

Diätpulver-Drinks gegen Diabetiker-Pfunde

Diabetiker verlieren mit Nahrungersatz-Getränken etwas mehr Körpergewicht als mit konventionellen Strategien. Durch die Formuladiät verbessern sich auch diverse kardiovaskuläre Risikoparameter leicht.

— Für eine Metaanalyse wurden Daten aus neun randomisierten kontrollierten klinischen Studien mit Typ-2-Diabetikern ausgewertet, die sich mindestens zwei Wochen lang zum Zweck der Gewichtsabnahme einer Formuladiät unterzogen hatten. Die Vergleichspatienten hielten eine konventionelle Gewichtsreduktionsdiät ein.

Insgesamt konnten 961 Patienten eingeschlossen werden. Das mittlere Follow-up betrug 24 Wochen. Die kalkulierte Energieaufnahme betrug im Mittel ca. 1.500 kcal pro Tag. Dabei basierte diese Kalkulation aber auf einer limitierten Anzahl von Daten: Nur bei vier der Interventions- und sechs der Kontrollgruppen waren Angaben bezüglich der täglichen Energiezufuhr notiert. Es zeigte sich eine vergleichbare Abbruchrate in den Gruppen (18% vs. 20%).

Die Analyse ergab etwas stärkere positive Effekte in den Formuladiätgruppen. Im Vergleich zu den Kontrollgruppen nahmen die Probanden im Schnitt 2,37 kg mehr Körpergewicht ab. Der BMI ging um 0,87 kg/m² mehr zurück. Beim Rückgang des Körperfettgehalts betrug der Unterschied 1,66 Prozentpunkte, beim Taillenumfang 2,24 cm, beim HbA_{1c}-Wert 0,43 Prozentpunkte, bei der Nüchtern glukose 0,63 mmol/l, beim Nüchterninsulin 11,83 pmol/l. Der systolische Blutdruck ging unter der Formuladiät um 4,97 mmHg mehr zurück als unter der Kontrolldiät, der diastolische Wert um 1,98 mmHg mehr. Bei den Blutfettwerten zeigten sich keine Unterschiede.

▪ Noronha JC et al. The effect of liquid meal replacements on cardiometabolic risk factors in overweight/obese individuals with type 2 diabetes: a systematic review and metaanalysis of randomized controlled trials. *Diabetes Care*. 2019;42:767–76



KOMMENTAR

Eine Gewichtsabnahme ist bei Typ-2-Diabetikern oft schwierig, wofür häufig die Medikation mit Insulin als ursächlich angesehen wird. Insofern sind die Ergebnisse von hohem klinischem Interesse, auch wenn sie nur einen moderaten Mehrwert der Formuladiät zeigen. Die Energieaufnahme von 1.500 kcal/d lässt vermuten, dass die Diätpulver-Drinks in den Studien nur partiell als Ersatz eingesetzt wurden. Dies ist aus meiner Erfahrungen immer etwas weniger effektiv; wenn möglich bevorzuge ich einen zeitlich

limitierten kompletten Ersatz. Dies ist unter ärztlicher Kontrolle eine gut durchführbare Therapie.

Klar ist, dass insbesondere die metabolischen Effekte v. a. vom Ausmaß der Gewichtsreduktion unter Formuladiät abhängen. Das zeigen z. B. auch die sehr guten Typ-2-Diabetes-Remissionsraten in der DiRECT-Studie [Lean MEJ et al. *Lancet Diabetes Endocrinol*. 2019;7:344–55].

Es darf für die klinische Versorgung nicht unerwähnt bleiben, dass die finanzielle Situation der Patienten eine wesentliche Limitation von Formuladiäten darstellen kann.

Prof. Dr. med. K. Mai

ANZEIGE

Hier steht eine Anzeige.

 Springer