

Medicinsk Nyhed

»Fasting-mimicking«-diæt til patienter med mild til moderat Crohns sygdom

Mange patienter oplever, at kosten påvirker deres symptomer ved Crohns sygdom. På trods af stor interesse for kostens betydning mangler der fortsat høj kvalitetsevidens for effekten af specifikke diæter ved Crohns sygdom.

»Fasting-mimicking«-diæten (FMD) er en kortvarig, struktureret kostintervention, der består af en femdages plantebaseret diæt med lavt kalorie- og proteinindhold og relativt højt indhold af umættede fedtsyrer. Diæten er designet til at give de samme metaboliske og inflammationsdæmpende effekter som faste, men uden totalt madophør og i kortere perioder. Et nyt randomiseret, kontrolleret studie har nu undersøgt effekten af FMD hos patienter med mild til moderat Crohns sygdom.

Professor og overlæge, Jens Kjeldsen, Afdelingen for Medicinske Mavetarmsygdomme, Odense Universitetshospital, kommenterer: »Den meget velgennemførte undersøgelse omfattede 97 patienter med mild til moderat Crohns sygdom, randomiseret i forholdet 2:1 til enten FMD eller kontrolgruppe. Studiets primære endepunkt var enten en reduktion i Crohn's Disease Activity Index [CDAI] på mindst 70 point eller et CDAI < 150 efter tredje FMD-cyklus. Endepunktet blev opnået hos 69,2% i FMD-gruppen og 43,8% i kontrolgruppen, som fortsatte deres normale kost. For øvrige CDAI-baserede endepunkter samt patientrapporterede outcomes og livskvalitet fandt man ligeledes en signifikant bedre effekt af FMD end i kontrolgruppen. Den kliniske effekt blev delvist understøttet af ændringer i biokemiske inflammationsmarkører: CRP og fæcescalprotectin. I FMD-gruppen fandt man desuden ved plasma-metabolomics en reduktion i lipidmediatorer associeret til intestinal inflammation. Endelig kunne man dokumentere, at FMD signifikant reducerede ekspressionen af flere proinflammatoriske cytokiner. Den kliniske effekt af FMD aftog dog over tid, og tre måneder efter afsluttet intervention var der ikke længere forskel mellem grupperne. Undersøgelsen demonstrerer, at det er muligt at gennemføre en diætetisk intervention uden betydeligt frafald, og at FMD kan have en klinisk effekt, som ledsages af biokemiske forbedringer. Derudover bidrager studiet med interessante observationer, der peger på mulige vigtige patofysiologiske mekanismer ved Crohns sygdom. En væsentlig svaghed er naturligvis det ikkeblindede design. Ikke desto mindre giver undersøgelsen et klart grundlag for fortsat forskning i kostens betydning ved kronisk inflammatorisk tarmsygdom og for gennemførelse af yderligere kliniske studier«.

Kulkarni C, Fardeen T, Gubatan J, et al. A fasting-mimicking diet in patients with mild-to-moderate Crohn's disease: a randomized controlled trial. Nat Med. (online 13. jan 2026). <https://doi.org/10.1038/s41591-025-04173-w>

Interessekonflikter ingen



Redigeret af Camilla Dalby Hansen, camilla.dalby.hansen@rsyd.dk