

In der Rubrik „Literatur kompakt“ werden die wichtigsten Originalarbeiten aus der internationalen Fachliteratur referiert.



© Mehmet Dilisiz / Fotolia.com

Vitamin D und Omega-3-Fettsäuren verhindern weder Krebs noch Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Die VITAL-Studie ist eine der größten Studien, in der die Zusammenhänge zwischen der Substitution von Vitamin D und Omega-3-Fettsäuren zur Prävention von Krebs und Herz-Kreislauf-Erkrankungen untersucht wurden.

In die VITAL-Studie wurden 25.871 gesunde Teilnehmer (50,6% Frauen) eingeschlossen. Der Beobachtungszeitraum betrug fünf Jahre (mittlere Studiendauer 5,3 Jahre). Das Durchschnittsalter lag bei 67,1 Jahren.

Die Studienteilnehmer wurden in vier Untergruppen randomisiert. Gruppe 1 erhielt 2.000 IE Vitamin D₃ (Cholecalciferol) plus 1 g/Tag Omega-3-Fettsäuren als Nahrungsergänzung. Gruppe 2 erhielt Vitamin D plus Placebo, Gruppe 3 Placebo plus Omega-3-Fettsäuren und Gruppe 4 zweimal Placebo.

Weder die Studienteilnehmer, die täglich 2.000 IE Vitamin D₃ einnahmen, noch diejenigen, die täglich 1 g Omega-3-Fettsäuren bekamen, zeigten im Vergleich zu Placebo

eine signifikante Reduktion der Inzidenz von Karzinomen oder eine Reduktion von Herzinfarkten, Schlaganfällen bzw. kardiovaskulär bedingten Todesfällen. Die primären Endpunkte wurden für beide Krankheitsentitäten verfehlt.

Als sekundärer Endpunkt wurde die Inzidenz von Mammakarzinomen, Prostatakarzinomen und kolorektalen Karzinomen dokumentiert. Für keine dieser Krebserkrankungen gab es nennenswerte Unterschiede in den Studiengruppen.

Sowohl in den Gruppen mit Vitamin-D-Gabe als auch in den Gruppen mit Omega-3-Fettsäure-Supplementation zeigten sich keine gravierenden Nebenwirkungen, weder Hyperkalzämien noch ein erhöhtes Blutungsrisiko. Die

Adhärenz der Patienten lag in allen Gruppen bei über 80 %.

Manson JE et al. Marine n-3 Fatty Acids and Prevention of Cardiovascular Disease and Cancer. *N Engl J Med.* 2019;380(1):23-32

Manson JE et al. Vitamin D Supplements and Prevention of Cancer and Cardiovascular Disease. *N Engl J Med.* 2019;380(1):33-44

Kommentar

Bezüglich des onkologischen Aspekts reiht sich das Ergebnis dieser großen Studie in die lange Liste von negativen Resultaten ein, die in den letzten Jahren mit Vitamin D in randomisierten kontrollierten Studien erzielt wurden. Frühere epidemiologische Studien und Querschnittsuntersuchungen hatten eine positive Assoziation gefunden. Die große australische D-Health-Studie zu dieser Thematik läuft derzeit noch. Mit den Ergebnissen ist frühestens 2025 zu rechnen. Die Erwartungen in diese Studie waren immens. Das Studiendesign war robust. Eine generelle Supplementierung mit Vitamin D und Omega-3-Fettsäuren zur Prävention von Karzinomen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen sollte man in der Praxis und der Klinik nicht durchführen. Allerdings führte die Substitution von Omega-3-Fettsäuren bei weißen Studienteilnehmern zu einer Reduktion des Herzinfarkttrisikos um 28 %, bei nicht weißen Studienteilnehmern zu einer Reduktion um 77 %. Diesen Einzelaspekt des sekundären Endpunkts sollte man im Auge behalten.



Omega-3-Fettsäuren scheinen nicht vor Herz- oder Krebserkrankungen zu schützen.



Prof. Dr. med. Curt Diehm
Max-Grundig-Klinik,
Bühl