

S3-Leitlinie onkologische Ernährungsmedizin aktualisiert: keine Empfehlungen für Krebsdiäten

Berlin - Die im Leitlinienprogramm Onkologie aktualisierte S3-Leitlinie „Klinische Ernährung in der Onkologie“ spricht sich gegen restriktive Diäten bei Krebs aus. Sogenannte Krebsdiäten und Fastenprogramme sind nicht geeignet, betonen die an der Leitlinie beteiligten Fachgesellschaften. Studien zeigen keinen Nutzen, aber ein hohes Risiko für Mangelernährung - was bei Krebspatient*innen zum Tod führen kann.

Durch eine Krebserkrankung oder -therapie verlieren viele Menschen Gewicht. Dann ist es besonders wichtig, einer Mangelernährung vorzubeugen. Denn der Ernährungszustand hat einen Einfluss auf den Erkrankungsverlauf und auf die Therapie: „Wird nicht rechtzeitig gegengesteuert, drohen Komplikationen, Therapieversagen und im schlimmsten Fall der Tod durch Mangelernährung“, sagt Professorin Jutta Hübner vom Universitätsklinikum Jena. Gemeinsam mit Dr. Jann Arends, Universitätsklinikum Freiburg, und Professorin Diana Rubin, Vivantes Humboldt-Klinikum Berlin, koordinierte sie die Aktualisierung der Leitlinie.

Krebsdiäten und Fasten sind gefährlich

Krebsbetroffene bekommen von Laien viele Ratschläge zu ihrer Ernährung. Mit elf Empfehlungen ordnet die Leitlinie besondere Ernährungsformen wie vegane, ketogene Ernährung oder die sogenannte Krebsdiät nach Breuß nun kritisch ein.

„Für vegetarische oder vegane Ernährung fehlt noch die Evidenz, um eine Empfehlung dafür oder dagegen auszusprechen. Bis verlässliche Studien vorliegen, ist für onkologische Patient*innen eine sorgfältige Planung zwingend erforderlich, um Mangelernährung zu vermeiden“, so Hübner. „Was sogenannte ‚Krebsdiäten‘ angeht: In der Leitlinie wird von strikten Diätvorschriften abgeraten. Sie schränken die Ernährung ein und bergen damit das Risiko von Mangelernährung und Gewichtsverlust. Dazu zählen Fasten, ketogene Diäten sowie die Diäten nach Budwig und Breuß.“

Bislang belegten Studien für diese Ernährungsformen keinen positiven Nutzen – durch die Nahrungsrestriktionen kann es vielmehr zu Mangelernährung kommen.

Neu: Ernährungstherapie bei operativer Tumorthherapie

Im Zuge der Überarbeitung wurde ein neues Kapitel zur Ernährung bei operativer Tumorthherapie aufgenommen. Die zwölf neuen Empfehlungen sehen unter anderem vor, dass der Ernährungsstatus vor und nach größeren onkochirurgischen Eingriffen mehrfach erhoben wird. Patient*innen, die voraussichtlich über mehrere Tage nach der Operation keine feste Nahrung zu sich nehmen können, sollen umgehend künstlich ernährt werden. Für die präoperative Phase empfiehlt die Leitlinie unter anderem, dass Patient*innen mit hohem Risiko – etwa bei starkem Gewichtsverlust innerhalb kurzer Zeit – zunächst eine Ernährungstherapie erhalten sollten, auch wenn sich dadurch der Operationstermin verschiebt.

Empathische Kommunikation: Ernährung in der Palliativsituation

In der Palliativversorgung soll die Lebensqualität von Patient*innen mit nicht-heilbaren Krebserkrankungen verbessert oder erhalten werden – eine differenzierte Ernährungstherapie kann hierzu beitragen. Neu ist die Empfehlung, wiederholt zu prüfen, ob eine enterale oder parenterale Ernährung noch dem Therapieziel entspricht. Diese Entscheidung soll regelmäßig gemeinsam mit den Betroffenen und Betreuenden evaluiert und bei Bedarf neu getroffen werden.

„Entscheidet sich eine an Krebs erkrankte Person, die Ernährung einzustellen, kann das zu Konflikten mit den Angehörigen führen. Es ist eine schwierige Situation“, so Hübner. „Um diese psychischen und physischen Belastungen durch die unterschiedlichen Wünsche zu vermeiden, empfehlen wir in der Leitlinie, dass das zuständige Fachpersonal proaktiv, klar und empathisch mit den Beteiligten kommuniziert.“

In den Phasen der Palliativversorgung sollten bei Ernährungsstörungen stets qualifizierte Ernährungsfachkräfte hinzugezogen werden, so die Empfehlung aus der Leitlinie.

Ausblick: nächster Aktualisierungsschritt anstehend

Die S3-Leitlinie „Klinische Ernährung in der Onkologie“ wurde nach zehn Jahren aktualisiert – und in diesem Prozess erstmalig ins onkologische Leitlinienprogramm der Deutschen Krebsgesellschaft e. V. (DKG) überführt. Die Leitlinie entstand unter der Federführung der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin e. V. (DGEM), der Deutschen Gesellschaft für Hämatologie und Medizinische Onkologie e. V. (DGHO) sowie der DKG, vertreten durch die Arbeitsgemeinschaft Prävention und integrative Medizin in der Onkologie und unter Mitwirkung von 43 weiteren Fachgesellschaften und Organisationen. Finanziert wurde die Erstellung der Leitlinie von der Deutschen Krebshilfe im Rahmen des Leitlinienprogramms Onkologie.

Im nächsten Aktualisierungsschritt sollen weitere Themen wie die Ernährung bei Radio- und systemischer Tumorthherapie, allgemeine Ernährungsthemen oder das Screening auf Mangelernährung erneut aufgegriffen und umfassend überarbeitet werden.

Die neue S3-Leitlinie ist auf dieser Webseite abrufbar <https://www.leitlinienprogramm-onkologie.de/leitlinien/ernaehrung-und-ernaehrungsmedizin-in-der-onkologie> oder im Leitlinien-Hub unter <https://hub.leitlinienprogramm-onkologie.de/>

Zudem sind die Inhalte in der kostenfreien Leitlinien-App integriert. Weitere Informationen unter: www.leitlinienprogramm-onkologie.de/app/

Das Leitlinienprogramm Onkologie

Leitlinien sind systematisch entwickelte Entscheidungshilfen für Leistungserbringer und Patient*innen zur angemessenen Vorgehensweise bei speziellen Gesundheitsproblemen. Sie stellen ein wesentliches Instrument zur Förderung von Qualität und Transparenz medizinischer Versorgung dar. Die Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF), die Deutsche Krebsgesellschaft e. V. und die Deutsche Krebshilfe haben sich mit dem im Februar 2008 gestarteten Leitlinienprogramm Onkologie das Ziel gesetzt, gemeinsam die Entwicklung und Fortschreibung sowie den Einsatz wissenschaftlich begründeter und praktikabler Leitlinien in der Onkologie zu fördern und zu unterstützen. Mittlerweile umfasst das Leitlinienprogramm 37 S3-Leitlinien, die zu einem großen Teil auch als laienverständliche Patientenleitlinien vorliegen. Mehr unter: www.leitlinienprogramm-onkologie.de

Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM)

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin e.V. (DGEM) ist die medizinisch-wissenschaftliche

Fachgesellschaft für Ernährungsmedizin in Deutschland. Sie ist eine multidisziplinäre Vereinigung aller Berufsgruppen, die sich mit Ernährungsmedizin befassen. Die Gesellschaft vereint mehr als 3000 Ärztinnen und Ärzte sowie Ernährungs- und Pflegefachkräfte und Apothekerinnen und Apotheker – Expertinnen und Experten sowie Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler, die ernährungsmedizinisch forschen, lehren, behandeln und beraten.

Die DGEM fördert Wissenschaft, Praxis und Aus- und Weiterbildung auf dem Gebiet der Ernährungsmedizin und Stoffwechselforschung. Regelmäßig veranstaltet sie Fortbildungskurse und Kongresse, um Kenntnisse und Erfahrungen nutzbar zu machen und den interdisziplinären Austausch zu anderen in- und ausländischen Institutionen, die auf diesem Gebiet arbeiten, aufzunehmen und zu vertiefen. Sie schreibt Stipendien und Forschungsgelder für die Grundlagenforschung und die klinisch angewandte Forschung aus.

Informationen unter: www.dgem.de

Deutsche Gesellschaft für Hämatologie und Medizinische Onkologie (DGHO)

Die Deutsche Gesellschaft für Hämatologie und Medizinische Onkologie e. V. (DGHO) besteht seit 88 Jahren und hat heute mehr als 4.500 Mitglieder, die in der Erforschung und Behandlung hämatologischer und onkologischer Erkrankungen tätig sind. Mit ihrem Engagement in der Aus-, Fort- und Weiterbildung, dem Onkopedia-Projekt, mit der Wissensdatenbank und der Durchführung von Fachtagungen und Fortbildungsseminaren sowie mit ihrem gesundheitspolitischen Engagement fördert die Fachgesellschaft die hochwertige Versorgung von Patient*innen im Fachgebiet. In 37 Themen-zentrierten Arbeitskreisen engagieren sich die Mitglieder für die Weiterentwicklung der Hämatologie und der Medizinischen Onkologie.

Informationen unter: www.dgho.de