

Eiweiß in der Ernährung bei Krebserkrankungen

„Essen Sie, was Sie wollen...“ kann Leben kosten.

Der Ernährungsstatus der Patienten spielt für den Erfolg einer Krebstherapie und damit das Überleben eine entscheidende Rolle. Mehr als 20 % der Todesfälle bei Krebspatienten sind nicht direkte Folge des Tumorleidens, sondern auf Mangelernährung, Kachexie und Sarkopenie bzw. den hieraus resultierenden Komplikationen zurückzuführen (Martin, L. et al; J Clin Oncol, 2013: 1539-47).

Hippokrates von Kos (459 bis 377 v. Chr.) beschrieb die **Kachexie** folgendermaßen:

„Das Fleisch schwindet und wird zu Wasser, der Bauch füllt sich mit Wasser, die Füße und die Beine schwellen an, die Schultern, Schlüsselbein, Brust und Hüfte schmelzen dahin... Diese Krankheit ist tödlich...“

Zutreffender kann man die Tumorkachexie nicht beschreiben. Das Problem ist jedoch, dass heute bei vorherrschender Adipositas eine **sarkopene Adipositas**, also ein Verlust von Muskelmasse bei weiterhin bestehendem Übergewicht oft nicht erkannt wird. Chemotherapie oder Bestrahlung führen zu Appetitverlust, Übelkeit bis hin zu Erbrechen, zudem kommt es in Folge der Intervention aber auch tumorassoziiert zu begleitenden systemischen Entzündungen, was eine erhöhte Morbidität und Mortalität bedingt (McMillan; Proc Nutr Soc, 2008; 257-262).

Ein schlechter Ernährungsstatus verlängert nicht nur die Hospitalisierung bei Krebspatienten und vermindert die Toleranz gegenüber schulmedizinischen Therapien (Horstmann et al.; Nutrients 2016; 8.), sondern verringert auch signifikant die Überlebenszeit (Vaughan et al.; J Cachexia Sarcopenia Muscle 2013; 95-109). In der Regel besteht ein kalorisches Defizit bei kachektischen Tumorpatienten von etwa 250 bis 400 kcal (Kumar et al.; Curr Treat Options Oncol, 2010; 107-17). Dieses sollte vorwiegend über Eiweiß und Fett bei gleichzeitiger Reduktion der Kohlenhydrate erfolgen.

Die europäische Gesellschaft für klinische Ernährung (ESPEN) empfiehlt in ihren Richtlinien als minimale Eiweißzufuhr eine Menge von 1,2 bis 1,5 g/kg Körpergewicht und Tag, die DGEM empfiehlt in ihrer S3-Leitlinie (AWMF-Register-Nummer.073/006) ebenso eine entsprechende Zufuhr, wobei der Bedarf bei ausgeprägter Inflammation auch höher (bis zu 2 g/kg Körpergewicht und Tag) liegen kann. Eine solche Zufuhr ist bei Inappetenz meistens nur durch eine gezielte **Eiweißsupplementation** zu erreichen. Hochwertiges Eiweiß ist nicht nur für den Muskelaufbau und -erhalt für das Gewebe, sondern auch für den Stoffwechsel, insbesondere für das Immunsystem, wichtig.

Allein über eine erhöhte Eiweißzufuhr ist jedoch eine ausreichende Kalorienzufuhr (in der Regel 25 bis 30 kcal/kg Körpergewicht und Tag) (Arends J et al.; Clin Nutr 2017, 11-48) nicht möglich, sollte

bei zunehmendem Gewichtsverlust mit Kachexie und Inappetenz und systemischer Inflammation die Energiezufuhr über hochwertige sowie gut verträgliche Fette sichergestellt werden. Es ist darauf zu achten, dass Nährstoffkonzentrate mit einem Gehalt an einfach und mehrfach ungesättigten Fettsäuren sowie mittelkettigen Triglyceriden am effektivsten sind.

Spezielle „Antikrebsdiäten“, welche vorgeben, den Tumor auszuhungern, sind ebenso abzulehnen wie die eingangs getroffene Aussage „essen Sie, was Sie wollen“, da die Ernährung neben den schulmedizinischen Therapieformen Operation, Bestrahlung und Chemotherapie eine wichtige Säule in der Behandlung von Krebspatienten darstellt. Damit kann nicht nur die Lebensqualität des Patienten verbessert, Komplikationen der Therapie und hospitale Situationen vermieden, sondern möglicherweise auch die Prognose bzw. das Überleben verbessert werden.

Mit **Aminolé** steht ein hochwertiges Eiweißkonzentrat, welches reich ist an verzweigtkettigen Aminosäuren, zur Verhinderung einer Sarkopenie/Kachexie zur Verfügung. In Sahne (50 ml) + Wasser (150 ml) angerührt, ist es sehr schmackhaft, liefert fast 30 g Eiweiß bei geringem Phosphatgehalt. Der **SANA-PRO Nephro Riegel** liefert Eiweiß und Energie und hilft gleichzeitig, die Flüssigkeits- wie auch Kalium-/Phosphatbilanz zu schonen.

Dr. med. Hardy Walle

Facharzt für Innere Medizin

Ernährungsmediziner (DAEM, DGEM)



Der SANA-PRO Nephro Riegel wird exklusiv vertrieben von:

**RIE
PHARM**

RiePharm GmbH
Friedrich-List-Str. 6
D-01587 Riesa
www.riepharm.de