

---

## Fischöl gegen Alzheimer-Demenz — nutzlos

r -- Quinn JF, Raman R, Thomas RG et al. Docosahexaenoic acid supplementation and cognitive decline in Alzheimer disease: a randomized trial. JAMA 2010 (3. November); 304: 1903-11

[\[LINK\]](#)

---

Docosahexaensäure (DHA), eine Omega-3-Fettsäure, gilt als wichtigste biologisch aktive Substanz im Fischöl. Da aufgrund von Beobachtungsstudien vermutet wurde, dass regelmässiger Verzehr von Fischen oder Fischölprodukten das Fortschreiten einer Alzheimer-Erkrankung aufhalten könnte, wurde der Nutzen einer DHA-Substitution bei 402 Personen mit einer leichten bis mittelschweren Alzheimer-Demenz geprüft. Leider konnte nach 18 Monaten kein positiver Einfluss dieser Substanz auf den kognitiven Abbau im Vergleich zu Placebo gezeigt werden.