

Promotion Kreon: Exokrine Pankreasinsuffizienz

Journal für Ernährungsmedizin 2010; 12 (1), 29

Homepage:

www.aerzteverlagshaus.at

**Online-Datenbank mit
Autoren- und Stichwortsuche**

MIT NACHRICHTEN DER



AKE
ARBEITSGEMEINSCHAFT
KLINISCHE ERNÄHRUNG

For personal use only.

Not to be reproduced without permission of Verlagshaus der Ärzte GmbH.

Erschaffen Sie sich Ihre ertragreiche grüne Oase in Ihrem Zuhause oder in Ihrer Praxis

Mehr als nur eine Dekoration:

- Sie wollen das Besondere?
- Sie möchten Ihre eigenen Salate, Kräuter und auch Ihr Gemüse ernten?
- Frisch, reif, ungespritzt und voller Geschmack?
- Ohne Vorkenntnisse und ganz ohne grünen Daumen?

Dann sind Sie hier richtig



EXOKRINE PANKREASINSUFFIZIENZ

„Die Enzymsubstitution spielt in der Ernährungstherapie eine zentrale Rolle“
Elisabeth Hütterer Diätologin

Adäquate Enzymsubstitution – optimales Krankheitsmanagement

Werden die heute zur Verfügung stehenden therapeutischen Optionen bei der Bauchspeicheldrüsenunterfunktion optimal genutzt, ist eine entscheidende Verbesserung der Lebensqualität bei dieser noch immer unterschätzten schwerwiegenden Störung möglich. Eine zentrale Rolle dabei spielt die Pankreasenzymsubstitution.

Es gibt gute Gründe, Funktionsstörungen der Bauchspeicheldrüse in den Blickpunkt zu rücken. So haben epidemiologische Studien der vergangenen Jahre eine deutlich höhere Prävalenz ergeben als bisher angenommen. Das betrifft zum Beispiel das Kollektiv der adipösen Personen, aber auch die allgemeine Bevölkerung. Es ist bekannt, dass 80 Prozent der Patienten mit zystischer Fibrose eine behandlungsbedürftige Pankreasinsuffizienz aufweisen. Auch die Verflechtungen mit Diabetes Typ 2 werden noch immer unterschätzt. Bei 10 bis 30 Prozent der Patienten treten Symptome der exokrinen Pankreasinsuffizienz auf. Angesichts der enormen Zahl von Typ-2-Diabetikern – in Österreich geht man von derzeit rund 600.000 aus – und der nach wie vor steigenden Tendenz stellt dieser Bereich eine weitere Herausforderung dar. Eine Einschränkung

der exokrinen Leistungen der Bauchspeicheldrüse bringt eine Reihe teils gravierender Komplikationen mit sich und führt zu empfindlichen Einbußen an Lebensqualität. Die gestörte Fettverdauung bringt Gewichtsverlust, Durchfall, Blähungen und Bauchschmerzen mit sich sowie einen Mangel an fettlöslichen Vitaminen (A, D, E, K), Kalzium, Magnesium und auch an essentiellen Fettsäuren.

THERAPIE AUF DREI SÄULEN

Die Behandlung der Pankreasinsuffizienz umfasst Maßnahmen in drei Bereichen.

Lebensführung: Als sehr hilfreich erweist sich, täglich mindestens fünf, besser sechs bis sieben, kleine Mahlzeiten zu sich zu nehmen und große Portionen zu vermeiden. Bei chronischer Pankreatitis ist ein Verzicht auf Alkohol dringend anzuraten. **Ausgewogene Ernährung mit**

leichter Vollkost: Besonders zu betonen ist dabei, dass die früher durchgeführte Fettrestriktion nicht mehr dem State-of-the-art entspricht, da sie den Ernährungszustand der Patienten deutlich verschlechtert und zu einem Mangel an fettlöslichen Vitaminen führt.

Pankreasenzymtherapie: Mittelpunkt und Leitenzym ist die Lipase, für die es keine körpereigenen Backup-Mechanismen gibt wie es bei Proteasen und Amylasen teilweise der Fall ist. Wesentlich für die therapeutische Begleitung der Patienten ist die Vermittlung eines adäquaten Umgangs mit dem Enzympräparat, denn es gibt keine „Standarddosierung“.

DER BEDARF BESTIMMT DIE DOSIERUNG

Um ein optimales Ergebnis der Enzymtherapie – und damit ein optimales Krankheitsmanagement – zu erzielen, muss

die Dosierung individuell angepasst werden. Bestimmende Faktoren sind das aktuelle Beschwerdebild, Portionsgröße, Zusammensetzung beziehungsweise Fettgehalt der Mahlzeit.

TIPPS ZUR EINNAHME VON ENZYMPRÄPARATEN

- Einnahme bei jeder Mahlzeit – während der Mahlzeit.
- Je größer Portion und Fettgehalt, umso höher die benötigte Dosis.
- Mehrere Kapseln am besten über die Mahlzeit verteilt einnehmen.
- Eine Überdosierung ist nicht zu befürchten.
- Bei Schluckbeschwerden können die Kapseln geöffnet und die Kreon®-Minimikropellets mit Wasser oder Saft eingenommen werden.
- Eine Laktoseintoleranz oder Fruktosemalabsorption stellt keine Kontraindikation dar.

K.G.

Wie viele Lipaseeinheiten?

Es gilt die Faustregel: 2.000 Lipaseeinheiten pro Gramm Nahrungsfett. Daraus ergibt sich folgende einfache Formel für den täglichen Gebrauch:

$$\text{Nahrungsfett} \times 2.000 = \text{Benötigte Lipaseeinheiten}$$

Damit Lipase auch wirklich in ausreichender Menge und während der Mahlzeit zugeführt wird, sollte vorher geschätzt werden, wie viel Fett man dabei zu sich nehmen wird. Hilfreiche Tabellen mit dem Fettgehalt zahlreicher Nahrungsmittel finden sich in dem von einer Diätologin verfassten Ratgeber, der unter der unten/oben/rechts angeführten Adresse angefordert werden kann.

Praktische Umsetzung der Einnahme von Enzympräparaten



= 15 g Fett = 30.000 Lipase IE

3 x 10.000 Lipase IE

1 x 25.000 Lipase IE

Eine Semmel mit drei bis vier Blatt Extrawurst enthält etwa 15 g Fett. Dafür werden 30.000 Lipaseeinheiten benötigt.

Das entspricht z.B.:
3 Kapseln à 10.000 oder
1 Kapsel à 25.000 Einheiten.

Im Allgemeinen reicht eine Kapsel mit 25.000 Einheiten aus, um Beschwerden zu verhindern.

32 Seiten mit wertvollen Tipps für Patienten mit Bauchspeicheldrüsenunterfunktion, Medizinischer Hintergrund, Behandlung, zahlreiche Tipps zur Einnahme, Dosierung der Enzyme, Lebensmittel-Tabellen und ganze Menüvorschläge mit Fettgehalt und erforderlichen Lipaseeinheiten.

Ratgeber kostenlos anfordern!

E-Mail:
silke.bolzer@solway.com
Telefon:
01/33 44 890 27