

Wer profitiert von Antioxidantien?

r -- Hercberg S, Galan P, Preziosi P et al. The SU.VI.MAX Study: a randomized, placebo-controlled trial of the health effects of antioxidant vitamins and minerals. Arch Intern Med 2004 (22. November); 164: 2335-42

[\[LINK\]](#)

Zusammenfassung: Peter Ritzmann

Verschiedene grosse, randomisierte Studien konnten keinen generellen Nutzen von antioxidativen Vitaminen oder Mineralien zur Prävention chronischer Krankheiten belegen. Zwei neuere systematische Übersichten brachten sogar Hinweise auf eine erhöhte Mortalität unter verschiedenen antioxidativen Vitaminen (infomed-screen Januar 2005). In dieser französischen Studie wurde ein vergleichsweise niedrig dosiertes Kombinationspräparat mit den Vitaminen C und E, Beta- Carotin, Selen und Zink mit Placebo verglichen.

Bei den 13'000 Untersuchten fanden sich nach einer medianen Beobachtungszeit von 7,5 Jahren insgesamt keine signifikanten Unterschiede in der Inzidenz von Krebs- oder Kreislauferkrankungen und in der Gesamtmortalität. In einer Untergruppen-Analyse fand sich für Männer, nicht aber für Frauen ein vermindertes Krebsrisiko (relatives Risiko 0,69; 95% CI 0,53–0,91) und auch eine niedrigere Mortalität. Die Studienverantwortlichen versuchen, den Unterschied der Geschlechter mit der geringeren Einnahme von Antioxidantien, insbesondere von Beta-Carotin durch die Männer der untersuchten Population zu erklären.

Die bisher letzte der grossen Präventionsstudien mit Antioxidantien- Supplementen bestätigt, dass diese der breiten Bevölkerung nichts bringen. Subgruppen-Analysen sind mit Vorsicht zu interpretieren, einen vergleichbaren Effekt bei Männern haben andere Studien nicht beobachtet. Plausibel erscheint dem Aussenstehenden am ehesten, dass Leute, die wenig Früchte und Gemüse zu sich nehmen, von einem niedrigdosierten Antioxidantien- Supplementum profitieren könnten. Diese Hypothese müsste aber noch mit einer entsprechend geplanten Studie bewiesen werden.

Zusammengefasst von Peter Ritzmann