

## Ernährungsverhalten von Schwangeren mit einer chronischen Darmentzündung - Viel Fisch, gekochtes Gemüse, Kartoffeln und Reisbrei senken das Risiko, dass das Kind untergewichtig zur Welt kommt

**Datum:** 11.05.2018

**Original Titel:**

Dietary Patterns in women with Inflammatory Bowel Disease and Risk of Adverse Pregnancy Outcomes: Results from The Norwegian Mother and Child Cohort Study (MoBa)

Besonders in den westlichen Ländern erkranken immer mehr Menschen an Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa. Es wird angenommen, dass unter anderem die westliche Ernährung dabei eine Rolle spielt. Diese ist gekennzeichnet durch einen hohen Anteil an Zucker und Fett. Da die chronischen Darmentzündungen meist schon in jungen Lebensjahren auftreten, befinden sich viele Betroffene in einer Lebensphase, in der sie sich Kinder wünschen. Es gibt Hinweise darauf, dass ein erhöhtes Risiko für Komplikationen besteht, wenn die werdende Mutter unter einer chronischen Darmentzündung leidet. Da das Kind im Mutterleib alle Nährstoffe durch die Mutter bekommt, könnte das Ernährungsverhalten der werdenden Mutter einen Einfluss auf mögliche Komplikationen haben. Besondere Beachtung sollten hier Schwangeren mit einer chronischen Darmentzündung geschenkt werden, da viele Patienten aufgrund von Entzündungen, Darmentfernungen und ständigem Durchfall mit einer Mangelernährung zu kämpfen haben, da die Nährstoffe vom Körper nicht ausreichend aufgenommen werden könnten. Der Einfluss der Ernährung auf die Schwangerschaft und auf das Neugeborene wurde bei gesunden Frauen schon vielfältig untersucht. Bisher fehlen jedoch diese Daten für Schwangere, die unter Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa leiden.

Das holten sechs Wissenschaftler aus Norwegen nun nach. Gemeinsam untersuchten sie, ob und wie sich das Ernährungsverhalten von werdenden Müttern mit einer chronischen Darmerkrankung auf den Schwangerschaftsverlauf und das Neugeborene auswirkt. Hierzu untersuchten sie das Essverhalten von insgesamt 83988 Müttern aus ganz Norwegen, von denen 183 an Morbus Crohn und 240 an Colitis ulcerosa erkrankt waren. Es wurden drei verschiedene Ernährungsmuster definiert: die umsichtige Ernährung, die westliche Ernährung und die traditionelle Ernährung. Das umsichtige Ernährungsmuster zeichnete sich durch viel Gemüse (roh oder gekocht), Obst, Olivenöl, Getreide, Reis, Nüsse und wenig Fleisch und Weißbrot aus, während bei der traditionellen Ernährung hauptsächlich Fischprodukte, Kartoffeln, gekochtes Gemüse und Reisbrei verzehrt wurden. Die westliche Ernährung war unter anderem durch salzige Snacks, frittierte Kartoffeln, Süßigkeiten, Schokolade, Kuchen, Weißbrot, gezuckerte Getränke und Fleisch gekennzeichnet. Es fiel auf, dass sich die schwangeren Frauen, die unter einer chronischen Darmentzündung litten, seltener nach dem traditionellen Ernährungsmuster ernährten und häufiger die westliche Ernährung bevorzugten als die anderen werdenden Mütter. Die Schwangeren mit Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa, die sich jedoch hauptsächlich traditionell ernährten, hatten ein geringeres Risiko, dass ihr Kind zu klein oder untergewichtig auf die Welt kam, als all die Mütter (erkrankt und nicht erkrankt), die sich kaum traditionell ernährten. Wenn die Patienten mit den chronischen Darmentzündungen in Patienten mit Morbus Crohn und Patienten mit Colitis ulcerosa aufgeteilt wurden, konnte die schützende Wirkung der traditionellen Ernährung jedoch nur bei den Colitis ulcerosa-Patienten

festgestellt werden. Bei den Morbus Crohn-Patienten war lediglich eine Tendenz auszumachen. Was Frühgeburten angeht, so konnte kein Zusammenhang mit dem Ernährungsverhalten der erkrankten, schwangeren Frauen festgestellt werden.

Wenn sich schwangere Frauen mit Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa traditionell ernährten, das bedeutet, wenn sie viel magere Fische, Fischprodukte, Kartoffeln, Reisbrei, gekochtes Gemüse und Bratensoße zu sich nahmen, hatten sie ein geringeres Risiko, dass ihr Neugeborenes zu klein oder untergewichtig war. Es ist jedoch zu beachten, dass es sich hier nur um vorläufige Ergebnisse handelt, da die Anzahl der erkrankten Mütter in dieser Studie recht klein ist. Weitere Studien sind somit nötig, um diese Ergebnisse zu bestätigen.

**Referenzen:**

Myklebust-Hansen T, Aamodt G, Haugen M, Brantsæter AL, Vatn MH, Bengtson MB. Dietary Patterns in women with Inflammatory Bowel Disease and Risk of Adverse Pregnancy Outcomes: Results from The Norwegian Mother and Child Cohort Study (MoBa). *Inflamm Bowel Dis.* 2017 Dec 19;24(1):12-24. doi: 10.1093/ibd/izz006.