

# Geleitwort

Bis auf wenige Ausnahmen spielt Zucker (Glukose) eine Schlüsselrolle im Stoffwechsel von Krebszellen. So zeigen Tumorzellen eine stark gesteigerte Glukoseaufnahme, die diagnostisch im FDG-PET-Verfahren auch sichtbar gemacht wird. Auch in Zellkulturen fällt der hohe Glukoseumsatz auf, ebenso wie die Tatsache, dass Tumorzellen trotz ausreichender Sauerstoffversorgung vermehrt Milchsäure (Laktat) durch Gärung produzieren. Diese als »Warburg-Effekt« oder »aerobe Glykolyse« bekannte Auffälligkeit ist schon seit Jahrzehnten bekannt und wurde bereits 1930 vom Nobelpreisträger Otto Warburg beschrieben. Aufgrund des deutlich geringeren Wirkungsgrades im Vergleich zur Energiegewinnung durch Zellatmung war der funktionelle Nutzen dieses »glycolytic switch« lange Zeit nicht ersichtlich. Heutzutage ist bekannt, dass der Glukoseabbau in Tumorzellen nicht nur der Energiegewinnung dient, sondern ein Großteil der anfallenden Zwischenprodukte wiederum als Grundbausteine neuer Zellbestandteile verwendet wird. Um diesen enormen Zuckerbedarf decken zu können, wird in Tumorzellen beispielsweise die Anzahl der Glukosetransporter GLUT1 hochreguliert, die für eine gesteigerte insulinunabhängige Glukoseaufnahme sorgen.

Leider gibt es bislang nur wenige Studien zum Einfluss einer metabolisch an den Krebsstoffwechsel angepassten Ernährung beim krebserkrankten Menschen. Alle bis heute publizierten Fallberichte und kleinen Studien belegen aber, dass eine fettreiche, streng kohlenhydratarme ketogene Diät für Krebspatienten ohne subjektive und objektive Nachteile realisierbar ist und bei einem Teil der Patienten auch positive Auswirkungen auf den Krankheitsverlauf hat. In einer eigenen Studie mit Brustkrebspatientinnen konnten wir zeigen, dass die ketogene Ernährung von den Patientinnen subjektiv gut vertragen wird und dass sich bezüglich der körperlichen Leistungsfähigkeit und der Lebensqualität positive Effekte zeigen.

Daher kann ich heute die ketogene Diät als zusätzliche komplementärmedizinische Maßnahme zur Therapieunterstützung für Krebspatienten empfehlen, die aktiv durch ihre Ernährung zum Genesungsprozess beitragen möchten. Die Ernährungsumstellung sollte dabei konsequent und idealerweise unter ärztlicher Begleitung erfolgen.

Patricia Daly und Domini Kemp haben sich aus eigener Betroffenheit mit dem Thema »Ketogene Diät bei Krebs« beschäftigt und ihre langjährigen positiven Erfahrungen nun in einem äußerst informativen Buch zusammengefasst, das es jetzt auch deutschsprachigen Lesern leicht machen wird, sich auf das Experiment »ketogene Kost« einzulassen. Sie beschreiben in ihrem Buch leicht verständlich und sehr anschaulich die Grundlagen dieser kohlenhydratarmen Ernährungsweise und präsentieren eine Vielzahl abwechslungsreicher Rezeptvorschläge. Die Gerichte sind kreativ, schmackhaft und auch bei vielfältigen privaten und beruflichen Verpflichtungen mit vertretbarem Aufwand im Alltag gut zuzubereiten. Es wird schnell klar, dass die ketogene Küche sehr abwechslungsreich sein kann und keineswegs fad und langweilig ist. Schon das Betrachten der Fotos macht Appetit.

Ich gratuliere den beiden Autorinnen zu ihrem lesenswerten Buch, das für viele Leser beim Einstieg in eine hoffentlich erfolgreiche Ernährungsumstellung sehr hilfreich sein wird.

Prof. Dr. med. Monika Reuss-Borst  
Fachärztin für Innere Medizin – Hämatologie und Internistische Onkologie,  
Rheumatologie, Sozialmedizin, Ernährungsmedizin  
Bad Bocklet/Göttingen