

Diabetiker sollten lieber frühstücken

Glukosestoffwechsel -- Autor: K. Müssig

Intervallfasten liegt voll im Trend. Das Auslassen des Frühstücks ist dabei eine beliebte Methode. Diabetiker sollten hier aber aufpassen: Ihr HbA_{1c}-Wert leidet tendenziell eher darunter.

Erstmals wurde der Einfluss der Frühstückskarenz auf die glykämische Variabilität nachgewiesen.

In einer Querschnittsstudie mit 317 japanischen Patienten mit Typ-2-Diabetes wurden verschiedene Lebensstilfaktoren mittels Fragebogen untersucht. 6,3% von ihnen ließen das Frühstück aus. Diese Patienten waren signifikant jünger als der Rest (58 vs. 67,4 Jahre, $p < 0,001$), und der Raucher-Anteil war bei ihnen höher (40,9% vs. 11,5%, $p < 0,001$).

Die Patienten ohne Frühstück wiesen im Mittel einen höheren HbA_{1c}-Spiegel auf (7,7% vs. 7,1%, $p = 0,003$), und auch die Standardabweichung der HbA_{1c}-Konzentrationen lag in dieser Gruppe höher (0,32 vs. 0,21, $p = 0,024$). Eine multiple Regressionsanalyse ergab, dass das Auslassen des Frühstücks mit einem höheren mittleren HbA_{1c}-Wert assoziiert war ($p = 0,006$) – und darüber hinaus mit einer höheren Variabilität des Werts ($p = 0,001$). Berücksichtigt wurden dabei Alter, Geschlecht, BMI, Diabetesdauer, körperliche Aktivität, Alkoholkonsum, Raucherstatus, Gesamtenergie- und Kohlenhydrataufnahme sowie die Diabetesmedikation.

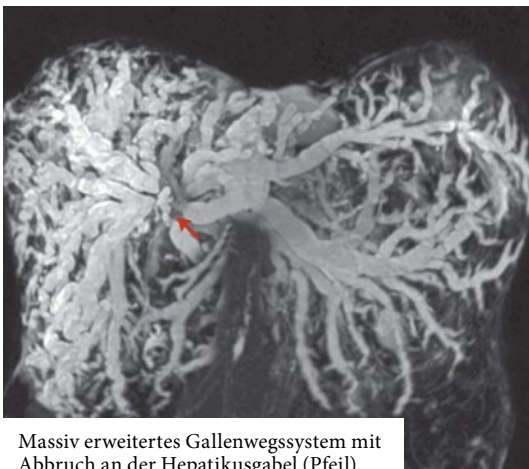
Quelle: Hashimoto Y, Kaji A, Sakai R et al. Skipping breakfast is associated with glycemic variability in patients with type 2 diabetes. *Nutrition*. 2020;71:110639

MMW-Kommentar

Die Arbeit steht im Einklang mit früheren Studien, die einen Zusammenhang zwischen dem Auslassen des Frühstücks und einer Beeinträchtigung des Glukosestoffwechsels bei Patienten mit Typ-2-Diabetes zeigten. Erstmals wurde nun der Einfluss auf die glykämische Variabilität demonstriert, die erst vor Kurzem mit kardiovaskulären Erkrankungen und mikrovaskulären Komplikationen bei Typ-2-Diabetes in Verbindung gebracht wurde [Li S et al. *Diabetes Care*. 2020;43:426–32].

Die Arbeit legt nahe, dass das zurzeit beliebte Intervallfasten bei Diabetespatienten ungünstige Effekte auf den Glukosestoffwechsel einschließlich der glykämischen Variabilität haben könnte. Zunächst müssen die Ergebnisse jedoch an größeren Kohorten unterschiedlicher Ethnien bestätigt werden.

Sieht man hier gestaute Gallenwege oder moderne Kunst?



Massiv erweitertes Gallenwegssystem mit Abbruch an der Hepatikusgabel (Pfeil).

Eine 72-jährige Frau kam mit einem Ikterus, Übelkeit, abdominalen Schmerzen, Juckreiz und einem Gewichtsverlust von 6 kg in zwei Monaten in die Klinik. Erhöhte Laborwerte, insbesondere Bilirubin (14,3 mg/dl) und alkalische Phosphatase, deuteten auf eine schwere Cholestase hin. Das MRT zeigte im Bereich der gesamten Leber ein massiv erweitertes Gallenwegssystem, das sich an der Hepatikusgabel am Hilus abrupt ver-

schmälerte und abbrach. Ursache war ein dort lokalisierter Tumor. Die Biopsie ergab ein hiläres Cholangiokarzinom (Klatskin-Tumor). Da bereits Lungenmetastasen bestanden, beschränkte man sich auf palliative Maßnahmen.

Die Natur produziert immer wieder solch faszinierende Bilder bei Gesundheit und Krankheit. Das Kernspinbild könnte auch ein zeitgenössisches Kunstwerk sein. Man sollte nur nie vergessen, dass es sich um eine tödliche Krankheit handelt.

H. Holzgreve

Quelle: Rossi UG, Cariatì M. Intrahepatic biliary ductal dilatation. *N Engl J Med*. 2020;382:364