

Ablauf der Studie

Nach einem ärztlichen Vorgespräch werden Sie zufällig einer von zwei Gruppen zugeteilt. Eine Gruppe ernährt sich zusätzlich zur Routinebehandlung drei Wochen lang ketogen, die andere erhält ausschließlich die etablierte Routinebehandlung. Teilnehmerinnen der Interventionsgruppe bekommen eine ausführliche Einweisung und Anleitung für die Umsetzung der ketogenen Ernährung zu Hause.

Zu Beginn der Teilnahme, am Ende der dreiwöchigen Interventionsphase und drei Monate nach Abschluss wird jeweils ein ca. 2,5-stündiger Termin vereinbart. Dieser umfasst neben Arztgesprächen:

- Fragebögen über Ihren Gesundheitszustand
- Blutabnahme für die Immunanalyse
- Testung Ihrer Empfindungsschwellen an der Hand und am Ellenbogen
- Während der gesamten Studiendauer werden beide Gruppen engmaschig von unserem hochspezialisierten Team der Schmerzambulanz betreut.

Ihre Vorteile bei Teilnahme

- kostenfreie Teilnahme an einer ärztlich begleiteten, nichtmedikamentösen ketogenen Ernährungsintervention im Studienzeitraum oder (sofern gewünscht) im Anschluss
- kompetente und individuelle Betreuung durch ein erfahrenes Team unseres spezialisierten Zentrums für Schmerztherapie
- umfassende Untersuchungen inklusive Ketonkörpermessung für zu Hause
- Beitrag zur Erforschung innovativer Therapieansätze beim Fibromyalgiesyndrom

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Melden Sie sich gern bei uns.

Studientelefon: 089-4400-57508 /-53625

E-Mail: ANA.Ketofi@med.uni-muenchen.de

Studienzentrum

LMU Klinikum
Interdisziplinäre Schmerzambulanz und Tagesklinik
Campus Innenstadt
Klinik für Anaesthesiologie
Pettenkoferstr. 8a, 80339 München

In Kooperation mit dem MUM
Muskuloskeletalen Universitätszentrum München

Studienverantwortliche

Prof. Dr. med. Dominik Irnich
Prof. Dr. Dr. med. Simone Kreth
Dr. biol. hum. Petra Bäumler
Dr. med. Martin Müller (Studienarzt)
Dr. Dr. med. Max Hübner (Studienarzt)

Wir freuen uns, Sie als Studienteilnehmerin
begrüßen zu können!

Lageplan



Ketogene Diät beim Fibromyalgiesyndrom



Studienteilnehmerinnen gesucht

Fibromyalgiesyndrom und Ernährung

Das Fibromyalgiesyndrom ist eine chronische Erkrankung, die Schmerzen in verschiedenen Körperregionen verursacht und häufig mit Schlafstörungen, Müdigkeit und Erschöpfung einhergeht. Die genauen Ursachen sind noch nicht vollständig geklärt. Vermutet wird ein Zusammenspiel aus Störungen der Schmerzverarbeitung und einem Ungleichgewicht im Immunsystem, das eine dauerhafte unterschwellige Entzündungsreaktion auslöst und die Beschwerden verstärken kann.

Auch unsere Ernährung hat einen maßgeblichen Einfluss auf das Immunsystem. Ein hoher Kohlenhydratkonsum kann dessen empfindliches Gleichgewicht stören und unterschwellige Entzündungsprozesse zusätzlich begünstigen.

Eine vorübergehende Reduktion der Kohlenhydratzufuhr könnte dem entgegenwirken und das Immunsystem positiv beeinflussen. Die kohlenhydratarme (ketogene) Ernährung stellt somit einen vielversprechenden neuen Ansatz zur Behandlung des Fibromyalgiesyndroms dar.



Was bedeutet „ketogene Diät“?

Bei konventioneller Ernährung stellen Kohlenhydrate die wichtigste Energiequelle für den Körper dar. Bei einer ketogenen Diät hingegen wird der Kohlenhydratanteil stark reduziert und durch Fette und Proteine ersetzt. Dadurch stellt der Körper seinen Stoffwechsel grundlegend um. Er gewinnt seine Energie nun überwiegend aus Fetten und bildet dabei Ketonkörper, die dieser Ernährungsform ihren Namen geben.

Welchen Einfluss hat die ketogene Diät auf das Immunsystem?

Neuere Forschungsergebnisse zeigen, dass eine ketogene Ernährung sowohl Funktion als auch Stoffwechsel menschlicher Immunzellen deutlich verbessern kann. Dies wirkt sich positiv auf das Ungleichgewicht im Immunsystem aus. Krankheitsfördernde Immunzellen nehmen ab, während die Zahl schützender Immunzellen zunimmt. Zudem werden den Ketonkörpern selbst entzündungshemmende und stoffwechselregulierende Effekte zugeschrieben.

Ziel der Studie

Diese Studie untersucht, wie sich eine dreiwöchige ketogene Ernährung auf die Symptome des Fibromyalgiesyndroms auswirkt. Erste Forschungsergebnisse unserer Arbeitsgruppe weisen darauf hin, dass diese Ernährungsweise das Immunsystem stärken und somit Beschwerden lindern könnte.

Ziel ist es, eine ergänzende, nicht-medikamentöse Behandlungsmethode als zusätzlichen Baustein zur bisherigen Routinebehandlung zu erproben.



Wer kann teilnehmen?

Die wichtigsten Einschlusskriterien:

- weiblich
- Mindestalter 18 Jahre
- gesicherte Diagnose oder Verdacht auf das Fibromyalgiesyndrom

Weitere Einschlusskriterien prüfen wir gern in einem telefonischen Vorgespräch.

