

Kalziumsupplemente steigern Herzinfarktrisiko

Donnerstag, 24. Mai 2012

Zürich – Die regelmäßige Einnahme von Kalziumsupplementen könnte das Herzinfarktrisiko erhöhen. Zu diesem Ergebnis kommt eine Analyse der EPIC-Studie in Heart (2012; 98: 920-925). Die Bewertung fällt unterschiedlich aus.

Kalziumsupplemente sind ein vor allem bei älteren Frauen beliebtes Mittel zur Vorbeugung einer Osteoporose. In den meisten wissenschaftlichen Studien war der Einfluss auf das Frakturrisiko jedoch marginal. Die Therapie gilt nicht als evidenzbasiert und die meisten Leitlinien raten eher zu einer ausgewogenen Ernährung, die in der Regel eine ausreichende Kalziumzufuhr sicher stellen kann.

Eine zusätzliche Zufuhr über den Bedarf hinaus könnte sogar schädlich sein. Schließlich ist Kalzium nicht nur ein wichtiges Mineral für den Knochen. Es findet sich auch in den atherosklerotischen Plaques, die Ausgangspunkt von Herzinfarkt, Schlaganfall und peripherer arterieller Verschlusskrankheit sind.

Für Aufsehen sorgte zuletzt eine Meta-Analyse der Gruppe um Mark Bolland von der Universität in Auckland, Neuseeland. Die Forscher kamen auf der Basis von 15 randomisierten Studien zu dem Schluss, dass die Einnahme von Kalziumsupplementen das Risiko auf einen Herzinfarkt um 27 Prozent erhöht (BMJ 2010; 341: c3691).

Eine Auswertung des Heidelberger Arms der EPIC-Studie (European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition) kommt jetzt zu einem ähnlichen Ergebnis. Von den 23.980 Teilnehmern im Alter von 35 bis 64 Jahren, die zu Beginn der Studie frei von kardiovaskulären Erkrankungen waren, erlitten in den 11 Jahren der Nachbeobachtung 354 einen Herzinfarkt und 260 einen Schlaganfall. Insgesamt wurden 267 kardiovaskuläre Todesfälle dokumentiert.

Die Auswertung der Daten durch die Gruppe um Sabine Rohrmann vom der Universität Zürich ergab nun, dass das Risiko auf einen Herzinfarkt für Teilnehmer, die Kalziumsupplemente einnahmen, um 86 Prozent erhöht war (Hazard Ratio HR 1,86; 95-Prozent-Konfidenzintervall 1,17-2,96). Bei Teilnehmern, die nur Kalzium, aber keine weiteren Mineralien oder Vitamine einnahmen, war das Risiko sogar mehr als zweifach erhöht (HR 2,39; 1,12-5,12). Ein Einfluss auf die Rate von Schlaganfällen oder die kardiovaskuläre Sterblichkeit war nicht zu erkennen.

Bolland fühlt sich in einem Editorial in seinen Zweifeln an der Sicherheit von Kalziumsupplementen bestätigt. Diese seien in früheren Studien auch mit der Entwicklung von

Nierensteinen sowie gastrointestinalen Beschwerden in Verbindung gebracht worden, schreibt der Forscher.

Die British Heart Foundation sprach sich in einer ersten Stellungnahme gegen übereilige Reaktionen aus. Die Patienten sollten die Präparate nicht eigenwillig absetzen, sondern sich zunächst mit ihrem Arzt in Verbindung setzen. Tatsächlich kann eine prospektive Beobachtungsstudie wie EPIC nicht zweifelsfrei belegen, dass Kalziumsupplemente die Ursache von Herzinfarkten sind.

Angesichts der fehlenden Evidenz für einen klinischen Nutzen dürften die jetzigen Ergebnisse jedoch die häufige unkritische Empfehlung infrage stellen, zumal eine ausgewogene Ernährung für eine ausreichende Zufuhr von Kalzium sorgt. Interessanterweise zeigen die EPIC-Daten, dass Teilnehmer mit einer moderaten Zufuhr von Kalzium (3. Quartil, durchschnittlich 820 mg/die) ein vermindertes Herzinfarktrisiko hatten.

© *rme/aerzteblatt.de*