

Pupillo E, Bianchi E, Chiò A, et al. Amyotrophic lateral sclerosis and food intake. *Amyotroph Lateral Scler Frontotemporal Degener* 2018; 19(3-4): 267-274.

Het doel van dit Italiaanse onderzoek was na te gaan of specifieke (combinaties van) voedingsmiddelen of voedingsstoffen risicofactoren of beschermende factoren zijn bij het ontstaan van ALS. In totaal deden 212 mensen met een recente diagnose ALS en 212 gezonde controlepersonen mee aan het onderzoek. Zij werden geïnterviewd door een getrainde onderzoeker die een gevalideerde voedselvragenlijst invulde over de eetgewoonte voorafgaand aan het interview. Er deden in iedere groep 94 vrouwen en 118 mannen mee. De gemiddelde leeftijd was 64 jaar. De meeste mensen met ALS hadden een spinaal debuut (74%). De gemiddelde duur tussen het stellen van de diagnose en het interview was 5,6 maanden.

De mensen met ALS hadden een lagere BMI dan de controlegroep. De energie-inname was bij de mensen met ALS gemiddeld 1856 kcal en bij de controlegroep 1892 kcal. Ook werd de dagelijkse inname van eiwit, vetten, koolhydraten, vitamines en mineralen berekend.

Er waren verschillen in de voedselinname tussen de mensen en de controlegroep. De mensen met ALS gebruikten minder koffie zonder cafeïne, thee, volkorenbrood, rauwe groente, citrusfruit, plantaardig vet, foliumzuur en vitamine E. zij aten meer (rood en verwerkt) vlees, eiwit, natrium, zink en glutaminezuur.

Voedingsmiddelen die het risico op het ontstaan van ALS verminderen waren de groepen koffie en thee, volkoren brood, rauwe groente en citrusfruit. Na het scheiden van koffie, koffie zonder cafeïne en thee bleken koffie zonder cafeïne en thee wel risico verlagend te zijn, maar koffie niet.

Voedingsmiddelen die het risico verhogen waren rood vlees, varkensvlees en verwerkt vlees. Van de voedingsstoffen werd een toenemend risico gevonden voor het totaal eiwit, eiwit uit vlees, natrium, zink en glutaminezuur. Een afnemend risico werd gevonden voor plantaardig vet, foliumzuur en vitamine E.

Dit onderzoek kende meerdere sterke punten: a) er werd een gevalideerde voedselvragenlijst en voedingsmiddelendatabank gebruikt; b) de onderzoeksgroep was tamelijk groot met een controlegroep zonder dezelfde eetgewoonten als de mensen met ALS en c) de voeding werd nagevraagd over een periode tijdens de nog gezonde situatie en de mensen met ALS hadden geen PEG-voedingssonde. De beperkingen van dit onderzoek waren a) dat de resultaten een afspiegeling zijn van de Italiaanse (mediterrane) voeding met gebruik van olijfolie, koffie en groente en b) dat er mogelijk sprake is van omgekeerde oorzakelijkheid: er was navraag gedaan naar ongewijzigde eetgewoonten, maar omdat het tijdstip van de aanvang van de ziekte onbekend was kon niet worden uitgesloten dat voedingsgewoonten al veranderd waren tijdens het interview.

De onderzoekers zijn van mening dat sommige voedingsmiddelen en voedingsstoffen van de mediterrane voeding risicofactoren zijn en sommige andere een beschermende werking hebben voor het ontstaan van ALS. Een helder antwoord ontbreekt nog waardoor meer onderzoek nodig is.