

# Ketogene Diät





# Ketogene Diät

**Die ketogene Diät ist eine sehr fettreiche, eiweisslimitierte und kohlenhydratarme Ernährung. Die Mengen von Fett, Eiweiss und Kohlenhydraten werden nach Gewicht und Grösse des Patienten definiert. Jede Mahlzeit muss genau berechnet werden.**

## Indikation

Diese Diät ist eine zusätzliche Therapie für Säuglinge und Kleinkinder mit Epilepsie, die trotz einer medikamentösen Therapie nicht anfallsfrei werden, sowie für Patienten mit Stoffwechselerkrankungen wie Pyruvat-Dehydrogenase-Mangel und Glukosetransporter(GLUT1)-Defekt.

## Diättherapie

Die Einleitung der ketogenen Diät erfolgt stationär und dauert meistens eine Woche. Die Kinder werden ab dem zweiten Tag ketogen ernährt, worauf sich nach etwa 36 Stunden der Stoffwechsel einstellt und das Kind in der sogenannten „Ketose“ ist. Während des Aufenthaltes wird das

Kind engmaschig kontrolliert und beobachtet, zudem werden täglich mehrere Ketonkörpermessungen und Blutzuckerkontrollen durchgeführt.

Die Eltern werden durch ein interdisziplinäres Team aus Ärzten und Ernährungsberaterinnen intensiv in der Durchführung der ketogenen Diät geschult. Um Mangelerscheinungen vorzubeugen erhalten die Kinder zusätzlich ein Vitamin- und Mineralstoffpräparat.

Vor Spitalaustritt erhalten die Eltern ein computergestütztes Berechnungsprogramm zur vereinfachten Zusammenstellung der Mahlzeiten. Es gibt auch Kochbücher, die bei Bedarf bestellt werden können.

Im Internet sind kohlenhydratarme Speziallebensmittel wie Brot, Teigwaren, Mehl oder Gebäck erhältlich.

## **Behandlungserfolge**

Mehrere Analysen zeigen folgende Ergebnisse bei pharmakoresistenten Epilepsien:

- 10% der Kinder wurden anfallsfrei
- 33% der Kinder hatten eine Anfallsreduktion von >90%
- 55% der Kinder hatten eine Anfallsreduktion von >50% davon hatten:
  - 19% keine zusätzlichen Anti-epileptika

- 19% ein zusätzliches Anti-epileptikum (Klepper et al. 2013)

Diese deutlichen Besserungen können sich bereits nach zwei bis vier 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, B. 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