

Ungesundes Essen als Risikofaktor für CED?

Datum: 03.11.2022

Original Titel:

Diet as an environmental trigger in inflammatory bowel disease: a retrospective comparative study in two European cohorts

Kurz & fundiert

- Wissenschaftler befragten 129 CED-Patienten und 56 gesunde Kontrollpersonen zu ihren Ernährungsgewohnheiten
- CED-Patienten gaben häufiger an, vor ihrer Erkrankung ungesunde Nahrung wie Süßigkeiten, Snacks oder frittierte Lebensmittel zu sich genommen zu haben
- Eine ungesunde Ernährungsweise könnte somit das Risiko für CED erhöhen

MedWiss - Eine ungesunde Ernährungsweise könnte das Risiko für eine chronisch entzündliche Darmerkrankung (CED) erhöhen. Zu diesem Ergebnis kamen Wissenschaftler, nachdem sie CED-Patienten und gesunde Vergleichspersonen zu ihren Ernährungsgewohnheiten befragten und diese miteinander verglichen.

Gerade bei Darmerkrankungen wie den chronisch entzündlichen Darmerkrankungen (CED) Morbus Crohn und Colitis ulcerosa liegt der Verdacht nahe, dass die Ernährung einen Einfluss auf das Krankheitsgeschehen haben kann. Wissenschaftler aus Rumänien und Belgien untersuchten die Ernährungsweise von CED-Patienten vor Krankheitsbeginn und verglichen diese mit der von gesunden Kontrollpersonen, um mögliche Risikofaktoren für CED zu identifizieren.

Wissenschaftler befragten CED-Patienten und gesunde Vergleichspersonen zu ihren Ernährungsgewohnheiten

An der retrospektiven Beobachtungsstudie nahmen 129 CED-Patienten und 56 gesunde Kontrollpersonen aus Belgien und Rumänien teil. Alle Teilnehmer füllten Fragebögen zu ihrem Ernährungsverhalten aus. Bei den CED-Patienten richteten sich die Frage auf den Zeitraum vor Krankheitsbeginn.

CED-Patienten aßen häufiger ungesund

Bei dem Vergleich zwischen den CED-Patienten und den gesunden Vergleichspersonen stellten die Wissenschaftler fest, dass die CED-Patienten häufiger Süßigkeiten (OR: 3,36; 95 % CI: 1,6-7), verarbeitetes und fettreiches Fleisch (OR: 2,5; 95 % CI: 1,4-4,7), frittierte Lebensmittel (OR: 9,5; 95 % CI: 3,8-23,6), Salz (OR: 2,8; 95 % CI: 1,5-5,3), Eiscreme (OR: 3,25; 95 % CI: 1,1-9,8), Mayonnaise (OR: 3,49; 95 % CI: 1,1-10,3), Margarine (OR: 5,63; 95 % CI: 1,64-19,33) und Chips/Nachos oder andere Snacks (OR: 2,3; 95 % CI: 0,97-5,73) konsumierten. Andererseits nahmen die CED-Patienten

im Vergleich zu den gesunden Kontrollpersonen weniger Samen, Nüsse (OR: 0,26; 95 % CI: 0,14-0,52) und Joghurt (OR: 0,44; 95 % CI: 0,23-0,83) zu sich.

Eine ungesunde Ernährungsweise mit vielen Süßigkeiten, Snacks, frittierten Lebensmitteln, verarbeitetem und fettreichem Fleisch, Salz, Mayonnaise und Margarine schien somit das Risiko, an einer chronischen Darmentzündung zu erkranken, zu erhöhen. Samen, Nüsse und Joghurt könnten den Studienergebnissen zufolge hingegen eine schützende Wirkung haben.

Referenzen:

Preda CM, Manuc T, Chifulescu A, et al. Diet as an environmental trigger in inflammatory bowel disease: a retrospective comparative study in two European cohorts. *Rev Esp Enferm Dig.* 2020;112(6):440-447. doi:10.17235/reed.2020.6552/2019