

Arthrose: Schlüsselfaktor Ernährung

Hofer A, Kuttner EL, UGBforum 1/26 S. 36-39

- 1. WORLD HEALTH ORGANISATION.** Osteoarthritis. 2023. Internet: <https://www.who.int/newsroom/fact-sheets/detail/osteoarthritis> (Zugriff 19.05.2025).
- 2. GUO Q, WANG Y, XU D et al.** Rheumatoid arthritis: pathological mechanisms and modern pharmacologic therapies. *Bone Research* 2018; 6:15. <https://doi.org/10.1038/s41413-018-0016-9>.
- 3. ALMUTAIRI KB, NOSSENT JC, PREEN DB et al.** The global prevalence of rheumatoid arthritis: a meta-analysis based on a systematic review. *The Journal of Rheumatology* 2021; 48(5):669–676. doi: 10.3899/jrheum.200367.
- 4. DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR ORTHOPÄDIE UND UNFALLCHIRURGIE E.V.** Prävention und Therapie der Gonarthrose S3-Leitlinie. Version 5.0 vom 15.07.2024. https://register.awmf.org/assets/guidelines/187-050L_S3_Gonarthrose_2025-05.pdf (Zugriff: 19.05.2025).
- 5. GRIEBLER R, WINKLER P, DELCOUR J, ANTOSIK J, LEUPRECHT E, NOWOTNY M, SCHMUTTERER I, SAX G, JURASZOVICH B, POCHOBRADSKY E, KUCERA S.** (2023): Österreichischer Gesundheitsbericht 2022. Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK), Wien. <https://jasmin.goeg.at/id/eprint/3277/1/%C3%96sterr.Gesundheitsbericht%202022.pdf>
- 6. HULSHOF C, PEGA F, NEUPANE S et al.** The effect of occupational exposure to ergonomic risk factors on osteoarthritis of hip or knee and selected other musculoskeletal diseases: A systematic review and meta-analysis from the WHO/ILO Joint Estimates of the Work-related Burden of Disease and Injury, *Environment International*, 2021; 150. <https://doi.org/10.1016/j.envint.2020.106349>.
- 7. DONG Y, YAN Y, ZHOU J et al.** Evidence on risk factors for knee osteoarthritis in middle-older aged: a systematic review and meta analysis. *Journal of Orthopaedic Surgery and Research* 2023; 18:634. <https://doi.org/10.1186/s13018-023-04089-6>.
- 8. SWAIN S, SARMANOVA A, COUPLAND C et al.** Comorbidities in Osteoarthritis: A Systematic Review and Meta-Analysis of Observational Studies. *Arthritis Care & Research* 2020; 72, 149–162. doi:10.1002/acr.24008.
- 9. LAW L, HEEREY JL, DEVLIN BL, et al.** Effectiveness of an anti-inflammatory diet versus low-fat diet for knee osteoarthritis: the FEAST randomised controlled trial protocol. *BMJ Open* 2024; 14(4):e079374. doi: 10.1136/bmjopen-2023-079374.
- 10. THOMAS S, BROWNE H, MOBASHERI A et al.** What is the evidence for a role for diet and nutrition in osteoarthritis? *Rheumatology (Oxford)* 2018; 57(suppl_4):iv61–iv74. doi: 10.1093/rheumatology/key011.
- 11. DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG, ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG**
(Hrsg.): Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. Bonn, 2. Auflage. 8. aktualisierte Ausgabe

(2024).

12. WU PY, CHEN KM, TSAI WC. *The Mediterranean Dietary Pattern and Inflammation in Older Adults: A Systematic Review and Meta-analysis.* *Advances in Nutrition* 2021; 12(2):363-373. doi: 10.1093/advances/nmaa116.

13. BERGINK AP, ZILLIKENS MC, VAN LEEUWEN JP, HOFMAN A, UITTERLINDEN AG, VAN MEURS JB.

25-Hydroxyvitamin D and osteoarthritis: A meta-analysis including new data. *Seminars in Arthritis and Rheumatism* 2016; 45(5):539-546. doi: 10.1016/j.semarthrit.2015.09.010.

14. ELMADFA I. *Ernährungslehre. 5. Auflage.* Verlag Eugen Ulmer, Stuttgart, 2024: 122-132.

15. ELMADFA I. *Ernährungslehre. 5. Auflage.* Verlag Eugen Ulmer, Stuttgart, 2024: 98-108.

16. Verordnung (EU) 2019/649 der Kommission vom 24. April 2019 zur Änderung des Anhangs III der Verordnung (EG) Nr. 1925/2006 hinsichtlich trans-Fettsäuren. <https://eur-lex.europa.eu/legalcontent/DE/TXT/?uri=CELEX%3A32019R0649> (Zugriff: 12.05.2025).

17. PENG Y, AO M, DONG B, et al. *Anti-Inflammatory Effects of Curcumin in the Inflammatory Diseases: Status, Limitations and Countermeasures.* *Drug Design, Development and Therapy* 2021; 15:4503-4525. doi: 10.2147/DDDT.S327378.

18. SOUCI SW, FACHMANN W, KRAUT H. *Unter Mitarbeit von Leibniz-Institut für Lebensmittel-System Biologie an der Technischen Universität München (Hg.). Die Zusammensetzung der Lebensmittel Nährwert-Tabellen. 9. revidierte und ergänzte Auflage.* Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, Stuttgart, 2024.

19. VERONESE N, RAGUSA FS, DOMINGUEZ LJ et al.

Mediterranean diet and osteoarthritis: an update. *Aging Clinical and Experimental Research* 2024; 36:231. <https://doi.org/10.1007/s40520-024-02883-8>.

20. STANFAR K, HAWES C, GHAJAR M et al. *Diet modification reduces pain and improves function in adults with osteoarthritis: a systematic review.* *J Hum Nutrition and Dietetics* 2024; 37(4):847-884. doi: 10.1111/jhn.13317.

21. ZENG J, FRANKLIN DK, DAS A, HIRANI V. *The effects of dietary patterns and food groups on symptomatic osteoarthritis: A systematic review.* *Nutrition and Dietetics* 2023; 80(1):21-43. doi: 10.1111/1747-0080.12781.

22. SAINI RK, KEUM YS. *Omega-3 and omega-6 polyunsaturated fatty acids: Dietary sources, metabolism, and significance – A review.* *Life Sciences* 2018; 203:255-267. doi: 10.1016/j.lfs.2018.04.049.

23. ASADI M, GRAFENAUER S, BURLEY et al. *The effectiveness of dietary intervention in osteoarthritis*

management: a systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials. *Eur J Clin Nutr* (2025). doi: 10.1038/s41430-025-01622-0.

24. BUNDESINSTITUT FÜR RISIKOBEWERTUNG (BfR). *Curcumin in Nahrungsergänzungsmitteln: Gesundheitlich akzeptable tägliche Aufnahmemenge kann überschritten werden.* 2021, 14. Dezember. Stellungnahme Nr. 040/2021. doi: 10.17590/20211214-121912.

- 25. DEAN E, GORMSEN HANSEN R.** Prescribing optimal nutrition and physical activity as „first-line“ interventions for best practice management of chronic low-grade inflammation associated with osteoarthritis: evidence synthesis. *Arthritis*, 2012 560634. doi: 10.1155/2012/560634.
- 26. KRAUS VB, SPROW K, POWELL KE et al.** Effects of Physical Activity in Knee and Hip Osteoarthritis: A Systematic Umbrella Review. *Med Sci Sports Exerc.* 2019;51(6):1324-1339. doi:10.1249/MSS.0000000000001944.
- 27. OJHA PK, POUDEL DK, ROKAYA A et al.** Chemical Compositions and Essential Fatty Acid Analysis of Selected Vegetable Oils and Fats. *Compounds* 2024, 4(1), 37-70. doi: 10.3390/compounds4010003.
- 28. ZHENG H, CHEN C.** Body mass index and risk of knee osteoarthritis: systematic review and meta-analysis of prospective studies. *BMJ Open.* 2015;5(12):e007568. doi:10.1136/bmjopen-2014-007568.
- 29. KOLASINSKI SL, NEOGI T, HOCHBERG MC, et al.** 2019 American College of Rheumatology/Arthritis Foundation Guideline for the Management of Osteoarthritis of the Hand, Hip, and Knee. *Arthritis Rheumatol.* 2020;72(2):220-233. doi:10.1002/art.41142.
- 30. BISCHOF K, MOITZI AM, STAFILIDIS S, KONIG D.** Impact of Collagen Peptide Supplementation in Combination with Long-Term Physical Training on Strength, Musculotendinous Remodeling, Functional Recovery, and Body Composition in Healthy Adults: A Systematic Review with Meta-analysis. *Sports Med.* 2024;54(11):2865-2888. doi:10.1007/s40279-024-02079-0.
- 31. SIMENTAL-MENDIA M, ORTEGA-MATA D, ACOSTA-OLIVO CA, et al.** Effect of collagen supplementation on knee osteoarthritis: an updated systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *Clin Exp Rheumatol.* 2025;43(1):126-134. doi:10.55563/clinexprheumatol/kflfr5.
- 32. MOLNAR V, MATIŠIĆ V, KODVANJ I, et al.** Cytokines and Chemokines Involved in Osteoarthritis Pathogenesis. *Int J Mol Sci.* 2021 Aug 26;22(17):9208. doi: 10.3390/ijms22179208.
- 33. KNIGHTS AJ, REDDING SJ, MAERZ T.** Inflammation in osteoarthritis: the latest progress and ongoing challenges. *Curr Opin Rheumatol.* 2023 Mar 1;35(2):128-134. doi: 10.1097/BOR.0000000000000923.
- 34. ZENG J, FRANKLIN DK, DAS A, et al.** The effects of dietary patterns and food groups on symptomatic osteoarthritis: A systematic review. *Nutr Diet.* 2023 Feb;80(1):21-43. doi: 10.1111/1747-0080.12781.
- 35. WUNDERLE C, RANDEGGER S, SCHUETZ P.** Können wir den Inflammationsstatus des Patienten durch Ernährung modifizieren? *Nutrition-News.* 2025(1):8-11.