Hvad skal man gøre derhjemme?

- Den vigtigste opgave er at blive fortrolig med at tilberede maden. Her er der hjælp og vejledning at få.
- Der måles urinketose morgen og aften. Når barnet har stabil ketose, måles det to gange om ugen.
- Via elektronisk dagbog registreres barnets almentilstand, anfald, madlyst, kvalme, forstoppelse, infektioner og væskeindtag, da det er vigtigt.
- En gang ugentligt vejes barnet før morgenmaden.
- Blodsukker og blodketoner måles efter behov.

Bivirkninger

Ligesom medicin kan diætbehandling give bivirkninger.

Den mest almindelige bivirkning er forstoppelse, som forsøges forebygget allerede ved diætstart.

Der er lille risiko for nyresten samt forhøjet fedtindhold i blodet.

De hyppige ambulante kontroller samt blodprøvemålinger gør os i stand til at forebygge og mindske de fleste bivirkninger.

Forværring af anfaldssituationen

Øget anfaldsfrekvens kan ses i starten eller ved faldende ketose/højt blodsukker.

Årsagen kan fx være diætbrud, infektioner eller for mange kalorier.



Anfaldsregistrering

Barnets anfald registreres i vores anfaldskalender i mindst en måned før diætstart samt under diæten. Det giver grundlag for vurdering af effekten.

Både færre anfald, kortere anfald og mildere anfald er vigtige informationer.

Ambulante kontroller

Første kontrol er efter fire uger hos diætist og sygeplejerske.

Herefter er der kontrol hver tredje måned hos læge og samtidig skiftevis sygeplejerske og diætist.

Vi tager ved disse kontroller altid blodprøver. Her skal barnet faste både i forhold til medicin og mad.

Ved god effekt af diæten anbefaler vi at fortsætte behandlingen i ca. to år, dog med vurdering i hvert enkelt tilfælde.

Nedtrapning af epilepsimedicin vurderes individuelt.

Keto-team

Som tværfagligt team er vores fornemmeste opgave at støtte og vejlede, så diætbehandlingen lykkes. Derfor er der løbende mulighed for at være i kontakt med teamet.

Kontakt til Keto-teamets sygeplejersker for yderligere spørgsmål kan ske via Børneambulatoriets sekretær på tlf. 5827 1059

FILADELFIA

Epilepsihospitalet FILADELFIA
Børneambulatoriet
Keto-team
Dr. Sells Vej 23
4293 Dianalund



FILADELFIA

Behandling med

Ketogene Diæter

FILADELFIA - November 2019

Behandling med

Ketogene Diæter

De Ketogene Diæter er en anerkendt behandlingsmetode mod epilepsi. Diæterne indeholder meget fedt og ganske få kulhydrater. Det er en efterligning af kroppens reaktion på faste. At være på Ketogen Diæt forudsætter, at man følges af et specialiseret team, der kan vejlede og følge op på behandlingen. Det sikrer, at man får den bedste hjælp.

Virkningsmekanisme

Den egentlige virkningsmekanisme kendes ikke, men det er sandsynligvis forandring i energiomsætningen som giver en anfaldshæmmende effekt.

De få kulhydrater og den høje fedtprocent i diætmaden tvinger hjernens celler til at danne ketonstoffer. De er energikilde til hjernes celler i stedet for kulhydrater.

Over halvdelen af børnene, som starter diætbehandling, opnår anfaldsreduktion. Diæten kan også have positiv indvirkning på koncentration, opmærksomhed, søvn, humør og adfærd.

Som udgangspunkt kan man behandle alle typer epileptiske anfald med diæt. Vi ved, at det virker bedre på nogle typer epilepsi end andre.

Ketose

Under behandlingen ses lavere blodsukker, og kroppen overgår til fedtforbrænding. Når fedt forbrændes producerer leveren ketonstoffer (ketoner).

Diæt-principperne er forskellige afhængig af diættypen.



Fire diæter

- Klassisk Ketogen Diæt
- MCT Diæt
- Modificeret Diæt
- LGIT Diæt

Klassisk Diæt

Her beregnes barnets energibehov før diætstart.

For at opnå stabil ketose må diæten følges nøje. Diæten består vanligvis af 4-5 lige store måltider, som ligger på faste spisetider.

Diætisten beregner måltiderne tilpasset barnets behov. Måltiderne er forholdsvis simple og kan spises enten kolde eller varme.

Måltiderne er mindre, men indeholder nok energi. Dette skyldes den høje fedtprocent i maden, der medfører små energitætte måltider.

Når barnet starter på Ketogen Diæt, er det altid indlagt, og forældrene lærer grundig tilberedning af maden og observation af barnet.

MCT Diæt

MCT Diæt (Medium Chain Triglycerid) er en ketogen diæt som i forhold til start, virkemekanisme og effekt ligner den klassiske ketogene diæt.

MCT Diæt adskiller sig ved at bestå af mellemkædede fedtsyrer, der giver plads til lidt flere kulhydrater.

Modificeret Diæt

Ved Modificeret Diæt beregnes måltiderne ikke af diætisten.

Diæten startes ambulant, hvor der vejledes i varetagelse af diæten. Måltiderne udregner man selv, hvor det kun er kulhydraterne, der er begrænsede. Der spises forholdsvist frit af protein og fedt. (60% fedt). Vi anbefaler 4-5 måltider fordelt over dagen.

Diæten kan give lidt større frihed i hverdagen, da der ikke skal overholdes faste spisetider. Den er velegnet til lidt større børn og voksne. Effekten tiltræder langsommere.

LGIT Diæt

Under LGIT Diæten (Low Glycemic Index Treatment) udvikles ikke ketose. Lavt stabilt blodsukker menes at give effekt.

I LGIT Diæten tilbydes flere kulhydrater med lavt glykæmisk index, og der introduceres mulighed for at ombytte kulhydrater.

LGIT Diæt startes ambulant og er oftest mest relevant for større børn og voksne.

Sondeernæring

For børn, der får sondemad anbefales klassisk Ketogen Diæt.

Vi bruger KetoCal, der indeholder alle næringsstoffer som anden sondeernæring, men har en høj fedt procent.

KetoCal kan anvendes alene eller sammen med ketogene måltider.

Finjustering af diæten

For at kunne vurdere effekt af diætbehandling anbefaler vi, at den afprøves i minimum tre måneder.

I løbet af perioden vil der ske justeringer af diæten for at optimere effekt og tolerance.

Oplæring og start af diæt

Barn og forældre kommer til to samtaler 4-8 uger før start af diæt. Vi anbefaler, at begge forældre så vidt muligt deltager.

Diætbehandlingen kræver et tæt samarbejde mellem forældre, diætist, sygeplejerske og læge.

Vi ved, at det kan være en stor omvæltning at ændre madvaner og rutiner hos sit barn i så markant grad, som diæterne forudsætter. Vores erfaring er, at det oftest er i starten, at det er vanskeligt.

I langt de fleste tilfælde finder man en god rytme med råd og vejledning fra Kemo-teamet.

