

	T.C. NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HASTANESİ	DOKÜMAN NO	OH.RH.02
		YAYIN TARİHİ	11.01.2021
		REVİZYON NO	00
	KETOJENİK HASTA REHBERİ	REVİZYON TARİHİ	--
		SAYFA NO	1 / 1

Ketojenik diyet tedavisi nedir?

Ketojenik diyet tedavisi ilaca dirençli epilepsilerde kullanılan bir tedavi şeklidir.

Ketojenik diyet; yüksek yağ, yeterli protein ve düşük karbonhidrat içeren yüksek yağlı bir diyettir.

Diyet çocuğun günlük enerji, protein ve sıvı gereksinmesini karşılayacak şekilde yaşı, boyu, kilosu, laboratuvar bulguları ve ek hastalıklarına uygun olarak kişiye özel olarak diyetisyen tarafından hazırlanır.

Ketojenik diyet nasıl etki eder?

Besinler, bizim günlük enerji ihtiyacımızı karşılar. Besinlerin vücutta kullanılması sonucu açığa çıkan enerji, beyin ve diğer organlarımızın çalışmasını sağlar. Ketojenik diyetle aldığımız yüksek yağ içerikli besinlerin vücutta kullanılması sonucu keton cisimler ortaya çıkar. Keton cisimlerin nöron dediğimiz beyin hücrelerinde çeşitli mekanizmalarla nöbet aktivitesini engellediği yapılan çalışmalar tarafından desteklenmektedir.

Ketojenik diyet ne kadar devam etmeliyim?

Ketojenik diyetle başladıktan sonra 3 ay kadar uygulanarak etkili olup olmayacağı doktorunuz ve diyetisyeninizle birlikte karar verilir. Diyetin olumlu etkisi görülürse 2 yıla kadar daha uygulanabilir.

Ketojenik diyetin sonlandırılması

Doktorunuzun ve diyetisyeninizin sizin için önerdiği başka bir durum yoksa aylara yayarak ketojenik diyetin oranı yavaş yavaş düşürülerek sonlandırılır. Ketojenik diyet sonlandırılması sonrası nöbetlerde bir kötüleşme olursa uygun orandaki bir başka ketojenik diyetle devam edilebilir.

Ketojenik diyeti uygularken oluşabilecek yan etkiler var mıdır?

Ketojenik diyet tedavisinin yan etkilerin çoğu öngörülebilirdir, genellikle önlenabilir düzeydedir.

İshal, kabızlık, bulantı, kusma ve reflü alevlenmesi ketojenik diyetle çocukların yarısından fazlasında görülen en yaygın yan etkiler arasındadır.

Diyetin başlangıcında kan şekeri seviyesinde düşüklükler olabilir. Kan şekeri düşüklüğünün belirtileri arasında dudak, dil ya da yanakta karıncalanma veya uyuşma, düzensiz veya hızlı kalp atışı, soluk ten, terlemek, titremek veya bayılmak gibi belirtiler ortaya çıkarsa en yakın sağlık kuruluşuna gidip, mutlaka doktorunuzu bilgilendirin.

Ketojenik diyetle izlem nasıl olmalıdır?

Ketojenik diyet alan çocuklar nörolog ve diyetisyen tarafından düzenli olarak izlenmelidir. Diyetle başladıktan bir ay sonra hasta diyetle uyum, etkinlik ve yan etkiler açısından mutlaka görüşülmelidir. Diyetisyeninizin sizin için önerdiği başka bir izlem yoksa ayda bir diyet kontrolü açısından yeterlidir.(0332) 223 7346/ 4064 numaralı telefon ile beslenmeyle ilgili sormak istediğiniz konular hakkında bilgi alabilirsiniz.