NAMS Studie: Ernährungstherapie bei Multipler Sklerose

Aus gesammelten Erfahrungswerten und ersten Studien mit verschiedenen Ernährungskonzepten gibt es Hinweise, dass sich die Multiple Sklerose durch Ernährung beeinflussen lässt. Das eröffnet die potentielle Möglichkeit, über spezifische Ernährungsformen auf den Krankheitsverlauf einzuwirken.

Die NAMS Studie ist ein Nachfolger der IGEL-Studie, die bereits hier vorgestellt wurde. Aufgrund der positiven Studienergebnisse der IGEL-Studie hinsichtlich der Lebensqualität und Blutfettwerten durch Fastentherapie und ketogene Ernährung, wurde die NAMS Studie mit einer längeren Interventionszeit von 18 Monaten und dem MRT als Endpunkt ins Leben gerufen. Ziel der NAMS Studie ist die Untersuchung der Wirksamkeit dreier Ernährungskonzepte auf den Erkrankungsverlauf von MS-Betroffenen. Insbesondere wird untersucht, ob es Unterschiede in der Wirksamkeit der Ernährungsformen gibt in Bezug auf das Neuauftreten von Läsionen im Gehirn, aber auch hinsichtlich der körperlichen Beeinträchtigung, Schubrate, Lebensqualität, Blutfetten, Darmflora und weiteren Parametern.

Diese Ernährungskonzepte sind

1. Intermittierendes Fasten mit einer im Intervall täglichen 14-stündigen Nahrungskarenz als therapeutisch modifiziertes Fasten

2. Adaptierte ketogene Ernährung, eine fettreiche und Kohlenhydrat-reduzierte Ernährung

3. Entzündungshemmende Ernährung, eine Ernährung mit überwiegend pflanzlichen Nahrungsmitteln basierend auf den aktuellen Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) .

An der NAMS Studie können Patienten mit schubförmig-remittierender Multipler Sklerose teilnehmen, die zwischen 18 und 65 Jahren alt sind. Die Visiten werden in der Charité am Campus Mitte in Berlin durchgeführt. Insgesamt sind 6 Visiten über einen Zeitraum von 18 Monaten geplant. Zusätzlich werden regelmäßige, MS-spezifische Ernährungsberatungen in Kleingruppen angeboten. Die erste Kohorte ist im Mai gestartet und nun ist der Screening-Zeitraum für die nächste Kohorte geöffnet.

Kontakt: Liane Franz liane.franz@charite.de, Lina Bahr lina.bahr@charite.de

Studienleitung: Prof. Dr. Friedemann Paul (AG Klinische Neuroimmunologie, NCRC), Prof. Dr. Andreas Michalsen (Immanuel Krankenhaus)

NAMS Study: Nutritional therapy in Multiple Sclerosis

Initial studies and gained experiences suggest a certain impact of nutrition on Multiple Sclerosis and opens up the potential possibility of influencing the disease progression with specific diets.

The NAMS Study is a successor of the IGEL study that has shown positive results regarding quality of life and blood lipids through fasting therapy and ketogenic diet in patients with Multiple Sclerosis. The NAMS Study aims to investigate the efficacy of three different diets on central nervous lesions as well as on functional limitations, relapse rate, blood lipids, gut flora and other parameters.

These diets are

1. Intermittent fasting, 7 days, 3 times, every 6 months with a daily fasting period of 14 hours

2. Adapted ketogenic diet, a fat-rich and carbohydrate-reduced diet

3. Anti-inflammatory diet, a diet with predominantly plant-based referring to the current recommendations of the German Society for Nutrition (DGE).

Patients with Relapse Remitting Multiple Sclerosis who are between 18-65 years old can take part in the study. The study visits will take place at Charité Campus Mitte. In total 6 study visits over 18 months are scheduled. The patients will receive disease-related nutritional therapy in small groups. The first cohort has started in May 2017 and patients for the following cohort can now be screened.

Contact: Liane Franz liane.franz@charite.de, Lina Bahr lina.bahr@charite.de

Investigators: Prof. Dr. Friedemann Paul (AG Clinical Neuroimmunology, NCRC), Prof. Dr. Andreas Michalsen (Immanuel Hospital)