Het effect van gewichtsverlies d.m.v. een sterk hypocalorisch ketogeen dieet op het lipidenprofiel

Haio: SPANS Filip , U.A.
Promotor: MICHIELS Barbara , U.A.
Praktijkopleider: SPANS Eddy , STOFFELEN Hilde

Context: Ongezonde voeding en overgewicht gaan gepaard met een toename van het risico op hart- en vaatziekten. Ee?n van de voornaamste factoren hiervoor is een verstoring van het lipidenprofiel. Gewichtsverlies bij mensen met overgewicht heeft een bewezen effect op de parameters hiervan: totale cholesterol, triglyceriden, HDL-cholesterol, LDL-cholesterol, non- HDL-cholesterol en de ratio totale cholesterol over HDL-cholesterol. Deze studie observeert gewichtsreductie door middel van een sterk caloriearm (hypocalorisch) protei??ne (ketogeen) dieet (specifiek de ketogene fase) onder professionele begeleiding van de huisarts en het daaruit volgende effect op het lipidenprofiel.

Onderzoeksvraag: 'Kan gewichtsreductie d.m.v. een sterk hypocalorisch ketogeen dieet een gunstig effect bekomen op het lipidenprofiel'?

Methode: Het betreft een observationele voor-/na pilootstudie die multicentrisch (twee huisartsenpraktijken) wordt uitgevoerd. Meerderjarige patie??nten met overgewicht (BMI>25kg/m2) die vrijwillig kozen het sterk hypocalorisch ketogeen dieet te volgen, werden gei??ncludeerd. Verschillende parameters, zoals o.a. gewicht, werden opgevolgd. Tevens werden er bij het begin en einde van het dieet een nuchtere bloedafname verricht ter observatie van het lipidenprofiel.

Resultaten: 35 mensen met een gemiddelde BMI van 34kg/m2 namen deel aan deze studie en verbleven gemiddeld 108 dagen in de ketogene fase. Significante daling van de BMI, gewicht en buikomtrek (bij alle drie: $p<0,001$) werd geobserveerd na het dieet ten opzichte van de eerste metingen, alsook van de totale cholesterol ($p=0,002$), triglyceriden ($p<0,001$), non-HDL- cholesterol ($p=0,002$) en de ratio totale cholesterol over HDL-cholesterol ($p=0,015$). Bij HDL- cholesterol en LDL-cholesterol was deze verbetering zichtbaar maar niet significant. Een correlatie tussen een verbetering van deze parameters en een daling in BMI kon worden geobserveerd maar was niet significant.

Conclusie: Deze unieke studie heeft, ondanks een kleine populatie, een significante verbetering van bijna alle parameters van het lipidenprofiel kunnen aantonen. De onderzoeksvraag blijft echter onbeantwoord: er werd slechts een niet-significant verband geobserveerd tussen het gewicht (BMI) en het lipidenprofiel. Toekomstige studies, met grotere populaties, zijn noodzakelijk om deze overige observaties hard te kunnen maken, rekening houdend met een eventueel verschil op basis van geslacht en confounders. Studies zoals deze zijn belangrijk om mogelijke behandelingen en richtlijnen op te stellen in de strijd tegen hart- en vaatziekten.