

Studie zeigt Verbesserung von chronischer Hauterkrankung bei Umstellung der Ernährung

Eine Umstellung der Ernährung, mit wenig gesättigten Fettsäuren, hilft Menschen mit Adipositas, die Heilung der chronischen Schuppenflechte zu verbessern. Zu diesem Ergebnis kommen Forschende der Universitätsmedizin Leipzig in einer aktuellen klinischen Studie. Die wissenschaftliche Arbeit wurde im Fachjournal „Nutrients“ veröffentlicht.

Starkes Übergewicht, also Adipositas, ist ein Risikofaktor für die Entwicklung und einen schwereren Verlauf der chronisch-entzündlichen Hauterkrankung Schuppenflechte. Etwa vier Prozent der Bevölkerung in Deutschland leidet an der sogenannten Psoriasis. Die genauen Mechanismen, weshalb Übergewicht die Schuppenflechte verschlimmert, sind noch nicht bekannt. Eine Fehlregulierung des Glukose- und Fettstoffwechsels, die Aktivierung des Fettgewebes und eine daraus resultierende anhaltende Entzündung werden von Expert:innen als Ursachen untersucht. Im vergangenen Jahr haben Forschende der Universitätsmedizin Leipzig gezeigt, dass über die Nahrung aufgenommene gesättigte, freie Fettsäuren bei Tiermodellen eine entscheidende Rolle in der Verstärkung der psoriasisischen Hautentzündung in Kombination mit Adipositas spielen.

In der aktuellen Studie sind diese Erkenntnisse nun bei übergewichtigen Patient:innen mit chronischer Psoriasis überprüft worden. Die Ergebnisse zeigen, dass eine einfache Umstellung der Ernährung, zusammen mit einer existierenden Therapie, die Schuppenflechte um 25 Prozent verbessert. Der Wert wurde mit dem PASI Score gemessen, einem Index zur Ermittlung des Schweregrades von Psoriasis-Erkrankungen. Der Schwerpunkt der Diät liegt auf der Reduktion gesättigter Fettsäuren, zusätzlich zu bestehenden Therapien. Der positive Effekt bei den Betroffenen zeigte sich unabhängig von einer Gewichtsabnahme.

Neben der Verbesserung der Schuppenflechte konnten die Leipziger Wissenschaftler:innen belegen, dass eine reduzierte Menge an gesättigten Fettsäuren den allgemeinen Entzündungswert, gemessen durch ein Blut-Entzündungspanel, im Körper reduziert. „Daher könnte diese diätetische Intervention auch bei anderen entzündlichen Autoimmunerkrankungen hilfreich sein, bei denen ein Zusammenhang zwischen Krankheitsaktivität und Fettleibigkeit beschrieben worden ist“, sagt Studienleiter Prof. Dr. Jan C. Simon, Direktor der Klinik und Poliklinik für Dermatologie, Venerologie und Allergologie des Universitätsklinikums Leipzig und Professor für Dermatologie an der Universität Leipzig.

Mahlzeiten durch Formula- und Mittelmeer-Diät ersetzt

In die Studie wurden 33 Patient:innen mit leichter bis mittelschwerer Plaque-Psoriasis eingeschlossen. Bei der Erkrankung verdickt und verhornt die Oberhaut, und es bilden sich gerötete und schuppige Verletzungen. Dabei sind die Mahlzeiten zunächst durch eine Formula-Diät, Flüssigkeiten mit Nährstoffpulver, und anschließend durch eine modifizierte Mittelmeerdiät ersetzt worden. Nach zwei, vier, acht und zwölf Wochen prüften die Hautärztinnen und Hautärzte die Krankheitsaktivität und bestimmten pro-entzündliche Marker im Blut.

„Eine an gesättigten Fettsäuren arme Diät alleine wird die Schuppenflechte nicht heilen. Sie kann

aber etablierte Therapien unterstützen und dazu beitragen, dass diese chronische Hauterkrankung für die Betroffenen erträglicher wird. Die aktuellen Ergebnisse sollen im nächsten Schritt an einer größeren Gruppe von Erkrankten geprüft werden. Dabei interessiert uns besonders, ob diese Form der Diät bei übergewichtigen Patientinnen und Patienten das Ansprechen auf eine Systemtherapie der Schuppenflechte verbessert“, erklärt Prof. Simon.

Das Projekt wurde durch das Hautnetz Leipzig/Westsachsen e.V. und die Deutsche Forschungsgemeinschaft (DFG) finanziert.

Originalpublikation:

Originalpublikation in Nutrients: Modulation of Dietary Fatty Acids in an Open-Label Study Improves Psoriasis and Dampens the Inflammatory Activation Status. Doi: <https://doi.org/10.3390/nu15071698>