



Deutsche Gesellschaft für Kardiologie –  
Herz- und Kreislaufforschung e.V. (DGK)

Achenbachstr. 43, 40237 Düsseldorf

Geschäftsstelle: Tel: 0211 / 600 692 - 0 Fax: 0211 / 600 692 - 10 E-Mail: info@dgk.org  
Pressestelle: Tel: 0211 / 600 692 - 51 Fax: 0211 / 600 692 - 10 E-Mail: presse@dgk.org

**Pressemitteilung**

*Abdruck frei nur mit Quellenhinweis: Presstext DGK 04/2011*

## **„Cholesterinsenkende“ Lebensmittel: Ernste Experten- Zweifel am Gesundheitsnutzen zugesetzter Pflanzenstoffe**

**Vom 27. – 30. April 2011 findet in Mannheim die 77. Jahrestagung  
der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie (DGK) statt**

**Mannheim, Freitag, 29. April 2011** – Pflanzliche Sterine oder Phytosterole, mit denen verschiedene Nahrungsmittel wie Margarine oder Milchprodukte angereichert sind, haben nicht nur keinen nachgewiesenen Nutzen für die Herzgesundheit, sondern könnten sogar negative Effekte haben. Bevor Lebensmittel mit Phytosterolen empfohlen werden könnten, seien mehr Daten zur Wirksamkeit und Sicherheit nötig, forderten Experten heute auf der 77. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung (DGK) präsentiert wurden. Bis Samstag diskutieren in Mannheim mehr als 7000 Teilnehmer aus rund 25 Ländern aktuelle Entwicklungen aus allen Bereichen der Kardiologie.

Ein Grund für den Zweifel der Wissenschaftler an der Sinnhaftigkeit von mit Pflanzensterinen angereicherten Lebensmitteln: Es gibt keinen Nachweis dafür, dass die mögliche cholesterinsenkende Wirkung der Phytosterole einen messbaren Nutzen für die Herzgesundheit bringt. „Statine hemmen die HMG-CoA-Reduktase, das Geschwindigkeits-bestimmende Enzym der körpereigenen Cholesterinsynthese in der Leber und senken dadurch das Cholesterin im Blut. Große klinische Studien haben bewiesen dass Statine das Risiko von Herz-Kreislaufkrankungen senken“, sagte Dr. Oliver Weingärtner (Universität des Saarlandes, Homburg/Saar). „Für das Konzept der Cholesterinresorptionshemmung durch Nahrungsmittelsupplementation mit Phytosterolen liegen dagegen keine belastbaren Studienergebnisse vor, die die Wirksamkeit im Hinblick auf Patienten-relevante klinische Endpunkte wie zum Beispiel Schlaganfall- oder Herzinfarktrisiko belegen.“

### **Tagesration 425 Tomaten, 150 Äpfel**

Dazu kommt, so der Experte, ein Dosisproblem: „Soll durch Phytosterine aus der Nahrung das Cholesterin tatsächlich um zehn Prozent reduziert werden, so wären Mengen von zwei Gramm und mehr pro Tag nötig“, so Dr. Weingärtner. „Um das über Obst und Gemüse zu erreichen, müssten beispielsweise 425 Tomaten, 150 Äpfel, oder 11 Tassen Erdnüsse am Tag verzehrt werden.“ Werde „Functional Food“ mit solchen Mengen an Phytosterolen angereichert, entspreche dies nicht dem Ansatz einer „gesunden Ernährung“, so Prof. Dr. Ulrich Laufs (Universität des Saarlandes, Homburg/Saar): „Dann handelt es sich um eine Maßnahme, die mit einem Medikament vergleichbar ist, und entsprechend sorgfältig muss man damit umgehen.“

## **Mögliche Gesundheitsrisiken**

Dies schon deshalb, weil eine Reihe von experimentellen und klinischen Untersuchungen Hinweise liefern, dass Phytosterole, die sich im Körper ablagern, möglicherweise sogar negative Effekte auf Herz und Gefäße haben könnten. Dazu kommt, wie sich im Tierversuch gezeigt hat, dass sich die Pflanzensterine dauerhaft im Gehirn – nämlich in der Lipidbasis von Zellmembranen – anlagern. „Wegen der Hinweise auf Risiken und aufgrund eines fehlenden Beleges für eine positive Wirkung sind vor einer Empfehlung von Lebensmitteln mit Phytosterolen weitere Daten zur Wirksamkeit und Sicherheit erforderlich“, so Dr. Weingärtner.

*Quellen: Weingärtner et al., Plant sterol and stanol esters induce differential effects on oxidative stress, inflammation, leucocytes, vascular function and tissue concentrations in mice. Abstract V1268, Clin Res Cardiol 100, 201; Vanmierlo et al, Irreversible accumulation of plant sterols in the brain. Abstract P1305, Clin Res Cardiol 100, 201;*

### **Kontakt:**

Pressestelle der DGK  
Achenbachstraße 43  
40237 Düsseldorf  
Tel.: 0211 / 600692 - 51  
Fax: 0211 / 600692 - 10  
Prof. Dr. Eckart Fleck (Pressesprecher, Berlin)  
E-Mail: fleck@dhzb.de  
Christiane Limberg (Pressereferentin, Düsseldorf)  
E-Mail: limberg@dgk.org

### **Vom 27.-30. April 2011 in Mannheim:**

Kongress-Pressebüro: 0621 / 4106 - 5002  
B & K Medien- und Kommunikationsberatung: 0621 / 4106 - 5005;  
mobil 0043-676-6356775

*Die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz und Kreislaufforschung e.V. (DGK) mit Sitz in Düsseldorf ist eine wissenschaftlich medizinische Fachgesellschaft mit heute mehr als 7500 Mitgliedern. Ihr Ziel ist die Förderung der Wissenschaft auf dem Gebiet der kardiovaskulären Erkrankungen, die Ausrichtung von Tagungen und die Aus-, Weiter- und Fortbildung ihrer Mitglieder. 1927 in Bad Nauheim gegründet, ist die DGK die älteste kardiologische Gesellschaft in Europa. Weitere Informationen unter [www.dgk.org](http://www.dgk.org).*