■ **Kommentar:** Diese Arbeit zeigt, dass die DE-MRT eine um den Faktor 2 höhere Sensitivität für die Diagnose einer kardialen Mitbeteiligung bei Patienten mit Sarkoidose aufweist als derzeit etablierte Diagnosekriterien. Außerdem scheint die Detektion eines myokardialen Defekts mit einer deutlichen kardialen Risikoerhöhung einherzugehen.

Diese Daten sollten an größeren Patientengruppen und mit längerem Nachbeobachtungsintervall validiert werden, bevor therapeutische Konsequenzen (z.B. Implantation eines automatischen implantierbaren Kardio-Defibrillators) auch bei Patienten mit noch erhaltener linksventrikulärer Pumpfunktion gezogen werden können. Sicher ist jedoch, dass der Stellenwert der

MRT im diagnostischen Spektrum kardialer Erkrankungen unvermindert zunimmt.

Prof. Dr. med. Peter W. Radke,
Universitätsklinikum Schleswig-Holstein,
Campus Lübeck ■

■ **Patel MR et al. Detection of myocardial damage in patients with sarcoidosis. Circulation 2009;1230:1969–1977**

Prävention durch Omega-3-Fettsäuren

Nur bestimmte Fischarten schützen vor Diabetes

Fisch schützt vor Myokardinfarkt, da Omega-3-Fettsäuren einen protektiven Effekt bei der Atherogenese und bei Herzrhythmusstörungen haben. Manche Fischarten verringern auch das Diabetesrisiko.

■ In einer englischen Kohorte der EPIC-Studie wurden 23 639 Frauen und Männer ohne Diabetes, Malignome oder kardiovaskuläre Erkrankung prospektiv beobachtet.

Nach 10,2 Jahren zeigte sich, dass ein hoher Fischkonsum (≥ 1 Portion/Woche) im Vergleich zu einem geringen Fischverzehr (< 1 Portion/Woche) das Diabetesrisiko um 25% verringerte. Fetter Seefisch (z.B. Makrele, Hering, Lachs, Thunfisch) und weißfleischiger Fisch (z.B. Kabeljau, Scholle, Seezunge, Heilbutt, Schellfisch) zeigten einen protektiven Effekt. Gebratener Fisch (z.B. „fish and chips“) war dagegen nicht mit einem positiven Effekt korreliert, und Schalentiere (z.B. Krabben, Garnelen, Muscheln) erhöhten die Diabetesinzidenz um 36%.

■ **Kommentar:** In der Ernährungsmedizin gelten die protektiven Wirkungen von hohem Fischkonsum hinsichtlich atherosklerotischer Erkrankungen als gesichert. Die wissenschaftliche Evidenz hierfür ist höher als für eine cholesterinarme Kost, Reduktionskost, Vollwertkost oder antioxidative Substanzen.

Zum Diabetesrisiko und Fischkonsum sind die bisherigen Untersuchungen widersprüchlich, was möglicherweise mit dem Studiendesign (retrospektive Analysen) zusammenhängt. In der vorliegenden pro-

spektiven Untersuchung zeigten sich Überraschungen in mehrfacher Hinsicht.

Klar kam zum Ausdruck, dass sowohl weißfleischiger als auch fetter Seefisch das Diabetesrisiko mindert. Mögliche zugrunde liegende Mechanismen sind Omega-3-Fettsäuren (Eikosapentaensäure, Docosahexaensäure) zuzuschreiben, die vor allem in fetten Seefischarten in hoher Konzentration vorkommen. Omega-3-Fettsäuren verbessern die Insulinsensitivität.

Die Diabetesprotektion war allerdings bei hohem Konsum von fetten Seefischen nicht deutlicher als bei vergleichbarem Verzehr von weißfleischigem Seefisch. Wahrscheinlich ist die Minderung des Diabetesrisikos daher auch der Aminosäuren-

zusammensetzung des Fischeiweißes zuzuschreiben. Im Unterschied zu rotem Muskelfleisch verbessert es die Aufnahme von Glukose in den Skelettmuskel.

Weshalb erhöhen Schalentiere die Diabetesinzidenz? Diese Beobachtung war überraschend. Schalentiere enthalten viel Cholesterin. Die Cholesterinaufnahme war im Vergleich zu Subgruppen mit Konsum von anderen Fischarten deutlich höher. Ob andere Inhaltsstoffe in Schalentieren das Diabetesrisiko erhöhen, konnte in dieser Studie nicht eruiert werden. Es sind auch keine pathophysiologischen Zusammenhänge zwischen hohem Cholesterinkon-

sum und z.B. der Insulinwirkung bekannt. Diese Untersuchung lehrt Folgendes:

- Die Regel „two portions of fish per week, one of which should be oily“ gilt nur hinsichtlich der Prävention von kardiovaskulären Erkrankungen. Zur Diabetesprävention kann es auch weißfleischiger Fisch sein.
- Schalentiere begünstigen Diabetes.

Prof. Dr. med. Alfred Wirth,
Bad Rothenfelde ■

■ **Patel PS et al. Association between type of dietary fish and seafood intake and the risk of incident type 2 diabetes. The European Prospective Investigation of Cancer (EPIC)-Norfolk cohort study. Diabetes Care 2009;32:1857–1863**