



Dieta bogata w tłuszcze, uboga w węglowodany i białko, znana jako dieta ketogeniczna, może pomóc zmniejszyć nasilenie objawów odstawienia alkoholu u osób wychodzących z uzależnienia lub mających zaburzenia związane z używaniem alkoholu (AUD). Tak wynika z najnowszych badań przeprowadzonych przez National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (NIAAA) oraz National Institute on Drug Abuse (NIDA).

Odstawienie alkoholu u osób uzależnionych od alkoholu to zespół cech fizjologicznych, obejmujący drżenie mięśniowe, nadciśnienie tętnicze, nudności, wymioty, biegunki, bezsenność, rozszerzenie źrenic, wysuszenie śluzówek, wzmożoną potliwość, zaburzenia snu, niepokój, drażliwość, lęki, padaczka poalkoholowa, omamy wzrokowe lub słuchowe, majaczenie. Objawy te utrwalają picie alkoholu i sprzyjają nawrotom w okresie abstynencji. Dlatego istnieje potrzeba zidentyfikowania interwencji, które mogą zminimalizować objawy odstawienia alkoholu, a tym samym pomogą w utrzymaniu abstynencji.

Wyniki badań

W badaniu uczestniczyło 33 pacjentów, którzy ukończyli trzytygodniową interwencję dietetyczną. Między badanymi nie było istotnych różnic demograficznych ani klinicznych.

Naukowcy odkryli, że badani z AUD, którzy otrzymali dietę ketogeniczną, wymagali podawania mniejszej ilości leków działających na objawy odstawienia alkoholu w pierwszym tygodniu detoksykacji, w porównaniu do uczestników, którzy otrzymywali standardową dietę. W ciągu 3 tygodni leczenia grupa pozostająca na diecie ketogenicznej wykazała również zmniejszony głód alkoholu w porównaniu do badanych ze standardowej grupy dietetycznej.

Badania przedkliniczne

W równoległym eksperymencie przedklinicznym przeprowadzonym na szczurzym modelu



AUD naukowcy wykazali, że szczury karmione regularną dietą zwiększały spożycie alkoholu podczas ostrego odstawienia tej substancji. Jednak szczury uzależnione od alkoholu, które były karmione dietą ketogeniczną, a później wróciły do zwykłej diety, nie zwiększyły spożycia alkoholu - utrzymywały spożycie alkoholu na poziomie szczurów, który nie były uzależnione od alkoholu.

Badacze są zdania, że stosowanie diety ketogenicznej może być pomocne w leczeniu AUD.

Źródło:

https://www.spectrum.niaaa.nih.gov/Content/archives/Winter_2022.pdf

<https://www.science.org/doi/10.1126/sciadv.abf6780>