

Sehr geehrte, liebe Frau Kollegin, sehr geehrter, Lieber Herr Kollege,

Sie werden das kennen: Überraschend häufig werden wir in der Sprechstunde mit der Frage konfrontiert, ob man nicht lieber „etwas Natürliches“ zur Cholesterinsenkung einnehmen könne, statt der schrecklich giftigen Statine. Man habe da was im Internet gelesen, und roter Reis soll ja ganz toll wirken ...

US-Amerikaner alleine gaben im Jahr 2020 ca. 50 Milliarden (!) Dollar für Nahrungsergänzungsmittel aus, obwohl es kaum Daten zur Wirkung gibt, insbesondere nicht im Cholesterinmanagement. Jetzt wurde die randomisierte, prospektive SPORT-Studie (Supplements, Placebo or Rosuvastatin Study) veröffentlicht. Bringt sie Licht ins Dunkel?

Herzliche kollegiale Grüße aus Ruit
Ihr Christian Herdeg

DIE INTERESSANTE STUDIE

NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL ZUR CHOLESTERINSENKUNG? DIE SPORT-STUDIE

Laffin LJ, Bruemmer D, Garcia M et al. Comparative Effects of Low-Dose Rosuvastatin, Placebo, and Dietary Supplements on Lipids and Inflammatory Biomarkers (The SPORT Randomized clinical trial). *J Am Coll Cardiol.* 2023 Jan, 81 (1) 1–12

- » Ziel der Studie war es, die Effekte von niedrig dosiertem Rosuvastatin, 6 gebräuchlichen Nahrungsergänzungsmitteln und Placebo auf Lipidwerte und Entzündungsparameter zu untersuchen.
- » Prospektive, randomisierte Single-Center Studie an 199 Erwachsenen (LDL-Spiegel zwischen 70–189 mg/dL).
- » Teilnehmer wurden randomisiert auf Rosuvastatin 5 mg täglich, Placebo, Fischöl (2400 mg), Zimt (2400 mg), Knoblauch (5000 µg Allicin), Kurkuma (4500 mg Bioperin), pflanzliche Sterole (1600 mg) oder Rotschimmelreis (2400 mg).
- » Das Durchschnittsalter der Patienten betrug 64,4 Jahre, 59 % Frauen.
- » Sekundäre Endpunkte waren Änderungen von hsCRP, HDL-Cholesterin, Gesamtcholesterin und Triglyzeriden.
- » Primärer Endpunkt war die prozentuale Veränderung des LDL-Cholesterins von Rosuvastatin nach 28 Tagen im Vergleich zu Placebo und den 6 Ergänzungsmitteln (untersucht in hierarchischer Ordnung und mittels covariater Analyse).
- » Die prozentuale LDL-Änderung unter Rosuvastatin war signifikant größer als mit Placebo und allen 6 Nahrungsergänzungsmitteln. ($P < 0.001$). Die Reduktion betrug $-35,2\%$ (95 % CI: $-41,3\%$ bis $-29,1\%$); Bei 50 % der Teilnehmer sank der LDL-Spiegel mit Rosuvastatin um mindestens 40 %.
- » Keines der 6 untersuchten Nahrungsergänzungsmittel reduzierte den LDL-Spiegel.
- » Unerwünschte Nebenwirkungen waren in allen Gruppen vergleichbar.

KOMMENTAR

Natürlich ist die Studie zu klein und auch viel zu kurz, um wirklich belastbare Daten zu liefern – und die Ergebnisse sind auch alles andere als überraschend. Aber es mag in der Diskussion mit unseren Patienten doch hilfreich sein, auf eine randomisierte Studie verweisen zu können, in der alle getesteten Nahrungsergänzungsmittel schlicht überhaupt nicht gewirkt haben – das Statin hingegen, wiederum natürlich erwartet, sehr wohl.



Prof. Dr. med. Christian Herdeg
Chefarzt der Klinik für Innere Medizin,
Herz- und Kreislauferkrankungen

TELEFON 0711 / 4488-11450
FAX 0711 / 4488-11459
E-MAIL c.herdeg@medius-kliniken.de

medius KLINIK OSTFILDERN-RUIT
AKADEMISCHES LEHRKRANKENHAUS
DER UNIVERSITÄT TÜBINGEN
Hedelfinger Straße 166
73760 Ostfildern

