

Multivitamin-Präparat schützt nicht vor Herzinfarkt

r -- Sesso HD, Christen WG, Bubes V et al. Multivitamins in the prevention of cardiovascular disease in men: the Physicians' Health Study II randomized controlled trial. JAMA 2012 (7. November); 308: 1751-60

[\[LINK\]](#)

Zusammenfassung: Peter Ritzmann

Mehrere Studien mit hochdosierten Vitaminpräparaten haben in der Primärprävention von kardiovaskulären und Krebs-Erkrankungen keinen Nutzen gezeigt. Die hier präsentierten Ergebnisse stammen aus der «Physicians' Health Study II», in der auch ein niedrigdosiertes Multivitamin-Präparat (Centrum® Silver) untersucht wurde. In die Studie wurden 14'641 Ärzte im Alter über 50 aufgenommen. Diese wurden nach dem Zufall in verschiedene Gruppen eingeteilt, die jeweils 4 Supplemente (das erwähnte Multivitamin-Präparat, ein Vitamin-C-Präparat, ein Vitamin-E-Präparat und ein Betacaroten-Präparat oder ein jeweils entsprechendes Placebo) erhielten. In der aktuellen Publikation wird über die Resultate für das Multivitamin-Präparat berichtet. Als primärer Endpunkt der Auswertung diente eine Kombination von schweren kardiovaskulären Ereignissen (Myokardinfarkt, Schlaganfall oder Tod an einer kardiovaskulären Erkrankung).

Verglichen mit denjenigen, die das entsprechende Placebo erhalten hatten, fand sich kein Vorteil für diejenigen, die das Multivitamin-Präparat eingenommen hatten. Während einer medianen Beobachtungszeit von 11 Jahren ereigneten sich 1'732 schwere kardiovaskuläre Ereignisse. Das Risiko dafür war in beiden Gruppen vergleichbar (11 Ereignisse pro 1'000 Beobachtungsjahre). Auch für die einzelnen kardiovaskulären Endpunkte und die Gesamtmortalität fanden sich keine signifikanten Unterschiede zwischen Multivitamin-Präparat und Placebo.

Im Vergleich zu anderen Studien wurde in der «Physicians' Health Study II» unter anderem auch der Nutzen eines vergleichsweise niedrigdosierten Multivitamin-Präparates untersucht. Das Ergebnis entspricht aber dem, was in fast allen randomisierten Vitaminstudien herausgekommen ist: Vitaminpräparate helfen nicht, kardiovaskulären Erkrankungen vorzubeugen. Dass für Leute, die Vitaminpräparate einnehmen, in Kohortenstudien ein niedrigeres kardiovaskuläres Risiko gefunden wurde, liegt somit nicht an der Einnahme der Supplemente, sondern muss durch andere Faktoren (z.B. eine sonst gesündere Ernährung und eine bessere Bildung) erklärt werden.

Zusammengefasst von Peter Ritzmann