

Krebskranke brauchen mehr Eiweiß und Fett

Gezielte Ernährung unterstützt Strahlentherapie

Von unserem Redaktionsmitglied
GERD LANDGRAF

SCHWEINFURT Was wir essen und trinken beeinflusst die Gesundheit; macht uns fit, oder eben auch nicht. In Extremsituationen stellt sich stets die Frage nach der richtigen Ernährung, also auch beim Krebspatienten. Die Strahlentherapie Schweinfurt am Medizinischen Versorgungszentrum des Leopoldina-Krankenhauses hat klare Vorstellungen von der richtigen Ernährung für Krebspatienten.

Ein Physiker beschäftigt sich seit Jahren mit dem Thema. „Krebspatienten brauchen mehr Eiweiß und Fett statt Kohlenhydrate“, sagt Dr. Rainer Klement, der nach der Ausbildung in Heidelberg und Anstellung am Würzburger Uniklinikum 2012 nach Schweinfurt zurückgekehrt ist. Sein Interesse gilt dem Zusammenspiel zwischen Ernährung und Tumorstoffwechsel. Die Argumente des Physiklers: „Kohlenhydrate werden im Körper in Zucker umgewandelt und im Blut transportiert. Krebszel-

len vergären mit Vorliebe Zucker, den sie sich aus dem Blut holen und der ihre Aggressivität schürt.“ Auf der anderen Seite würden Fett und Eiweiß vor allem der so wichtigen Muskulatur zugutekommen, während der Tumor mit Fett und Eiweiß weit weniger anfangen könne. Und: „Das Weglassen von Kohlenhydraten imitiert einen Fastenstoffwechsel (beim Fasten verändert sich der Stoffwechsel) mit erhöhter Fettverbrennung, der das Wachstum von Tumoren hemmen könnte, ohne jedoch den Patienten zu schwächen, da dieser noch genügend Kalorien aus Fett und Eiweiß aufnimmt.“

Klement empfiehlt eine Ernährung mit viel gutem Fett, stärkearmem Gemüse und wenig Kohlenhydraten, denn der Entzug von Kohlenhydraten habe wahrscheinlich gleich dem Fasten eine unterschiedliche Wirkung auf gesunde Zellen und Tumorzellen. Gesunde Zellen würden vor Bestrahlungsschäden geschützt und Tumorzellen geschwächt. Davon verspricht sich der Physiker eine stärkere Wirkung der

Strahlentherapie auf den Tumor und eine bessere Verträglichkeit der Therapie.

Die Ähnlichkeit zwischen Kohlenhydratverzicht und Fasten erhöhe sich mit dem Absenken des Blutzuckerspiegels, erklärt Klement weiter, der bereits mehrfach Fachartikel zu dem Thema veröffentlicht hat. Bei diesem Punkt bringt Klement die Ketogene Diät ins Spiel. Dabei handelt es sich um eine kohlenhydratlimitierte, protein- und kalorienbilanzierte und deshalb fettreiche Form der diätetischen Ernährung, die den Hungerstoffwechsel in bestimmten Aspekten imitiert. In dieser Ernährungsform bezieht der Körper seinen Energiebedarf nicht mehr aus Fett und Glukose, sondern nur noch aus Fett und daraus im Körper aufgebautem Glukoseersatz, den namensgebenden Ketonkörpern.

Ketonkörper versorgen bei fehlendem Zuckernachschub das energiehungrige Gehirn. Hirnzellen arbeiten mit Ketonkörpern besonders gut. Daher wird die Ketogene Diät schon seit knapp 100 Jahren erfolgreich bei

Epilepsie eingesetzt. Tumorzellen dagegen können Ketonkörper schlecht oder gar nicht zur Energiegewinnung verwerten. Auch steht die Annahme, dass Ketonkörper das Wachstum der Tumore hemmen. So empfiehlt Klement die Ketogene Diät als unterstützende Maßnahme während der Krebstherapie, vorausgesetzt der Patient hat keine Schwierigkeiten mit einer hohen Fettaufnahme. Aber selbst dann würden Patienten von einer mäßigen Kohlenhydrateinschränkung, insbesondere von Zucker, profitieren.

„Wir alle, aber auch Krebspatienten sollten darauf achten, den Blutzuckerspiegel niedrig zu halten“ meint auch Privatdozent Dr. Reinhard Sweeney, Chefarzt der Strahlentherapie Schweinfurt. Denn ein hoher Blutzuckerspiegel verschlechtert die Prognose von Krebspatienten. Sweeney berät im medizinischen Versorgungszentrum am Leopoldina-Krankenhaus Patienten in Sachen Ernährung. Auch bietet die Strahlentherapie Schweinfurt zwei Infolyer mit Empfehlungen zu einer kohlen-

hydratarmen sowie einer ketogenen Ernährung an.

Ergänzend wird den Patienten empfohlen, Sport zu treiben und sich zu bewegen, denn die Muskulatur spiele eine wichtige Rolle bei der Bekämpfung der durch die Therapie ausgelösten Erschöpfung und beim Muskelmasseverlust. Klement sieht hierbei einen weiteren Vorteil der Ketogenen Diät, denn die natürliche Aufgabe der Ketonkörper sei es auch, während Hungerszeiten vor Muskelabbau zu schützen. Dieselben Schutzmechanismen würden selbst bei Gewichtsverlust noch funktionieren.

Sweeney und Klement gehen mit gutem Beispiel voran, ernähren sich kohlenhydratarm und treiben Sport. Beide haben über mehrere Wochen die Ketogene Diät getestet und positive Effekte bei sich festgestellt. „So wissen wir, wovon wir reden“, erklären beide und sind überzeugt: „Kohlenhydratarmer Ernährung muss keinen Verzicht, sondern kann neuen Genuss bedeuten und zum Wohlfinden beitragen.“