

Gezocht: Deelnemers voor onderzoek naar intermitterend vasten bij diabetes type 2

Intermitterend vasten is een veelbelovende dieetinterventie, onder andere voor mensen met diabetes type 2 en overgewicht. Er is dan ook veel aandacht voor in de media, maar we weten nog bijna niets over de langetermijneffecten en de haalbaarheid. Daarom is de onderzoeksgroep van de afdeling Diëtetiek van het Erasmus MC afgelopen jaar gestart met een grootschalig onderzoek. Kaderarts diabetes, Dragica Vukosavljevic, is vanuit Huisartsencoöperatie West-Brabant betrokken.

Samengevat gaat het om een dieetinterventie gedurende 1 jaar, die gebaseerd is op een Mediterraan, koolhydraatbeperkt dieet, waarbij we in de interventiegroep tevens een tijdsrestrictie van eten introduceren: deelnemers mogen alleen eten tussen 8.00 en 18.00 uur. De eerste groep diabetespatiënten is eind 2022 gestart. Inmiddels zijn we 6 maanden verder en zijn de resultaten hoopgevend. Zo zijn de deelnemers gemiddeld ruim 9 kg afgevallen en ervaren ze meer energie. Ook zijn de serumlipidenwaarden verbeterd en hebben sommigen hun medicatie kunnen minderen.

Mooie bevindingen, maar we zijn er nog niet. Om conclusies te kunnen trekken, hebben we veel meer deelnemers nodig. Help jij ons hierbij? We zijn op zoek naar diabetes type 2 patiënten tussen 18 en 75 jaar met een BMI van 27 of hoger. Aanmelden kan bij Carmen Dietvorst, wetenschappelijk onderzoeker Erasmus MC, via TimedOnderzoek@erasmusmc.nl.