



Prävention und Integrative Onkologie
eine Arbeitsgemeinschaft der
Deutschen Krebsgesellschaft (DKG)

Stellungnahme der Arbeitsgemeinschaft Prävention und Integrative Onkologie (PRIO) in der Deutschen Krebsgesellschaft zur Ketogenen und Kohlenhydratarmen Diät im Rahmen einer Krebserkrankung

September 2024

Seit mehreren Jahren werden Menschen mit Krebs einige Diäten angeboten, die in unterschiedlichem Ausmaß kohlenhydratarm sind. Diese Diäten sollen entweder zu einem direkten Einfluss auf das Tumorwachstum sowie die Metastasierung, zu einer Verbesserung der Wirksamkeit von Chemo- oder Strahlentherapie oder zu einer besseren Verträglichkeit insbesondere der Chemotherapie führen.

Es gibt verschiedene ketogene oder kohlenhydratarme Diäten, deren gemeinsame Merkmal der hohe Fettanteil und geringe Kohlenhydratanteil (< 70 G/d) ist.

Zum jetzigen Zeitpunkt liegen keine wissenschaftliche Untersuchung vor, die belegen, dass eine ketogene oder kohlenhydratarme Diäten

- das Wachstum oder die Metastasierung eines Tumors beim Menschen verhindern bzw. zurückdrängen kann
- die Wirksamkeit einer Chemo- und/oder Strahlentherapie verbessert
- die Lebensqualität von Patienten verbessert.

Zu kohlenhydratarmen bzw. ketogenen Diäten liegen eine Reihe von Zell- und Tierexperimenten vor. Die Ergebnisse sind heterogen. In einigen Experimenten konnte das Tumorwachstum verlangsamt werden. In anderen entwickelten sich jedoch stammzellartige Veränderung und ein beschleunigtes Wachstum der Tumorzellen. Eine initiale Wachstumsverlangsamung des Tumors wurde auch nur bei den Tieren gesehen, bei denen es auch zu einer Gewichtsabnahme kam und zwar unabhängig von der Diät (kohlenhydratarm oder fettarm).

In der S3 Leitlinie zur Komplementären Onkologie [1] wird ausdrücklich von der ketogenen Diät abgeraten.

Die bisher publizierten Studien sind im Hintergrundtext der Leitlinie und in der Stellungnahme der AG PRIO und der DGEM [2] detailliert beschrieben. Seitdem wurde keine klinische Studie publiziert, die einen Nutzen der ketogenen Diät beweist. **Keine Studien konnte eine Rückbildung von Tumoren, eine Verlängerung des Überlebens, eine Verbesserung des Therapieansprechens oder eine Verminderung von Nebenwirkungen durch die ketogene Diät belegen.**

Dagegen weisen die Studien einige Nebenwirkungen mit Relevanz für Krebspatienten auf, u.a.: Übelkeit, Appetitmangel, Gewichtsverlust, Obstipation, Arteriosklerose, fehlendes Durstgefühl, Nierensteine, Pankreatitis, Dehydratation und Sedierung. Diese Nebenwirkungen können wenn der Onkologe nicht weiß, dass der Patient eine solche Diät einhält, für Folgen der Erkrankung oder Therapie gehalten werden, was zu Fehlentscheidungen in der Therapie führen kann.

Die Studien berichten von einem deutlichen Gewichtsverlust teilweise innerhalb kurzer Zeit, die den Kriterien einer Mangelernährung entspricht trotz meist intensiver Bemühungen, eine adäquate Kalorienzufuhr zu erreichen.

Fazit

Aufgrund der aktuellen Datenlage können kohlenhydratarmen oder ketogenen Diäten als ergänzende Therapie und allgemein für Menschen mit Krebserkrankungen nicht empfohlen werden.

Patienten, die sich für kohlenhydratarmen oder ketogenen Diäten interessieren sollten frühzeitig und intensiv zu den mögliche negativen Auswirkungen beraten werden. Onkologische Patienten mit einer Gewichtsabnahme sollten aktiv gefragt werden, ob sie eine solche Diät verfolgen und ggf. beraten werden. Sollten Patienten trotz einer intensiven ernährungstherapeutischen Beratung eine kohlenhydratarme oder ketogenen Diät durchführen, so ist eine engmaschige Kontrolle auf eine sich entwickelnde Mangelernährung wichtig.

Literatur

1. Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft, Deutsche Krebshilfe, AWMF): S3-Leitlinie Komplementärmedizin in der Behandlung von onkologischen PatientInnen, Langversion 2.0, 2024, AWMF-Registernummer: 032-055OL
<https://www.leitlinienprogramm-onkologie.de/leitlinien/komplementaermedizin/>;
Zugriff am 17.08.2024
2. Schmidt L, Mathies V, von Grundherr J, Rubin D, Hübner J for the Working Group Prevention and Integrative Oncology in the German Cancer Society and the German Society for Nutritional Medicine: Ketogenic and low-carbohydrate diets in people with cancer. A statement by the Working Group on Prevention and Integrative Oncology (PRIO) in the German Cancer Society (GCS) and the German Society for Nutritional Medicine (DGEM). Ernährungs Umschau 2022; 69(7):106–11.