



Samenvatting van het proefschrift

C.R. Lamers

"The role of the Dutch dietary and physical activity guidelines in Inflammatory Bowel Disease – Implications for clinical practice"

Promotiedatum: 8 juni 2022

Universiteit: Wageningen Universiteit

Promotores:

Prof. dr. B.J.M. Witteman

Copromotores:

Dr. N.M. de Roos

Voeding en bewegen lijken invloed te hebben op het ziektebeloop en de klinische uitkomsten van patiënten met inflammatoire darmziekten (IBD). Wetenschappelijk onderbouwde richtlijnen ontbreken echter wat de begeleiding van IBD-patiënten bemoeilijkt. Al het bewijs dat momenteel beschikbaar is met betrekking tot gunstige effecten van voeding en bewegen bij IBD is in overeenstemming met de Nederlandse richtlijnen voor goede voeding en bewegen. Deze richtlijnen als geheel zijn echter nog niet onderzocht in IBD. Daarom was het doel van dit proefschrift om de gezondheidseffecten van de Nederlandse richtlijnen voor goede voeding en bewegen als onderdeel van de behandeling van IBD-patiënten te onderzoeken.

De Nederlandse voedingsrichtlijnen komen overeen met een meer anti-inflammatoir dieet en aan de beweegrichtlijnen wordt vaker voldaan bij een hogere mate van lichamelijke activiteit. Wij vonden dat het inflammatoire potentieel van het dieet en de mate van lichamelijke activiteit geassocieerd zijn met ziekteactiviteit in patiënten met de ziekte van Crohn, terwijl er geen associaties werden gevonden in patiënten met colitis ulcerosa. IBD-patiënten ervaren over het algemeen gunstige effecten van lichamelijke activiteit, maar belemmeringen veroorzaakt door actieve ziekte kunnen hen ervan weerhouden om lichamelijk actief te zijn.

Middels een observationele studie tijdens de Nijmeegse Vierdaagse concludeerden wij, op basis van cytokines en fecaal calprotectine, dat matig intensieve lichamelijke activiteit veilig lijkt te zijn voor IBD-patiënten, wat belangrijk is omdat dit type lichamelijke activiteit een belangrijk onderdeel is van de Nederlandse beweegrichtlijnen.

Tot slot zijn de Nederlandse voedings- en beweegrichtlijnen toegepast in een tweetal interventiestudies. Tijdens een gecombineerde leefstijlinterventie verminderde de invloed van de ziekte op het dagelijks leven en nam de vermoeidheid af wat waarschijnlijk het gevolg is van een substantiële verbetering van de dieetkwaliteit. Ook bij toepassing van de Nederlandse voedingsrichtlijnen via een online applicatie met dieetadvies verbeterde de dieetkwaliteit en was er sprake van een heel kleine toename van de kwaliteit van leven.