

## Gewichtsverlust bei MS mit Adipositas kann Lebensqualität verbessern

**Datum:** 15.08.2024

**Original Titel:**

Modifying diet and exercise in multiple sclerosis (MoDEMS): A randomized controlled trial for behavioral weight loss in adults with multiple sclerosis and obesity.

### Kurz & fundiert

- Adipositas: Risikofaktor für Multiple Sklerose und MS-Behinderung
- Was bringt eine Gewichtsverlust-Intervention?
- Kontrollierte Studie mit Gewichtsverlust-Programm über 6 Monate
- 71 Studienteilnehmer
- Klinisch relevanter Gewichtsverlust bei 65 %, Besserung von Mobilität und Lebensqualität

**MedWiss - Zur Ermittlung der Effekte eines gruppenbasierten Interventionsprogramms wurden 71 Patienten mit MS und Adipositas randomisiert einer Gewichtsverlust-Gruppe oder der Standardbehandlung über 6 Monate zugewiesen. Die Intervention erreichte einen klinisch relevanten Gewichtsverlust und ging mit verbesserter Mobilität und Lebensqualität der Teilnehmer einher.**

---

Adipositas ist ein Risikofaktor für die Entwicklung einer Multiplen Sklerose (MS) und für eine Behinderung in Zusammenhang mit MS. Bislang ist jedoch unklar, wie wirksam Gewichtsverlust-Interventionen Patienten mit MS helfen können. Die vorliegende Studie untersuchte dies mit einem gruppenbasierten Interventionsprogramm.

### **Multiple Sklerose und Adipositas: Was bringt eine Gewichtsverlust-Intervention?**

Menschen mit MS und Adipositas konnten an der Studie teilnehmen und wurden randomisiert einer Gewichtsverlust-Gruppe (Interventionsgruppe) oder einer Kontrollgruppe mit der Standardbehandlung zugewiesen. Das 6-monatige Programm zum Gewichtsverlust umfasste Kalorienreduktion und eine Steigerung der körperlichen Aktivität. Die Autoren ermittelten anthropometrische Maße und erfassten Effekte der Intervention mittels Bewegungstests und Selbstbericht-Fragebögen.

### **Kontrollierte Studie mit Gewichtsverlust-Programm über 6 Monate**

Insgesamt 71 Personen mit MS nahmen an der Studie teil. Der durchschnittliche Gewichtsverlust in der Interventionsgruppe betrug 8,6 % des Körpergewichts im Vergleich zu 0,7 % in der

Kontrollgruppe ( $p < 0,001$ ). Bei 65 % der Teilnehmer der Interventionsgruppe entsprach dies einem klinisch bedeutsamen Gewichtsverlust von mindestens 5 %. Teilnehmer der Interventionsgruppe waren pro Woche 46,2 Minuten länger körperlich aktiv (moderat bis anstrengende Bewegung) als die Kontrollgruppe ( $p = 0,017$ ) und zeigten Verbesserungen in ihrer Lebensqualität ( $p = 0,012$ ). Der Gewichtsverlust war mit einer verbesserten Mobilität assoziiert ( $p = 0,003$ ) und reduzierter Erschöpfbarkeit ( $p = 0,008$ ).

### **Klinisch relevanter Gewichtsverlust bei 65 %, Besserung von Mobilität und Lebensqualität**

Die Studie demonstrierte somit, dass eine Intervention zur Reduktion von Gewicht bei MS und Adipositas einen klinisch relevanten Gewichtsverlust erreichen und helfen kann, Mobilität und Lebensqualität von MS-Patienten zu verbessern.

#### **Referenzen:**

Bruce JM, Cozart JS, Shook RP, Befort C, Siengsukon CF, Simon S, Lynch SG, Mahmoud R, Drees B, Posson P, Hibbing PR, Huebner J, Bradish T, Robichaud J, Bruce AS. Modifying diet and exercise in multiple sclerosis (MoDEMS): A randomized controlled trial for behavioral weight loss in adults with multiple sclerosis and obesity. *Mult Scler.* 2023 Dec;29(14):1860-1871. doi: 10.1177/13524585231213241. Epub 2023 Nov 24. PMID: 38018409.