

Barros A.N.d.A.B., Felipe M.L.d.N., Barbosa L.R., et al. Dietary intake of micronutrients and disease severity in patients with amyotrophic lateral sclerosis. *Metabolites* 2023, 13, 696.

Vitamines en mineralen zijn voedingsstoffen die in kleine hoeveelheden voorkomen in eten en drinken. Ze zijn onmisbaar voor het onderhoud en een goede werking van het lichaam. In deze studie is onderzocht hoe vaak mensen met ALS een te lage inname hebben van vitamines en mineralen. Daarbij werden mensen in verschillende ziektestadia met elkaar vergeleken. De gegevens werden verzameld uit de medische dossiers van 69 mensen met ALS.

De voedingsgegevens waren beschikbaar via voedingsdagboeken van twee niet-openvolgende dagen. Mensen met een voedingssonde werden uitgesloten van het onderzoek. De ernst van de ziekte werd beoordeeld met de ALSFRS-R score¹. De hoeveelheid energie, eiwitten, vetten en koolhydraten werden vergeleken met specifieke aanbevelingen voor mensen met ALS. De inname van vitamines en mineralen werd vergeleken met de Estimated Average Requirements, de geschatte gemiddelde behoefte.

De hoeveelheid energie die werd gegeten was bij 54,8% van de mannen onder de aanbevolen hoeveelheid en bij 81,5% van de vrouwen. Vooral de inname van eiwitten en vetten was bij veel mensen te laag. Daarbij was uitgegaan van 35 kilocalorieën per kilogram gewicht per dag, 1,5 gram eiwit per kilogram gewicht per dag, vet 30% van de totale hoeveelheid energie en vezels 20-30 gram per dag. Bij de vrouwen was er een ernstig tekort inname tekort aan vitamine D, E, B2, B6, B12, foliumzuur, calcium, zink en magnesium. Bij de mannen was er een ernstig inname tekort aan vitamine D, B2, B6, B12, foliumzuur, calcium, zink en magnesium. Mensen met een hogere ALSFRS-R (≥ 34) score hadden een hogere inname van vitamine E, B3, B5, B6, foliumzuur en selenium in vergelijking met mensen met een lagere ALSFRS-R score (< 34).

Er was in dit onderzoek sprake van een ernstig inname tekort van een aantal vitamines en mineralen. Deze tekorten hadden een relatie met de ALSFRS-R score. Omdat mensen met ALS door diverse factoren vaak te weinig eten, kan dit leiden tot een te lage inname van vitamines en mineralen. Daarom zou een regelmatige voedingsconsult door de diëtist niet alleen een adequate energie-inname moeten omvatten maar ook monitoring van de hoeveelheid vitamines en mineralen.

¹ De ALSFRS-R score is een meetinstrument voor de motorische functies bij mensen met ALS.