosa assoziiert. Eine höhere Adhärenz an eine allgemein als gesund definierte Ernährung zeigte jedoch keinen Zusammenhang mit der Remission beider Erkrankungen.

### **Ernährungsspezifische Zusammenhänge mit der Remission beider Erkrankungen**

Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass bei Morbus Crohn ein höherer Konsum von Obst, Kaffee und eine mediterrane Ernährungsweise mit klinischer Remission verbunden sind. Bei Colitis ulcerosa waren Obst und Salat die relevanten Faktoren. Das Querschnitts-Studiendesign schränkt jedoch die Interpretation ein: Es kann nicht sicher gesagt werden, ob die Ernährung die Krankheitsaktivität beeinflusst oder ob umgekehrt die Krankheitsaktivität die Ernährungsgewohnheiten der Betroffenen veränderte (Möglichkeit der umgekehrten Kausalität).

#### **Referenzen:**

Fontaine L, Seksik P, Stefanescu C, Nachury M, Nancey S, Savoye G, Allez M, Altwegg R, Laharie D, Serrero M, Franchimont D, Mathieu N, Fumery M, Vuitton L, Nahon S, Gilletta C, Rouillon C, Nuzzo A, Bourreille A, Caron B, Buisson A, Amil M, Charkaoui M, Cadiot G, Caillo L, Simon M, Reenaers C, Hébuterne X, Plataras L, Atanasiu C, Kwiatek S, Uzzan M, Pelletier AL, Benezech A, Vidon M, Goutorbe F, Geyl S, Cellier C, Montuclard C, Moussata D, Amiot A, Meyer A; GETAID-Diet-in-IBD study group. Diet and clinical remission in patients with inflammatory bowel disease: A multicenter cross-sectional study. *Dig Liver Dis.* 2026 Feb;58(2):220-231. doi: 10.1016/j.dld.2025.12.001. Epub 2025 Dec 30. PMID: 41475902.