

Ketogén diéta alkalmazása epilepsziás gyermekeknél

Richter Éva MSc

Előadásomban az eddigi tudásanyag összefoglalóját kapjuk a ketogén diéta fejlődéséről. Tudományos bizonyítékokon alapuló evidenciák alapján részletezzük a diéta bevezetési és követési folyamatait. A ketogén-diétát alapvetően terápia-rezisztens epilepsziások kezelésére fejlesztették ki, de napjainkban már elsődlegesen választandó terápiás lehetőség olyan betegeknek, akiknél a roham metabolikus zavar miatt alakul ki, mint például a glükóz-transporter-1 hiány (GLUT-1D) és a piruvát-dehidrogenáz komplex hiány (PDHD).

A ketogén-diéta meghatározott energiaértékkel rendelkező, igen magas zsírtartalmú, alacsony vagy normál fehérje és igen alacsony szénhidrát-tartalmú étrend. A diéta alatt vitamin-, és ásványi anyag hiány alakulhat ki, valamint többlet bevitel telített zsírokból és koleszterinből, ezért szükséges a folyamatos monitorozás, étrend tervezés a megfelelő tápanyagok, mikro-makro-elemek, vitaminok ellátottságához. Számos mechanizmus vezet oda, hogy a ketogén-diéta releváns klinikai kezeléssé vált, azáltal, hogy 20%-al csökkenti az ideg ingerlékenységet és az epilepsziás görcsöket. A ketogén-diétának jelenleg több olyan változatát különböztetjük meg, amelyek kifejezetten a különböző terápia-rezisztens epilepsziákban hatékonyak. Ilyen a klasszikus, hosszú szénláncú zsírsavakban gazdag (Long-chain triglycerides, LCT) diéta, a közepes szénláncú zsírsavakban gazdag (Medium-chain triglycerides, MCT) diéta a módosított Atkins (MAD) diéta és az alacsony glikémiás indexű (Low Glycemic Index Treatment) diéta. Eleinte a csecsemőket nem tartották a diétára alkalmasnak, de a számukra kifejlesztett tápszer bevezetésével kiderült, hogy náluk jobb eredmények is elérhetők, mint a nagyobb gyerekeknél. Az egy év alatti csecsemőknél az étrendet lehetőség szerint úgy kell összeállítani, hogy az életkornak megfelelő fehérje biztosítva legyen, illetve alkalmazkodva 3:1, 2,5:1 vagy 2:1 arányú zsír, fehérje+szénhidrát beviteléhez. Külön a csecsemőkre vonatkozó klinikai útmutatót jelentetett meg egy főképp ketogén- és gyermekdiétetikára szakosodott projektcsoport 2016-ban. A csecsemők esetében külön figyelmet kell fordítani az esszenciális tápanyagok biztosítására is.

A sikeres terápia érdekében a szakszemélyzet felkészültsége, a szülők, valamint a szülők mellett a páciensek edukációja alapvető fontosságú abban az esetben, ha az életkorából kifolyólag megvalósítható edukációja.