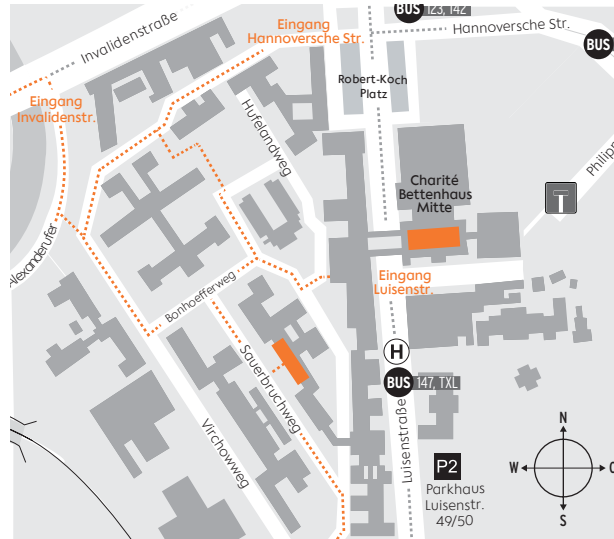


Was umfasst die ketogene Diät?

- **Verzicht von Kohlenhydraten:**
typischerweise weniger als 40 Gramm pro Tag
- **hoher Fett- und Eiweißanteil:**
Hauptteil der täglichen Kalorien stammt aus gesunden Fetten wie Avocado, Olivenöl, Nüssen und Samen
- **erlaubte Lebensmittel:**
z.B. Fleisch, Fisch, Eier, nicht-stärkehaltige Gemüse (wie Kohl, Aubergine, Zucchini), bestimmte Milchprodukte
- **Umstellung des Energiestoffwechsels, auch „Ketose“ genannt:**
Hirn und rote Blutzellen benötigen weiterhin Glukose, diese wird aus Fetten generiert, die Verbrennung von Fett geht oft einher mit einem Gewichtsverlust und verbessertem Blutzuckerspiegel



So erreichen Sie uns:



Myasthenie - Ambulanz

Neurologische Hochschulambulanz
Luisenstraße 64, Bettenhochhaus, 4. Ebene
10117 Berlin

Myasthenie - Studienambulanz

NCRC - Neuroscience Clinical Research Center
Sauerbruchweg 5, 2. Ebene, R007
10117 Berlin

Haben wir ihr Interesse geweckt?

Für weitere Fragen melden Sie sich gerne direkt per Mail bei:

Herrn Benjamin Makus
benjamin.makus@charite.de

Frau Frauke Stascheit
frauke.stascheit@charite.de

MYA-Keto

>> Ketogene Diät als
Komplementäre Therapie
bei der Myasthenia gravis <<

Hintergrund

Unsere Ernährung und Essgewohnheiten bestimmen, wie sich unsere Darmflora zusammensetzt.

Ein Ungleichgewicht dieses Darmmikrobioms wurde als Ursache mehrerer Autoimmunerkrankungen in Verbindung gebracht, wie der Myasthenia gravis.

Bisher konnten ketogene Ernährungsstudien z.B. bei der Multiplen Sklerose positive Effekte auf den Krankheitsverlauf zeigen. Das wollen wir auch an der Myasthenia gravis erforschen



Unser Ansatzpunkt

- Ernährungsumstellung
- Entzündungsmarker im Blut
- subjektive und objektive Erkrankungsaktivität

Unser Ziel

- verringerte Erkrankungsaktivität und verbesserte Lebensqualität
- keine zusätzlichen Medikamente

Was wird gemacht?

- ketogene Diät für 12 Wochen
- ausführliche Vorbereitung
- engmaschige Kontrolle
- mind. 2 Visiten in Präsenz

Wir suchen:

- Männer und Frauen
- Alter 18 - 65 Jahre
- stabile immunmodulatorische Therapie > 3 Monate
- keine schweren Stoffwechselerkrankungen