

# Modifizierte Atkins-Diät (MAD)





# Modifizierte Atkins-Diät (MAD)

Die modifizierte Atkins-Diät ist eine fettreiche, eiweissreiche und streng kohlenhydratreduzierte Ernährung, welche seit 2002 als ketogenes Therapieverfahren zur Behandlung von pharmakoresistenten Epilepsien eingesetzt wird. Meist wird der Kohlenhydratanteil vorgegeben, während der Eiweiss- und der Fettanteil frei variabel sind.

## Indikation

Diese Diät wird als Therapie für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Epilepsie eingesetzt, die trotz einer medikamentösen Behandlung nicht anfallsfrei werden.

## Diättherapie

Die Einleitung der modifizierten Atkins-Diät kann ambulant erfolgen. Unter MAD nutzt der Körper die Fette als Energiesubstrat und kommt so in die sogenannte „Ketose“. Eltern von Kindern und Jugendlichen unter MAD werden durch Ärzte und Ernährungs-

beraterinnen intensiv geschult und können die Diät zuhause mit einer Austauschabelle einfach durchführen. Um Mangelerscheinungen vorzubeugen, wird häufig ein Vitamin- und Mineralstoffpräparat eingesetzt. Es gibt auch Kochbücher, die bei Bedarf bestellt werden können. Im Internet sind kohlenhydratarme Speziallebensmittel wie Brot, Teigwaren, Mehl oder Gebäck erhältlich. Da nur die Kohlenhydrate festgelegt sind, wird die Therapieform meist besser akzeptiert als die ketogene Diät und ist etwas einfacher in der Durchführung. Als Therapiekontrolle dienen Ketonmessungen im Urin.

## **Behandlungserfolge**

Mehrere Analysen zeigen folgende Ergebnisse bei pharmakoresistenten Epilepsien:

- 26% der Kinder hatten eine Anfallsreduktion von >90%
- 44% der Kinder hatten eine Anfallsreduktion von >50% (Klepper et al. 2013)

Diese deutlichen Besserungen können sich bereits nach zwei Wochen einstellen. Manche Kinder sprechen erst im Verlauf auf die Diät an, so dass die Diät zunächst über einen Zeitraum von drei Monaten durchgeführt wird. Selbstverständlich sind während dieser Zeit regelmässige Standortbestimmungen und individuelle Anpassungen möglich.

---

### **Weiterführende Information**

<http://www.epilepsie-kind.de/>

### **Literatur**

Klepper, J., Leiendecker et al. (2013). Stellungnahme zur modifizierten Atkins-Diät. Neuropädiatrie in Klinik und Praxis, 2(12), 74-80



UNIVERSITÄTS-  
**KINDERSPITAL**  
**ZÜRICH**

**|** *Das Spital der  
Eleonorenstiftung*

Kinderspital Zürich - Eleonorenstiftung  
Steinwiesstrasse 75  
CH-8032 Zürich

[www.kispi.uzh.ch](http://www.kispi.uzh.ch)  
Telefon +41 44 266 71 11