

# Glutenfreie Diät und Lebensqualität

**In der Studie von Burger et al. untersuchten Wissenschaftler die Beziehung einer glutenfreien Diät und deren Auswirkung auf die Lebensqualität. Eine glutenfreie Ernährung gilt als der wichtigste Baustein in der Zöliakiebehandlung.**

Dafür suchten die Autoren in den Datenbanken PubMed, EMBAS, CINAHL, PsychINFO und der Cochrane Library nach Studien zum Thema HRQoL (Health-related quality of life) bei Zöliakie und mit oder ohne glutenfreie Diät im Zeitraum von 1960 bis September 2015.

Die Studienteilnehmer mussten über 16 Jahre alt sein, die Diagnose wurde mit einer Dünndarmbiopsie bestätigt und die Lebensqualität

mittels HRQoL vor und nach einer glutenfreien Diät oder zwischen den behandelten Subgruppen verglichen.

Insgesamt wurden 18 Studien eingeschlossen, die die gesundheitsbezogene Lebensqualität mit dem krankheitsspezifischen Coeliac Disease Quality of Life-(CD-QoL-)Survey erfassten oder mit dem SF-36 oder es wurde der Psychological General Well-Being-(PGWB-)Index verwendet. Insgesamt eigneten sich 16 Studien für die Metaanalyse.

Die Daten von 2728 Patienten zeigen, dass eine glutenfreie Diät die Lebensqualität signifikant verbessert, aber den HRQoL nicht normalisiert. Die Patienten hatten einen niedrigeren SF-36 im Vergleich zu gesunden Probanden. Eine Subgruppenanalyse zeigte, dass die psychische Verfassung bei den symptomatischen Patienten signifikant geringer ausfiel als bei

Betroffenen, deren Erkrankung durch ein Screening entdeckt wurde. Bei einer Prüfung der Daten in Bezug auf die Diätadhärenz zeigte sich, dass eine signifikant bessere Lebensqualität bei adhärennten Patienten vorlag.

Als Fazit hielten die Autoren fest, dass die glutenfreie Diät die Lebensqualität signifikant verbessert, aber nicht normalisiert. Die strikte Einhaltung der Diät ist ein bestimmender Faktor für die Persistenz von Symptomen. Allerdings bedarf es weiterer Studien, um den Zusammenhang von selbstberichteter Diätadhärenz und gesundheitsbezogener Lebensqualität aufzuklären. **acz**

Quelle: Burger JP et al.: Systematic review with metaanalysis: Dietary adherence influences normalization of health-related quality of life in coeliac disease. Clin Nutr 2017; 36: 399–406.