

PATIENTENBROSCHÜRE

Einführung von MCT-Fetten bei Epilepsie.



kanso
DEDICATED TO KETO AND MCT

MCT-Fette können helfen, epileptische Anfälle zu reduzieren.

MCT-Fette (kurz für mittelkettige Triglyceride) spielen eine erprobte Rolle in der ketogenen Ernährungstherapie ¹, einer nicht-medikamentösen Behandlungsoption für pharmakoresistente Epilepsien. Diese Therapie wird von der S2k-Leitlinie für Epilepsien im Erwachsenenalter der „Deutschen Gesellschaft für Neurologie“ (DGN) und der „Deutschen Gesellschaft für Epileptologie“ (DGfE) bei pharmakoresistenten Epilepsien empfohlen ².

Neue Studien zeigen, dass die Einnahme von MCT-Fetten epileptische Anfälle signifikant reduzieren kann – auch **ohne eine spezielle Diät** ³.



MCT-FETTE REDUZIEREN DIE ANFALLSFREQUENZ UM 46%*

im Vergleich zu einer Zunahme von 2 % mit Triheptanoin ($p = 0,13$).

Während einer 30-Wochen klinischer Studie (12-wöchiger Behandlungszeitraum) nahmen die Patient:innen zusätzlich zu ihren antiepileptischen Medikamenten MCT-Fette (11 Patient:innen) oder Triheptanoin (9 Patient:innen) ein, um pharmakoresistente Epilepsie zu behandeln.
*Individuelle Resultate können variieren.

- 1) Neal, E. G., Chaffe, H., Schwartz, R. H., Lawson, M. S., Edwards, N., Fitzsimmons, G., Whitney, A., & Cross, J. H. (2009). A randomized trial of classical and medium-chain triglyceride ketogenic diets in the treatment of childhood epilepsy. *Epilepsia*, 50(5), 1109–1117. <https://doi.org/10.1111/j.1528-1167.2008.01870.x>
- 2) Holtkamp, M., & May, T. (2023). Erster epileptischer Anfall und Epilepsien im Erwachsenenalter, S2k-Leitlinie. In Leitlinien für Diagnostik und Therapie in der Neurologie. <https://doi.org/10.1055/b-0034-18797>
- 3) Borges, K., Kaul, N., Germaine, J., Kwan, P., & O'Brien, T. J. (2019). Randomized trial of add-on triheptanoin vs medium chain triglycerides in adults with refractory epilepsy. *Epilepsia Open*, 4(1), 153–163. <https://doi.org/10.1002/epi4.12308>



Was sind MCT-Fette?

MCT-Fette (kurz für mittelkettige Triglyceride) sind besondere Fette, die in der Natur in geringen Mengen vorkommen – beispielsweise in Kokosfett oder Milchprodukten. Sie werden vom Körper besonders schnell und einfach verdaut und liefern rasch Energie – auch für das Gehirn.



Warum helfen MCT-Fette bei Epilepsie?

Dies ist noch nicht vollständig erforscht. Doch das Besondere an MCT-Fetten ist, dass sie **schnell ins Gehirn** gelangen ¹ und dort als **alternative Energiequelle** ² dienen können. Dies könnte einigen Patient:innen dabei helfen, die Häufigkeit ihrer Anfälle zu reduzieren.



Wie muss ich MCT-Fette zu mir nehmen?

Die Einnahme von MCT-Fetten ist ganz einfach – du kannst sie problemlos in Speisen und Getränke einrühren! Im Gegensatz zu herkömmlichen Fetten sind sie geschmacksneutral und wasserlöslich.

- 1) Haynes, V. R., Michael, N. J., van den Top, M., Zhao, F. Y., Brown, R. D., De Souza, D., Dodd, G. T., Spanswick, D., & Watt, M. J. (2020). A Neural basis for Octanoic acid regulation of energy balance. *Molecular Metabolism*, 34(January), 54–71. <https://doi.org/10.1016/j.molmet.2020.01.002>
- 2) Croteau E, Castellano CA, Richard MA, Fortier M, Nugent S, Lepage M, Duchesne S, Whittingstall K, Turcotte EE, Bocti C, Fülöp T, Cunnane SC. Ketogenic Medium Chain Triglycerides Increase Brain Energy Metabolism in Alzheimer's Disease. *J Alzheimers Dis*. 2018;64(2):551-561. <https://doi.org/10.3233/JAD-180202>





Sei achtsam mit dir!

Bei der Einführung von MCT-Fetten ist es wichtig, Geduld zu haben und die Dosis langsam und je nach Verträglichkeit zu steigern.

MCT-Fette liefern Energie, insbesondere für dein Gehirn! Das bedeutet, dass du weniger Kalorien aus anderen Lebensmitteln benötigst, um satt zu werden. Um eine Gewichtszunahme zu vermeiden, empfehlen wir eine Reduzierung der Kohlenhydrate. MCT Fiber unterstützt dich beim Einstieg, da es neben MCT-Fetten auch Ballaststoffe enthält, die das Sättigungsgefühl fördern. Du könntest feststellen, dass du weniger Hunger hast und kleinere Portionen isst. Achte dabei trotzdem auf eine ausgewogene Ernährung.

Warum langsam starten?

Gib deinem Körper Zeit, sich sanft an MCT-Fette zu gewöhnen, um mögliche Nebenwirkungen wie Bauchweh, Blähungen und Durchfall zu vermeiden.

Achte auf mögliche Reaktionen und teile sie mit deinem Arzt. Dieser kann dir medizinischen Rat geben.

Auf der letzten Seite findest du einen Einführungsplan, der dir dabei hilft, MCT-Fette Schritt für Schritt in deine Ernährung einzubauen.

Wie lange sollte ich MCT-Fette einnehmen?

Dein Arzt wird dir mitteilen, wie lange du MCT-Fette einnehmen und wann oder wie du diese absetzen solltest.

In den meisten Studien zur Anwendung von MCT-Fetten bei Epilepsie nahmen die Patient:innen diese über **mindestens drei Monate** ein. Positive Effekte können auch erst nach einigen Monaten auftreten.

MCT FIBER: Einfach, praktisch und flexibel.

MCT-Fiber kann problemlos in warme und kalte Getränke sowie Speisen eingerührt werden. Für eine optimale Löslichkeit in Getränken sollte ein Beutel in mindestens 30 ml Flüssigkeit aufgelöst werden.



In Kaffee oder Tee einrühren.



In Rührei untermischen.



In Suppen und Saften einrühren.



In Joghurt oder Müsli einrühren.



Schmeckt auch mit Wasser angerührt gut.

MCT Fiber passt gut in deinen Alltag!

Wir empfehlen dir für die MCT-Eingewöhnungsphase MCT Fiber. Es schmeckt neutral und lässt sich einfach überall einrühren! **Kanso bietet dir jedoch eine vielfältige Auswahl an MCT-Produkten**, damit du langfristig eine breitere Auswahl hast.

MCT Fiber ist ein **Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke** (bilanzierte Diät) und muss unter ärztlicher Aufsicht verwendet werden. Bitte lies die Packungsanleitung sorgfältig durch und frage deinen Arzt oder Apotheker.

MCT Fiber enthält: mittelkettige Triglyceride (aus Palm- und Kokosfett in variabler Proportion), lösliche Maisfaser, Natriumcaseinat (**Milch**), Trennmittel: Siliciumdioxid; Emulgator: Natriumtripolyphosphat.

MCT-Fette sind nicht für Personen mit Verdacht auf Ketoazidose /metabolische Azidose, dekompensierter Leberzirrhose oder einem Mangel an mittelkettiger Acyl-CoA-Dehydrogenase (MCAD) geeignet.

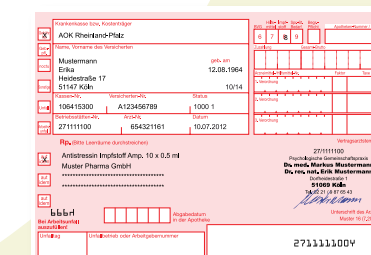
Wie und wo erhalte ich MCT-Produkte von Kanso?

1.

Lass dir von deinem Neurologen oder deinem Hausarzt ein Rezept erstellen.

Darauf sollte stehen:

- Diagnose: z.B. pharmakoresistente Epilepsie
- Produktname und verschriebene Menge
- Pharmazentralnummer (PZN) des Produktes



2.

Löse das Rezept bei der Apotheke deines Vertrauens ein.

Achtung: Produkte von Kanso sind bei Pharma-Großhändlern nicht verfügbar. Deine Apotheke kann aber direkt bei Kanso bestellen unter:

+49 6424 303700
customerservice.de@drschaer.com



In der Schweiz kontaktiere:
Laboratorium Dr. G. Bichsel
Weissenastrasse 73
CH-3800 Unterseen
+41 33 827 60 00
bestellung@bichsel.ch



Hier kannst du überprüfen,
ob du die empfohlene Tagesmenge
an MCT-Fetten eingenommen hast.



	Tag	Frühstück	Mittagessen	Abendessen	Gesamtmenge pro Tag
Woche 1	TT/MM	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel		☐ 2 Beutel
	TT/MM	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel		☐ 2 Beutel
	TT/MM	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel		☐ 2 Beutel
	TT/MM	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel		☐ 2 Beutel
	TT/MM	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel		☐ 2 Beutel
	TT/MM	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel		☐ 2 Beutel
	TT/MM	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel		☐ 2 Beutel
Woche 2	TT/MM	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 3 Beutel
	TT/MM	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 3 Beutel
	TT/MM	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 3 Beutel
	TT/MM	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 3 Beutel
	TT/MM	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 3 Beutel
	TT/MM	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 3 Beutel
	TT/MM	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 3 Beutel
Woche 3	TT/MM	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 5 Beutel
	TT/MM	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 5 Beutel
	TT/MM	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 5 Beutel
	TT/MM	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 5 Beutel
	TT/MM	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 5 Beutel
	TT/MM	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 5 Beutel
	TT/MM	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 1 Beutel	☐ 5 Beutel
Ab Woche 4	TT/MM	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 6 Beutel
	TT/MM	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 6 Beutel
	TT/MM	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 6 Beutel
	TT/MM	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 6 Beutel
	TT/MM	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 6 Beutel
	TT/MM	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 6 Beutel
	TT/MM	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 2 Beutel	☐ 6 Beutel

Es ist wichtig, dass du diesen Plan einhältst, um die MCT-Fette über den Tag zu verteilen und ihre Verträglichkeit zu fördern. Bei Unverträglichkeiten solltest du die MCT-Portion zunächst reduzieren und dann langsamer steigern. Wenn du eine MCT-Portion vergisst, versuche, sie im Laufe des Tages zusammen mit anderen Nahrungsmitteln nachzuholen.

Einfach hier abtrennen und als täglichen Begleiter nutzen! >

Kanso steht dir immer zur Seite

Buche deine **kostenlose Online-Beratung** zu MCT-Fetten bei der Ernährungsfachkraft Trixi Ott - sie hat viele Menschen mit Epilepsie begleitet, u.a. am Epilepsiezentrum der Uniklinik Frankfurt.



www.kanso.com/de/mct-form

info@kanso.com

© Dr. Schär Deutschland GmbH

Keks-Straße 1
35085 Ebsdorfergrund
Deutschland

