

Wein beeinflusst kardiometabolische Risikomarker bei Diabetikern positiv

Die relativ kleine randomisierte Studie CASCADE ergab, dass ein Glas Wein zum Abendessen die Blutfette und den Blutzucker günstig beeinflusst.

In die israelische Studie wurden 224 Patienten aufgenommen. Alle Patienten wurden einem Blutdruck- und Herzfre-

quenzmonitoring unterzogen. Darüber hinaus wurden regelmäßige Untersuchungen der Gefäße per Duplex-Sonografie durchgeführt und die Blutzucker- und Blutwerte kontrolliert. Ferner erfolgten genetische Analysen zur Alkoholdehydrogenase (ADH). Die Patienten mussten zudem Fragebögen ausfüllen.

Patienten, die täglich 150 ml Rotwein und eine mediterrane Diät zu sich nahmen, hatten nach zwei Jahren signifikant höhere HDL-Cholesterin- und Apolipoprotein(a)-Werte als die Kontrollpatienten, die Mineralwasser und eine normale Diät zu sich nahmen. Rotwein hatte günstige Auswirkungen auf die HDL-Cholesterin-Spiegel. Eine Untergruppe, die statt Rotwein Weißwein zu sich nahm, hatte deutlich niedrigere Nüchternblutzuckerwerte im Vergleich zur Gruppe die „nur“ Mineralwasser trank. Beide weintrinkenden Gruppen hatten darüber hinaus niedrigere Triglyceridspiegel.

Es zeigten sich insgesamt keine Unterschiede bei der Leberfunktion, beim Körpergewicht und bei den Nebenwirkungen. Die Patientengruppen, die

Weißwein und Rotwein tranken, hatten einen deutlich besseren Schlaf ($p = 0,04$). In den weintrinkenden Gruppen hatten Träger der ADH1B*1-Allele (langsame Alkoholmetabolisierung) deutlich bessere Blutzuckerspiegel im Vergleich zu ADH2B*2-Homozygoten (schnelle Alkoholmetabolisierung). Sowohl die Nüchternblutzuckerwerte ($p = 0,01$) waren bei diesen Patienten niedriger als auch die HbA_{1c}-Werte ($p = 0,02$).

Gepner Y et al. Effects of Initiating Moderate Alcohol Intake on Cardiometabolic Risk in Adults With Type 2 Diabetes: A 2-Year Randomized, Controlled Trial. *Ann Intern Med.* 2015; 163(8): 569–579.

Kommentar

Die günstigen Effekte auf die Blutfette und den Blutzucker waren äußerst gering. Ob es wirklich Unterschiede bei den günstigen Effekten zwischen Rotwein und Weißwein gibt, bleibt fraglich. Der gesunde Menschenverstand sagt allerdings, dass man Diabetikern, die keinerlei Alkohol trinken, aufgrund dieser Studienergebnisse keinen Alkoholkonsum empfehlen sollte.



Prof. Dr. med. Curt Diehm
Max-Grundig-Klinik,
Bühlerhöhe/Baden
Baden



Ein Gläschen Wein am Abend schadet auch Diabetikern nicht.

© Kzenon / fotolia.com

Typ-2-Diabetes: Frühstück bessert postprandiale Werte später am Tag

Das Auslassen des morgendlichen Frühstücks ist mit einem erhöhten HbA_{1c}-Wert und erhöhten postprandialen Blutzuckerwerten bei Patienten mit Typ-2-Diabetes assoziiert. In dieser randomisierten Studie wurden die zugrundeliegenden Mechanismen näher evaluiert.

In die randomisierte Crossover-Studie wurden 22 Diabetiker mit einer mittleren Diabetesdauer von 8,4 Jahren und einem mittleren Alter von 56,9 Jahren sowie einem mittleren Body-Mass-Index (BMI) von 28,2 kg/m² und einem mittleren HbA_{1c}-Wert von 7,7 % aufgenommen. Die Randomisierung erfolgte in

zwei Gruppen mit unterschiedlichen Ernährungstagen. An einem Ernährungstag wurden drei Mahlzeiten bestehend aus einem morgendlichen Frühstück, einem Mittagessen und einem Abendessen eingenommen. Der Energiegehalt und die Makronutrientenzusammensetzung war bei allen Mahlzeiten gleich

(701 ± 8 kcal, 20 % Fett, 54 % Kohlenhydrate, 26 % Protein, 7 % Fasern; Frühstücksgruppe). In der anderen Gruppe bestand die Ernährung aus einem Mittagessen und einem Abendessen (ohne Frühstück). Die letzte medikamentöse Therapie bei diesen Typ-2-Diabetikern (12 Patienten unter Metformin) wurde 24 Stunden vor dem Testtag eingenommen.

Verglichen mit der Frühstücksgruppe zeigte die Gruppe ohne Frühstückseinnahme stärkere Anstiege von Glukose, freien Fettsäuren und Glucagon nach der Mittagsmahlzeit. Im Gegensatz dazu war der Anstieg von Insulin und intaktem GLP-1 in dieser Gruppe um 17 % und 19 % niedriger. In ähnlicher Weise