

VITAMIN E IN HOHER DOSIS STEIGERT MORTALITÄT

In Verbindung mit der Vitamin-A-Vorstufe Betakarotin ist eine erhöhte Mortalität seit längerem bekannt (a-t 2003; 34: 100-2). Für Vitamin E ließ sich dagegen in mehreren randomisierten Studien und aktuellen Metaanalysen weder ein Nutzen noch ein Schaden sichern. US-amerikanische und europäische Epidemiologen errechnen jetzt in einer erneuten gepoolten Auswertung eine dosisabhängige Gefährdung durch das Antioxidans:

In die Metaanalyse gehen 19 randomisierte kontrollierte Studien von mindestens einjähriger Dauer mit insgesamt knapp 136.000 Teilnehmern ein. Sie haben Vitamin E in unterschiedlicher Dosis und zum Teil in Kombination mit anderen Antioxidanzien eingenommen, um beispielsweise kardiovaskulären Erkrankungen oder einer Linsentrübung (Katarakt) vorzubeugen. Die Mehrzahl leidet an einer chronischen Erkrankung wie koronarer Herzkrankheit oder Morbus PARKINSON. Bei gemeinsamer Auswertung aller Studien steigt die Sterblichkeit von 1.022/10.000 Personen in den Kontrollgruppen unter Vitamin E nicht signifikant um 10/10.000 Personen (Risk Ratio 1,01; 95% Vertrauensbereich (CI) 0,98 bis 1,04). Werden jedoch Untersuchungen mit einer täglichen Vitamin-E-Dosis von mindestens 400 Einheiten separat analysiert, ergibt sich eine signifikant erhöhte Mortalität unter dem Antioxidans (Risikodifferenz 39/10.000 Personen; 95% CI 3 bis 74/10.000; Risk Ratio 1,04; 95% CI 1,01 bis 1,07). Für niedrigere Dosierungen lässt sich dagegen keine Risikosteigerung nachweisen. Wird die gleichzeitige Einnahme weiterer Antioxidanzien, zum Beispiel Vitamin C, in der Auswertung berücksichtigt, steigt die Sterblichkeit unter hoch dosiertem Vitamin E weiter an (Risikodifferenz 63/10.000 Personen; 95% CI 6 bis 119/10.000 Personen).

Als mögliche Gründe für die erhöhte Gesamtmortalität kommen unter anderem prooxidative Effekte von hoch dosiertem Vitamin E in Betracht sowie ein gestörtes Gleichgewicht des körpereigenen antioxidativen Systems (MILLER, E.R. et al.: Ann. Intern. Med. 2004; 142; zu finden unter: <http://www.annals.org/cgi/content/full/0000605-200501040-00110v1>). Ein Nutzen von Vitamin E hinsichtlich der Behandlung oder Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs, Katarakt, altersbedingter Makuladegeneration oder Erkältungskrankheiten ist nicht belegt. Unabhängig von der Dosierung raten wir von der Einnahme ab, -Red.

Redaktion **arznei-telegramm**