

Nahrungsergänzungen sind wichtiger Teil der Gesundheitsvorsorge – Metaanalyse liefert keine Grundlage für Neubewertung



Bad Nauheim, 18. April 2008. Die regelmäßige Einnahme einer sinnvoll zusammen gesetzten Nahrungsergänzung mit antioxidativen Mikronährstoffen wie Vitamin C und E, Beta-Carotin, Zink und Selen ist nach aktuellem Erkenntnisstand ein sinnvolles Element individueller Gesundheitsvorsorge. Darauf weist die Gesellschaft zur Information über Vitalstoffe und Ernährung (GIVE e.V.) hin.

Aufgrund ihrer Auswertung verschiedener älterer Studienergebnisse war ein Team aus serbischen und dänischen Forschern zu dem Schluss gekommen, bestimmte Vitamine hätten die Lebensdauer der Studienteilnehmer eher verkürzt¹. Auf den zweiten Blick offenbart die statistische Arbeit allerdings eklatante wissenschaftliche Mängel, die keine Neubewertung des Nutzens einer Antioxidantien-reichen Ernährung ermöglichen.

So hatte das Team von über 750 aufgefundenen Studien nur 67 für die Übersichtsarbeit berücksichtigt. Allein 405 Studien fielen aus der Datenbasis, weil im Beobachtungszeitraum keine Todesfälle aufgetreten waren. Die berücksichtigten Studien unterschieden sich im Versuchsaufbau so stark, dass eine gemeinsame Datenbetrachtung unmöglich erscheint: Die Behandlungsdauer schwankte zwischen einem Tag und 12 Jahren, die untersuchten Mikronährstoffe und ihre Dosierung unterschieden sich stark, bis um den Faktor 500, es wurden unterschiedliche ethnische Gruppen mit stark divergierendem Gesundheitszustand bis hin zu chronischen Erkrankungen eingeschlossen. Die Beobachtungsdauer variierte von 28 Tagen bis zu 14 Jahren. Darüber hinaus galt als Bewertungskriterium die Mortalität, wobei die Todesursachen nicht berücksichtigt wurden. Die Auswertung geht vielmehr davon aus, dass alle Todesfälle mit der Einnahme oder Nicht-Einnahme von Antioxidantien kausal verknüpft waren. Eine solche Auswertung, so Prof. Dr. Jörg Hasford, Institut für Medizinische Informationsverarbeitung, Biometrie und Epidemiologie der Ludwig-Maximilians-Universität München, „kombiniert mehrfach fehlerhafte Vorgehensweisen mit verfälschender Darstellung und Berichterstattung und leistet keinen ernst zu nehmenden Beitrag zur Beantwortung der Fragestellungen.“²

„Es ist unverantwortlich, die Verbraucher aufgrund derartig einseitig ausgewählter Daten zu verunsichern“, so der Vorsitzende der GIVE, Rudolf Giedt. Wissenschaftlich seien die weit reichenden Folgerungen der Arbeitsgruppe, unter anderem den gesundheitspolitischen Status von Nahrungsergänzungen betreffend, anhand dieser Datenlage nicht nachvollziehbar. „Nach dem wissenschaftlichen Stand der Erkenntnis und den jahrzehntelangen Erfahrungen leisten ausgewogen dosierte Nahrungsergänzungen ergänzend zu einem gesunden Lebensstil einen wertvollen Beitrag zu Gesundheit und Wohlbefinden. Daran ändert diese fragwürdige Publikation sicher nichts.“



- 1) Bjelakovic G et al., Antioxidant supplements for prevention of mortality in healthy participants and patients with various diseases. Cochrane Database of Systematic Reviews (2) 2008, Ausgabe 2. Artikelnummer: CD007176. DOI: 10.1002/14651858.CD007176
- 2) Aus einem Vortrag anlässlich eines GVF Workshops am 25.07.2007 in München zum Thema „Vitamine & Co. in Studien und Metaanalysen – Wissenschaftliche Daten kritisch lesen und richtig interpretieren“

Kontakt:

GIVE Gesellschaft zur Information über Vitalstoffe und Ernährung e.V.
Frau Sepideh Roozbaniy
In der Laubach 24
61191 Rosbach
Tel.: +49-(0)6172-28 72 890
Fax +49-(0)6172-28 72 892
E-Mail: info@giveev.de