

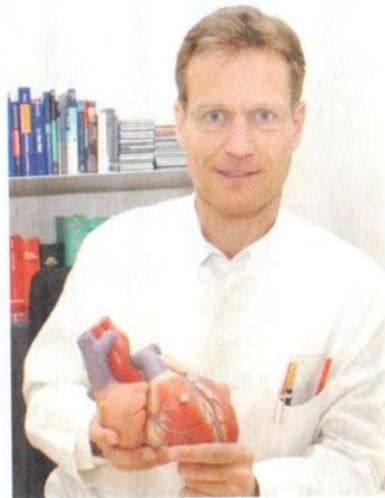
## ANALYSE

## Fragwürdige Präparate

Laut einer Gesundheitsstudie 2013 schwören zwei Drittel der Österreicher auf Nahrungsergänzungsmittel, obwohl die Wirksamkeit von Vitamin-Präparaten und sogenannten Antioxidantien schon lange in Frage gestellt wird. Eine in diesem Jahr veröffentlichte Untersuchung mit insgesamt fast 300.000 Teilnehmern überprüfte nun mögliche günstige Effekte von Vitamin-Präparaten und Antioxidantien auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Es wurden

sowohl herzgesunde Personen als auch Patienten mit bekannten Herzerkrankungen zwischen 49 und 82 Jahren untersucht. Laut Ergebnis führte die Einnahme von Vitamin-Präparaten bzw. Antioxidantien allerdings nicht zu einer Senkung des Herzinfarkt- oder Schlaganfall-Risikos. Bereits im Jahr 2003 zeigte eine Metaanalyse keinerlei Nutzen von Vitamin E und für das Antioxidans Beta-Karotin sogar eine leichte Zunahme von Herz-Kreislauf-Todesfällen. 2005 ließ

sich im Rahmen einer weiteren Untersuchung keine Absenkung des Herzinfarkt-Risikos durch die Einnahme von Folsäure/Vitamin B6/12-Präparaten bei Patienten mit hohem Homocystein-Spiegel nachweisen. Gegenwärtig könne daher, so der Salzburger Kardiologe Dr. Dirk Stein, die Einnahme von Vitamin-Präparaten, Antioxidantien und Omega-3-Fettsäure-Kapseln mit dem Ziel der Senkung der Herzinfarkt- und Schlaganfall-Gefahr nicht empfohlen werden.



Die Einnahme von Vitamin-Präparaten zur Vorbeugung von Herzinfarkt und Schlaganfall sei nicht ratsam, meint Dr. Dirk Stein, Facharzt für Kardiologie und Innere Medizin in Salzburg.