

Migrena (King's Colledge Hospital)

Terapia migreny przy zastosowaniu diety eliminacyjnej opartej na ocenie poziomu przeciwciał IgG specyficznych dla antygenów pokarmowych – badania prospektywne otwarte

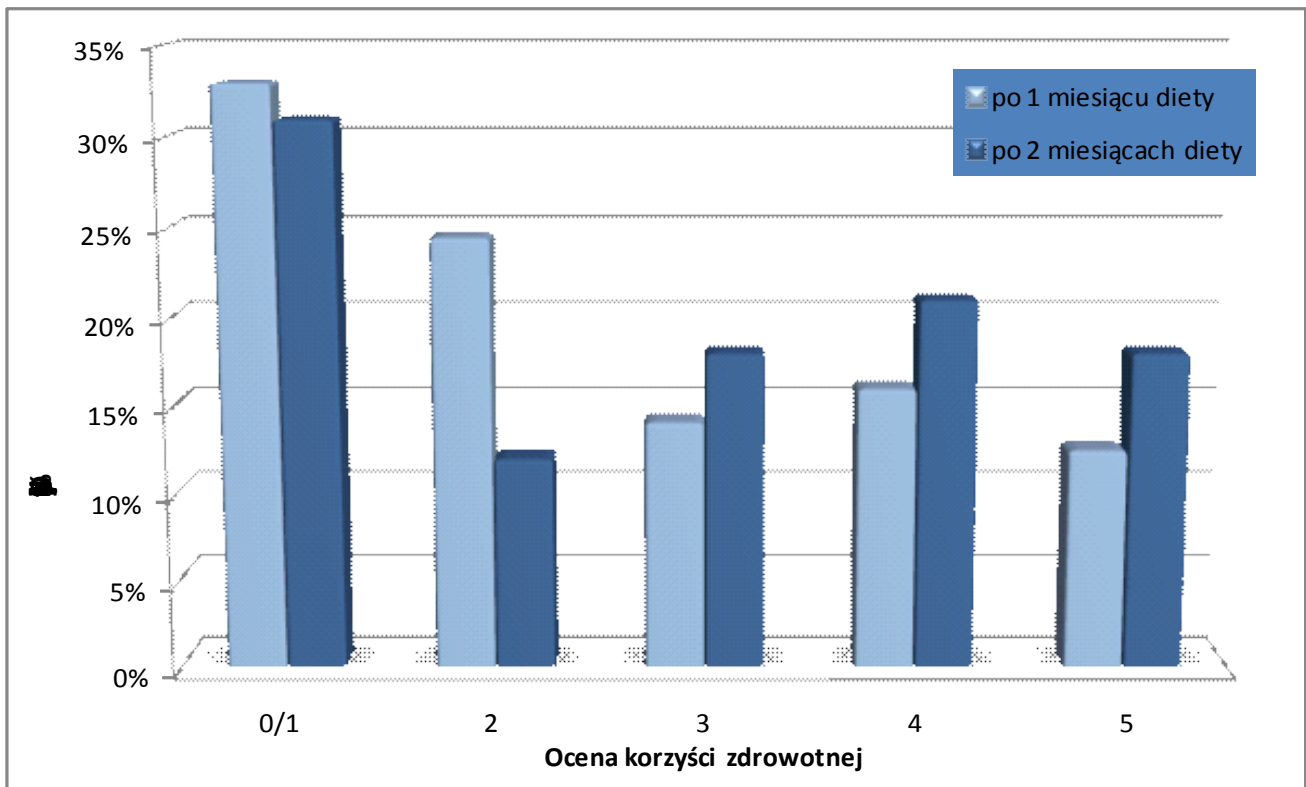
Wpływ sposobu odżywiania na występowanie epizodów migreny był wielokrotnie rozważany w literaturze medycznej [np. Leira & Rodriguez, 1996], niewiele jednak badań przeprowadzono w celu potwierdzenia tych spekulacji. Istnieją doniesienia o korzystnym działaniu diety bogatej w węglowodany i niskobiałkowej [Hasselmark i wsp., 1987] oraz diety niskotłuszczowej [Bic i wsp., 1999] na występowanie epizodów migreny.

Dotychczasowe badania kliniczne nie dostarczyły dowodów na obecność zaburzeń systemu odpornościowego u osób cierpiących na migrenę, koncentrowały się one jednak na występowaniu nadwrażliwości typu I [Kemper i wsp., 2001], natomiast znaczenie przeciwciał klasy IgG w patomechanizmach migreny nie zostało dotąd poznane.

Badania skuteczności diety eliminacyjnej u osób cierpiących na migrenę przeprowadził zespół lekarzy z różnych uczelni medycznych w Anglii i Szkocji, pod kierownictwem prof. A.J.Dowsona z *King's Colledge Hospital* w Londynie [Rees i wsp., 2005]. W omawianych badaniach dietę eliminacyjną zaplanowaną w oparciu o podniesiony poziom przeciwciał IgG skierowanych przeciwko antygenom pokarmowym zastosowało 46 pacjentów, w większości kobiet, o średniej wieku wynoszącej 45 lat. Większość pacjentów (64%) cierpiała z powodu migrenowych bólów głowy od ponad 10 lat, 20% w okresie ostatnich 5-10 lat, a 16% od mniej niż 5 lat. Dotychczasowe próby ich leczenia metodami farmakologicznymi i za pomocą innych form terapii nie przyniosły istotnej poprawy zdrowia. Większość badanych bardzo często odczuwała dolegliwości (ponad 15 dni w miesiącu), co znacząco zaburzało ich codzienne funkcjonowanie. Blisko 90% z nich z powodu swoich bólowych dolegliwości było bardzo często lub stale zbyt zmęczonych aby pracować, odczuwało rozdrażnienie i istotny spadek koncentracji. Ból osłabiał ich zdolność do odpoczynku i snu. Średnia ocena nasilenia objawów bólowych u badanych w oparciu o kwestionariusz HIT-6 przed przystąpieniem do diety wyniosła 64.9 (w zakresie 48-78).

Badanie skutków diety eliminacyjnej przeprowadzono w formie ankiety po 1 i 2 miesiącach od przeprowadzenia testu ELISA i ustalenia indywidualnego składu nowej diety dla każdego z pacjentów. Średnia liczba odstawionych pokarmów wyniosła 4,7. Pacjenci dokonali oceny zmian nasilenia swoich dolegliwości przy zastosowaniu skali od 0 do 5 (brak pozytywnych efektów leczenia - bardzo wyraźna poprawa stanu zdrowia).

Analiza kwestionariuszy wskazała, że znaczny odsetek badanych odniósł wyraźne korzyści zdrowotne w wyniku zastosowania diety eliminacyjnej. Znaczącą poprawę samopoczucia (oceny 3-5) po miesiącu stosowania diety stwierdziło 40.1%, a po upływie 2 miesięcy 55.8% uczestniczących w badaniach pacjentów (Ryc.3). Największe korzyści zdrowotne odniosły osoby ściśle przestrzegające zaleconą dietę. Co więcej, ponad 60% pacjentów, którzy przywrócili do swojej diety pokarmy wskazane jako źródło nietolerancji, stwierdziło nawrót lub zwiększenie intensywności symptomów migreny.



Ryc. 3 Korzyść odniesiona ze stosowania diety eliminacyjnej przez 1 i 2 miesiące przez chorych na migrenę

Podsumowując – w badaniach koncentrujących się na tak dobrze wyodrębnionym zaburzeniu jakim są migrenowe bóle głowy wykazano korzystne działanie diety eliminacyjnej planowanej w oparciu o rozpoznanie przeciwciał IgG skierowanych przeciwko określonym składnikom pokarmowym.