

<http://www.aerzteblatt.de/nachrichten/44584/>

Medizin

Diät lindert ADHS

Eindhoven – Nahrungsmittelallergien stehen seit einiger Zeit im Verdacht, die Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung ADHS auslösen zu können. Jetzt kommt eine randomisierte klinische Studie im Lancet (2011; 377: 494-503) zu dem Ergebnis, dass eine Eliminationsdiät die Beschwerden lindert, wenn auch nicht bei allen Patienten.

An der Impact of Nutrition on Children with ADHD (INCA) eines ADHS-Forschungszentrums in Eindhoven nahmen hundert Kinder im Alter von 4 bis 8 Jahre teil, bei denen ein ADHS diagnostiziert worden war. Die Kinder waren vor der Studie nicht auf Nahrungsmittelallergien untersucht worden.

Es handelte sich nach Auskunft von Studienleiterin Lidy Pelsser um eine repräsentative Auswahl von Patienten. Sie wurden auf zwei Gruppen randomisiert. Eine Gruppe wurde auf die Warteliste gesetzt. Bei der anderen begannen die Forscher mit der Therapie.

Im ersten Teil der Studie wurden die Kinder über 5 Wochen auf eine Restriktionsdiät aus wenigen „oligoantigenen“ Nahrungsmitteln (Reis, Fleisch, Gemüse, Birnen und Wasser) gesetzt. Dazu gab es Kartoffeln, Obst und Weizen. Von den 41 Kindern, die diese Phase beendeten, sprachen 17 in den ersten zwei Wochen nicht auf diese Diät an. Bei diesen Kindern wurden weitere Nahrungsmittel aus der Kost entfernt. Am Ende gab es 32 „Responder“.

Die Diät war demnach bei zwei von drei Kindern erfolgreich, wobei der Erfolg nicht gleichbedeutend mit Beschwerdefreiheit war. Der Unterschied zur Kontrollgruppe in einer ADHS Rating Scale betrug 23,7 Punkte (von 54 möglichen) in der Bewertung der Eltern und 15,3 Punkte in der Bewertung der Lehrer. Da sowohl Eltern als auch Lehrer wussten, ob die Kinder in der Diät- oder in der Kontrollgruppe waren, ist eine Placebo-Wirkung nicht auszuschließen.

Enttäuschend verliefen die Ergebnisse im zweiten Teil der Studie. Hier wurden 30 Kinder, die auf die Diät angesprochen hatten, nacheinander mit verschiedenen Nahrungsmitteln exponiert, von denen einige einen Anstieg des IgG-Spiegels verursachen, andere jedoch nicht.

Die Hoffnung bestand darin, dass die IgG-Antwort mit dem Ansprechen der Diät korrelierte. In diesem Fall könnte man den Erfolg durch eine Blutuntersuchung vorhersagen oder die Diät nach der IgG-Antwort auswählen. Dies war allerdings nicht der Fall, wie Pelsser berichtet.

Eltern, die sich für einen Diätversuch interessieren, müssen deshalb mit einer Eliminationsdiät beginnen und dann austesten, welche Nahrungsmittel ihr Kind toleriert und welche nicht. Dies sollte nur unter der Betreuung des Arztes und einer Diätassistentin geschehen, fordert die Editorialistin Jaswinder Kaur Ghuman von der Universität von Arizona in Tucson. Andernfalls könne es schnell zu Mangelerscheinungen kommen, die dem Kind mehr schaden könnten als das ADHS.