

## **Effekte einer auf Leberentfettung abgestimmten ergänzenden bilanzierten Diät auf Stoffwechsel und Anthropometrie**

Teutsch M, Walle H, Becker C, Bodymed AG, medizinisch-wissenschaftliche Abteilung, Kirkel, Germany

### **Fragestellung:**

Überernährung und Bewegungsmangel fördern die häufigste chronische Lebererkrankung, die nichtalkoholische Fettlebererkrankung (NAFLD). Geprüft wurden therapeutische Effekte einer 14-tägigen diätetischen Intervention mit ergänzender bilanzierter Diät bei Probanden mit hohem Risiko für NAFLD (Fatty Liver Index (FLI)  $\geq 60$ ).

### **Methodik:**

104 Teilnehmer (52 w, Alter  $57 \pm 10,3$  Jahre, BMI  $34,3 \pm 5,7$  kg/m<sup>2</sup>) verzehrten 2 Wochen dreimal täglich ein diätetisches Lebensmittel (Hepafast<sup>®</sup>) plus Gemüse (800-1000 kcal/d). Untersuchungen: zu Beginn und nach 1 Monat. Auswertung: Completer-Analyse. Angaben: Mittelwert  $\pm$  Standardabweichung.

### **Ergebnisse:**

Anthropometrie: Körpergewicht  $-5,3$  kg, BMI  $-1,8$  kg/m<sup>2</sup>, Bauchumfang  $-6$  cm, Fettmasse  $-3,6$  kg bzw.  $-1,6$  Prozentpunkte (Fettmasse in kg, %, nach Futrex<sup>®</sup>), jeweils  $P \leq 0,001$ .

Stoffwechselfparameter: Triglyzeride  $-67,9$  mg/dl ( $179,7 \pm 99,0 \rightarrow 111,8 \pm 45,7$  mg/dl), Gesamtcholesterin  $-38,3$  mg/dl ( $209,8 \pm 44,1 \rightarrow 171,5 \pm 38,4$  mg/dl), LDL-Cholesterin  $-23,5$  mg/dl ( $132,9 \pm 42,6 \rightarrow 109,4 \pm 36,1$  mg/dl), LDL/HDL-Index  $-0,3$  ( $2,8 \pm 0,9 \rightarrow 2,5 \pm 0,9$ ). Harnsäure  $-0,4$  mg/dl ( $6,3 \pm 1,3 \rightarrow 5,9 \pm 1,3$  mg/dl), Gamma-GT  $-17,1$  U/l ( $56,1 \pm 55,9 \rightarrow 39,0 \pm 33,9$  U/l), FLI  $-16,7$  ( $86,6 \pm 11,7 \rightarrow 69,9 \pm 22,6$ ), jeweils  $P \leq 0,001$ .

Diabetes-Parameter: HbA1c  $< 6,5$  % (n=70)  $-0,1$  Prozentpunkte ( $5,7 \pm 0,4 \rightarrow 5,6 \pm 0,4$  %),  $P \leq 0,05$ . HbA1c  $\geq 6,5$  % (n=35)  $-0,5$  Prozentpunkte ( $7,5 \pm 1,1 \rightarrow 7,0 \pm 0,9$  %),  $P \leq 0,001$ . Nüchternblutzucker (n=63)  $-11,3$  mg/dl ( $103,2 \pm 33,3 \rightarrow 91,9 \pm 20,2$  mg/dl),  $P \leq 0,001$ .

### **Schlussfolgerung:**

Alle Risiko-Parameter, einschließlich FLI, sanken signifikant. Die diätetische Intervention erwies sich als effektiv.