

05. September 2017

---

## Bessere Prognose mit der richtigen Ernährung bei Tumorpatienten

**Wenn der Krebs den Magen-Darm-Trakt oder den Kopf-Hals-Bereich befallen hat, leiden viele Patienten unter Schluckbeschwerden oder Verdauungsstörungen. Kommen dann bei einer Strahlentherapie, insbesondere wenn diese mit einer Chemotherapie kombiniert werden muss, auch noch Übelkeit und Erbrechen hinzu, werden Gewichtsabnahme und Mangelernährung zu einem echten Risiko für den Therapieverlauf. Aktuelle Studien zeigen jetzt, wie eine rechtzeitige und individuelle ernährungsmedizinische Betreuung den Therapieerfolg positiv beeinflussen und die Lebensqualität der Krebspatienten verbessern kann.**

Jedes Jahr erkranken nahezu 500.000 Menschen in Deutschland neu an Krebs, nicht selten schließt sich an Operation und Chemotherapie eine Strahlentherapie an. Gerade bei Tumorerkrankungen im Magen-Darm- oder im Kopf-Hals-Bereich ist die Ernährung durch die Tumorerkrankung selbst beeinträchtigt und bis zu 80% der Patienten ist bereits mangelernährt, bevor eine Behandlung begonnen wird. „Für die Genesung müssen Krebspatienten alle Kräfte mobilisieren. Mangelernährung und Untergewicht verschlechtern die Lebensqualität und wirken sich negativ auf die Prognose aus“, erklärt Prof. Dr. med. Stephanie E. Combs, Direktorin der Klinik und Poliklinik für RadioOnkologie und Strahlentherapie am Universitätsklinikum der Technischen Universität München (TUM) und Pressesprecherin der Deutschen Gesellschaft für Radioonkologie (DEGRO). Die meisten Patienten vertragen die onkologische Therapie, auch die Strahlentherapie gut. Bei einigen Patienten kann es jedoch auch zu Übelkeit und Erbrechen kommen – und damit weitere Risikofaktoren für den Therapieerfolg.

„Deshalb sollte jeder Tumorpatient ernährungsmedizinisch betreut werden“, so Combs. Am besten wird der Ernährungsstatus eines Patienten schon vor Beginn einer onkologischen Therapie erfasst, denn ist die Mangelernährung erst fortgeschritten, helfen oft nur noch eine Magensonde oder Infusionen, um den Patienten ausreichend mit Nährstoffen zu versorgen.

Doch wie funktioniert eine Ernährungstherapie? Folgende Fragen sollte der Arzt mit dem Patienten vor der Strahlentherapie besprechen: Ist das Ausgangsgewicht normal? Gibt es Anzeichen von Mangelernährung? Wird die Bestrahlung die Nahrungsaufnahme oder Verdauung stören? Wie kann ich einer Mangelernährung vorbeugen oder gegensteuern? Nach einer Untersuchung und einem ausführlichen Gespräch über die Ernährungsgewohnheiten kann ein persönlicher Ernährungsplan erstellt werden.

„Je nachdem, wo sich der Tumor befindet und wie weit die Erkrankung fortgeschritten ist, kann die Ernährung unterschiedlich beeinträchtigt sein. Deshalb ist es wichtig, jeden Krebspatienten individuell zu betreuen“, so Prof. Dr. med. Rainer Fietkau, Direktor der Strahlenklinik am Universitätsklinikum Erlangen und Vorstandsmitglied der DEGRO. „Es gibt also nicht die eine Krebs-Diät. Wer sich vollwertig ernährt, leicht verdauliche Nahrungsmittel bevorzugt und Zucker und scharfe Gewürze vermeidet, ist aber schon auf dem richtigen Weg“, rät Fietkau. Doch auch wer diese Empfehlungen schon umsetzt, sollte sich ärztlich beraten lassen. Ernährungsmediziner und Ernährungsberater haben zum Beispiel Tipps für Rezepte mit hoher Nährstoffdichte. Damit reichen schon kleine Portionen aus, den Nährstoffbedarf zu decken. Reichen diese Maßnahmen nicht aus, müssen zusätzliche unterstützende Behandlungen eingeleitet werden, die von oralen Formula-Diäten bis hin zur enteralen oder parenteralen Ernährung reichen können.

Auch die aktuelle S3-Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin, an der DEGRO-Experte Fietkau

als Autor beteiligt war, bestätigt: Eine Ernährungstherapie kann die Leistungsfähigkeit, den Stoffwechsel, die Therapieverträglichkeit und die Lebensqualität deutlich verbessern. Fietkau fasst zusammen: „Hier ist die Vernetzung der Ärzte gefragt. Radioonkologen sollten mit Ernährungsmedizinern und Ernährungsberatern zusammenarbeiten, um für Krebspatienten einen passenden Ernährungsplan aufzustellen.“

*Quelle: Deutsche Gesellschaft für Radioonkologie*