

Hier steht eine Anzeige.



Unsere Experten beraten Sie bei kniffligen medizinischen Fragestellungen aus Ihrer Praxis.

Hier erhalten Sie Rat binnen 48 Stunden:
www.springermedizin.de/mmw-sprechstunde

Prof. Dr. med.
Hermann S. Fießl
Internist, München



Dr. med.
Peter Stiefelhagen
Internist, Hachenburg



Präventionsmedizin

Homocystein-Spiegel besser in den Normbereich senken?

? Anonym gestellte Frage: *Ein 47-jähriger, sportlicher, allgemein gesunder Patient verlangte eine Homocystein-Bestimmung, nachdem er davon in der populärwissenschaftlichen Literatur gelesen hat. Ergebnis: 11,4 µmol/l (Referenzbereich: 5-10 µmol/l). Was halten Sie hier von einer dauerhaften Supplementierung mit Folsäure und Vitamin B₁₂, um das Risiko für kardiovaskuläre Ereignisse zu senken? Eine Metaanalyse von 2010 [Clarke R et al. Arch Intern Med. 2010;170:1622–31] fand keine Belege für einen Effekt der Homocystein-Senkung, aber vielleicht gibt es ja neuere Daten? Immerhin wird das Thema doch weiterhin diskutiert, auch auf Fachtagungen.*

! **MMW-Experte Stiefelhagen:** Es gibt zu diesem Thema keine neuen Daten. Für eine Supplementierung gibt es somit keine Evidenz.

! **MMW-Experte Fießl:** Seit mindestens 20 Jahren geistert die Homocystein-Hypothese durch die medizinische Literatur. Sie ist wegen des attraktiven Modells nicht aus den Köpfen zu bekommen. In experimentellen Studien verursachte Homocystein oxidativen

Stress, Endothelschäden und erhöhte die Thrombophilie. Epidemiologische Untersuchungen zeigten eine unabhängige und dosisabhängige Assoziation zwischen der Homocystein-Konzentration und dem kardiovaskulären Risiko. Besonders attraktiv ist dabei, dass man den Homocystein-Spiegel durch Vitamin B₁₂, Folsäure und Vitamin E absenken kann. Wer würde nicht gerne sein kardiovaskuläres Risiko durch so positiv besetzte Substanzen wie „Vitamine“ senken. Schon diese Bezeichnung ist eine geniale Erfindung.

Leider sind entsprechende prospektive Interventionsstudien (HOPE 2 2006, SEARCH 2010) aber enttäuschend verlaufen: Die Supplementation hatte keinen Einfluss auf das kardiovaskuläre Risiko. Dies bestätigte auch die Metaanalyse von 2010, die acht randomisierte Studien mit über 37.000 Personen untersuchte.

Homocystein ist ein Risikoindikator eines ungesunden Lebensstils, aber kein eigenständiger Risikofaktor, dessen Beeinflussung etwas am kardiovaskulären Risiko ändern würde. Es wäre ja so schön, wenn mit einer täglichen Vitaminpille alle Probleme zu lösen wären. Aber nein, es bleibt dabei: Mehr Bewegung und gesünder essen. ■