

GVF-Stellungnahme zur Meta-Analyse „Antioxidantien und Mortalität“, erschienen am 28. Februar 2007 in JAMA.

Nahrungsergänzungsmittel mit Antioxidantien sind bei empfohlener Dosierung für die Allgemeinbevölkerung weiterhin als sicher einzustufen

Aktuelle Metaanalyse, die eine erhöhte Mortalität durch Vitamin A-, Beta-Carotin- und Vitamin-E-Supplemente zeigt, weist methodische Mängel auf/ Keine Schlussfolgerungen für die Allgemeinbevölkerung ableitbar/ Verbraucher sollten sich nicht verunsichern lassen.

Eine Meta-Analyse¹ von 68 randomisierten, klinischen Studien mit Antioxidantien-Supplementen, die am 28. Februar in der Fachzeitschrift Journal of the American Medical Association (JAMA) publiziert wurde, hat in der Fachwelt großes Aufsehen erregt und massiven Widerspruch ausgelöst.

Die Autoren der Analyse, in die Studiendaten von 232.606 Teilnehmern eingingen, schlussfolgern, dass eine Supplementierung mit Antioxidantien das Mortalitätsrisiko merklich erhöht. Demnach bewirke Vitamin A eine Erhöhung der Mortalität um 16 Prozent, Beta-Carotin um sieben Prozent und Vitamin E um vier Prozent. Vitamin C habe der Analyse zufolge keinen Einfluss auf das Mortalitätsrisiko. Nach Meinung der GVF weist die Arbeit von Bjelakovic et al. wesentliche Mängel in der Methodik und Interpretation der Daten auf.

¹ Bjelakovic G. et al: Mortality in Randomized Trials of Antioxidant Supplements for Primary and Secondary Prevention. JAMA 297, 842-857, 2007.

Hauptergebnis der Meta-Analyse

Wie die Autoren berichten, hatte die Einnahme von Antioxidantien keinen signifikanten Einfluss auf die Mortalität (RR 1.02, 95% CI 0.98 - 1.06). Dieses Ergebnis ergibt sich aus der Gesamtanalyse aller 68 randomisierten, klinischen Studien und gilt für alle einbezogenen Antioxidantien in einem breiten Dosisbereich, für eine kurzfristige oder auch langfristige Einnahme und für Gesunde sowie Patienten mit verschiedenen Vorerkrankungen. Die Autoren

erwähnen dieses Ergebnis jedoch nur im Ergebnisteil der Studie, aber nicht in den Schlussfolgerungen, obwohl damit positive Effekte von Antioxidantien nicht entkräftet werden. In den Schlussfolgerungen werden nur die Ergebnisse der Teilauswertungen für die einzelnen Vitamine vorgestellt.

Nebenergebnis der Meta-Analyse

Die randomisierten, klinischen Studien wurden von den Autoren in zwei Gruppen eingeteilt, nämlich in Studien mit geringem Risiko („low-risk of bias“) und solche mit hohem Risiko für Mängel in der Studiendurchführung („high-risk of bias“). Die Kriterien für diese Einteilung wurden von den Autoren selbst festgelegt und betreffen Randomisierung, Verblindung und Follow-up. Die Zuordnung der Studien zu einer Gruppe durch *Bjelakovic et al.* geht aus der Veröffentlichung nicht eindeutig hervor. Von den 68 randomisierten, klinischen Studien wurden 47 der Gruppe mit geringem Risiko und 21 Studien der Gruppe mit hohem Risiko für Mängel zugeordnet. Die Auswertung beider Gruppen zeigte in den „low-risk of bias“ Studien die von den Autoren genannte signifikant erhöhte Mortalität durch Einnahme von Antioxidantien. Eine solche Subgruppenanalyse mag aus statistischer Sicht Hinweise zum Einfluss der Studienqualität auf das Ergebnis liefern, allerdings können daraus keine grundlegenden Schlussfolgerungen für das Gesamtergebnis gezogen werden. Eine Subgruppenanalyse mit anderen Kriterien würde vermutlich zu anderen Ergebnissen und Interpretationen der Resultate führen.

Anmerkungen zur Studienauswahl

Meta-Analysen sind grundsätzlich sinnvoll und valide, wenn die eingehenden Studien möglichst ähnlich in Design und Studienpopulation sind. In der vorliegenden Meta-Analyse variieren die ausgewählten Studien gerade im Hinblick auf die Studienpopulation (Gesunde und Patienten mit unterschiedlichsten Krankheiten und Krankheitsrisiken) stark. Damit lassen sich aus der Meta-Analyse keine Schlussfolgerungen und Empfehlungen für die Allgemeinbevölkerung ableiten.

Die Dosierungen in den berücksichtigten Studien überschreiten teilweise erheblich die empfohlenen Tageszufuhrmengen und die als sicher eingestuften, geltenden Höchstmengenempfehlungen (z.B. die Einmalgabe von 200.000 IU Vitamin A überschreitet den sogenannten „Upper Safe Level of Intake“ um das 20-fache).

In die Meta-Analyse sind außerdem keine randomisierten, klinischen Studien mit Antioxidantien eingeflossen, in denen keine Todesfälle aufgetreten sind (weder in der Supplementierungs- noch in der Kontrollgruppe). Nach Meinung der GVF hätte die große Zahl solcher Studien jedoch in die Diskussion mit einfließen müssen, da damit eine wesentliche klinische Erfahrung unberücksichtigt bleibt.

Fazit

Insgesamt hält die GVF den Aussagewert dieser neuen Meta-Analyse für gering. Verbraucher können sich nach wie vor sicher fühlen, wenn sie Nahrungsergänzungsmittel mit Antioxidantien in angemessener/ empfohlener Dosierung zur Gesundheitsvorsorge einnehmen und die geltenden Höchstmengen beachten. Patienten mit chronischen Erkrankungen sollten alle zusätzlichen therapeutischen Maßnahmen, wie auch die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln, mit ihrem Arzt besprechen.

Es gilt das gesprochene Wort!

4.824 Zeichen (mit Leerzeichen, ohne Überschrift)

Abdruck honorarfrei - Belegexemplar erbeten

Diese Presseinformation können Sie auch auf unserer Internetseite unter www.vitaminforschung.org/stellungnahmen herunterladen!

Pressekontakt: Gesellschaft für angewandte Vitaminforschung e.V.

Ansprechpartner: Simone Frey

Adresse: A.-Schneunert Allee 114-116, 14558 Nuthetal

Tel.: 033 200 88 550, Fax: 033 200 88 573

info@vitaminforschung.org, <http://www.vitaminforschung.org/>