

Eliminatie- dieet bij kinderen met ADHD

Waarom dit onderzoek? Eerder buitenlands onderzoek naar de effecten van een *restricted elimination diet* (RED) op het gedrag van kinderen met ADHD resulteerde in significante vermindering van de gedragsproblemen na het volgen van een RED. Dit betrof 6 gerandomiseerde gecontroleerde trials (RCT's), waarvan er 5 dubbelblind placebogecontroleerd waren. De bereikte effecten bleken gemiddeld even groot als die met methylfenidaat. Op grond van deze resultaten werd in 2001 het toepassen van RED-onderzoek geadviseerd in een tweedelijns ADHD-behandelprotocol. Dit leidde echter niet tot implementatie van RED-onderzoek bij kinderen met ADHD. Daarom werd in Nederland nieuw onderzoek opgestart; inmiddels zijn 4 Nederlandse studies (waarvan 2 RCT's) uitgevoerd en gepubliceerd.

Onderzoeksvraag De INCA-studie werd uitgevoerd om de effecten van een RED op zowel ADHD als oppositioneel-opstandige gedragsstoornis (ODD) te onderzoeken bij een heterogene groep kinderen met ADHD. Ook werd onderzocht of een allergisch of non-allergisch mechanisme ten grondslag ligt aan de overgevoeligheid voor voeding.

Hoe werd dit onderzocht? Honderd kinderen met ADHD (leeftijd 4-8 jaar) namen deel aan deze RCT. De dieetgroep ($n = 50$) volgde het RED, de controlegroep ($n = 50$) kreeg gezonde voedingsadviezen. Kinderen werden niet geselecteerd op allergische achtergrond of op affiniteit met diëten. Comorbiditeit was geen reden voor exclusie. Wel moesten de ouders gemotiveerd zijn om hun kind gedurende 5 weken een streng dieet te laten volgen. Gedragsmetingen werden verricht door een geblindeerde kinderarts die niet op de hoogte was van de groep waarin het kind zich bevond. Aan het begin en het eind van het onderzoek werd bloedonderzoek verricht.

Belangrijkste resultaten Ruim 60% van de kinderen in de RED-groep vertoonde significante gedragsverbeteringen; zij voldeden na het volgen van het dieet niet meer aan de criteria voor ADHD en ODD (zie figuur 1 en 2). De effectgrootte bedroeg 1,8. Bij 40% van de kinderen uit de RED-groep en bij de controlegroep werden geen significante gedragsverbeteringen vastgesteld. Het bloedonderzoek wees uit dat er geen sprake was van een allergisch mechanisme.

LITERATUUR

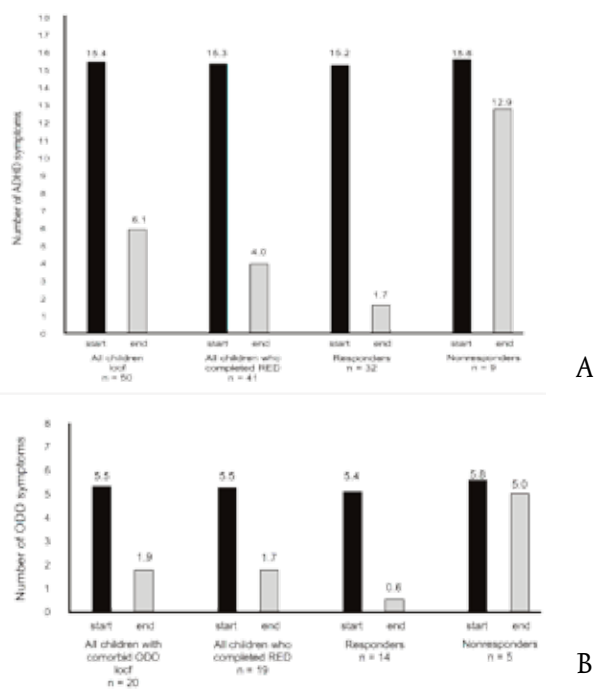
Pelsser LM, Frankena K, Toorman J, Savelkoul HF, Dubois AE, Pereira RR, e.a. Effects of a restricted elimination diet on the behaviour of children with attention-deficit hyperactivity disorder (INCA study): a randomised controlled trial. *Lancet* 2011; 377: 494-503.

AUTEUR

LIDY M.J. PELSSER

E-mail: lmjpelsser@adhdresearch-centre.nl

FIGUUR 1 (A) Gemiddeld aantal ADHD-symptomen (volgens DSM-IV; 0-18) in dieetgroep (n = 50) bij de start van het INCA-onderzoek en aan het einde van de dieetperiode; (B) gemiddeld aantal ODD-symptomen (0-8) in dieetgroep (n = 20) voor en na dieetperiode; LOCF = last observation carried forward



Consequenties voor de praktijk Aanbevolen wordt om RED standaard toe te passen bij jonge kinderen met ADHD, mits de ouders gemotiveerd zijn en er deskundige begeleiding aanwezig is. Bij kinderen die met significante gedragsverbeteringen reageren op het RED, zou men de diagnose voedinggeïnduceerde ADHD kunnen stellen, waarmee verwezen wordt naar de oorzakelijke factor (een overgevoeligheid voor voeding). Het RED-protocol is door het Nederlands Jeugd Instituut (NJI) erkend als bewezen effectieve interventie.