

Ungesättigte Fettsäuren als Nahrungsergänzung zur Sekundärprävention nach Myokardinfarkt

Die Seltenheit der koronaren Herzkrankheit bei Eskimos, die viel Fisch essen, hat zur Durchführung zahlreicher Studien über die koronarprotektive Wirkung von n-3 mehrfach ungesättigten Fettsäuren (n-3 PUFA) geführt. In gleichem Maße wurde das Antioxidans-Vitamin E, das die Oxidation von LDL-Cholesterin verhindern soll (oxidiertes LDL-Cholesterin ist besonders atherogen), als Hoffnungsträger für die Primär- und Sekundärprävention der Koronaren Herzkrankheit betrachtet. Im Lancet ([1999, 354, 447](#)) erschien jetzt die GISSI-P-Studie (korrespondierender Autor: R. Marchioli), in der auf multizentrischer Basis der Effekt der Einnahme von ca. 1 g n-3 PUFA täglich (Eicosapentaen-Säure: Docosahexaen-Säure 1:2) oder von Vitamin E (Alpha-Tocopherol 300 mg/d) auf die kardiovaskuläre Morbidität und Letalität bei Patienten mit durchgemachtem Herzinfarkt untersucht wurde. *Gruppe 1* erhielt für 3,5 Jahre nur n-3 PUFA, *Gruppe 2* 2300 mg Vitamin E, *Gruppe 3* beides und *Gruppe 4* kein Medikament. Die Studie war offen und randomisiert. In jede Gruppe wurden etwa 2800 Patienten (!) eingeschlossen. Primäre Endpunkte waren kardiovaskuläre Todesfälle, alle Todesfälle, nicht-tödliche Herzinfarkte und Schlaganfälle.

Die tägliche Einnahme von n-3 PUFA (*Gruppe 1*) senkte das Risiko für das Erreichen der primären Endpunkte signifikant um 10 bis 15% im Vergleich mit *Gruppe 4*, in erster Linie durch Senkung der allgemeinen und der kardiovaskulären Letalität. Hingegen hatte Vitamin E (*Gruppe 2*) keinen signifikanten Effekt. Bei Kombination von n-3 PUFA mit Vitamin E war die protektive Wirkung im Hinblick auf das Erreichen der Endpunkte etwas, jedoch nicht signifikant, stärker als in *Gruppe 1*. In einem begleitenden Editorial von M. Brown aus Cambridge (Lancet [1999, 354, 441](#)) werden die Ergebnisse dieser Studie mit denen vieler anderer, meist weniger umfangreicher und nicht so lang dauernder Studien verglichen. In einer in England durchgeführten Studie hatte Vitamin E einen deutlichen sekundär-präventiven Effekt bei Koronarer Herzerkrankung. Es könnte sein, daß in GISSI-P in die viele Patienten aus mediterranen Ländern eingeschlossen wurden, die positiven Effekte von n-3 PUFA und von Vitamin E eher unterschätzt wurden, weil die Nahrung in diesen Ländern ohnehin schon reicher an ungesättigten Fettsäuren und Vitamin E sein dürfte als in Nordeuropa. Insgesamt bestätigt sich die Hypothese, daß n-3 PUFA antiarteriosklerotisch wirken oder die Komplikationen der Arteriosklerose abschwächen. Vielleicht trifft dies auch für Vitamin E zu.

Fazit: Eine an mehrfach ungesättigten Fettsäuren reiche Diät dürfte sich günstig auf die durch Arteriosklerose bedingte kardiovaskuläre Morbidität und Letalität auswirken.