

Erwünschter Nebeneffekt: weniger tödliche Schlaganfälle und Herzinfarkte durch Folsäure-Anreicherung

Wissenschaftliche Daten eines Forscherteams des US-National Center on Birth Defects and Developmental Disabilities in Atlanta (American Heart Association 2004) erhärteten jetzt, was schon länger diskutiert wird: Die Anreicherung von Mehl mit Folsäure in den USA bedeutet aktiven Herz-Kreislauf-Schutz. Ursprünglich wurde die Mehlanreicherung zur Senkung von Neuralrohredefekten eingeführt. Dabei handelt es sich um schwere Fehlbildungen beim Umgeborenen, die lebenslange Behinderungen nach sich ziehen können. Eine Form davon ist der so genannte "offene Rücken".

Dass Folsäure auch für Herz und Kreislauf wichtig ist, weiß man aufgrund der biochemischen Stoffwechselwege schon länger: Folsäure ist ein Schlüsselvitamin für den Abbau der Aminosäure Homocystein, und Homocystein ist schädlich für die Gefäße. Bisher fehlten jedoch epidemiologische Belege zum direkten Zusammenhang zwischen Herz-Kreislauf-Krankheiten und der Folsäure. Zudem ließ eine Interventionsstudie mit Schlaganfall-Patienten an der Wirksamkeit von Präparaten mit Folsäure, Vitamin B6 und B12 zweifeln (Toole et al. 2004). "Dass Folsäure bei dieser Studie keinen Zusatznutzen hatte, war zu erwarten. Zum einen erhielten die Patienten die bestmögliche medikamentöse Versorgung und zum anderen griff die zu diesem Zeitpunkt bereits eingeführte Folsäureanreicherung von Mehl in den USA. Noch mehr Folsäure konnte daher zu keiner weiteren Verbesserung führen", so Professor Dr. Klaus Pietrzik, Folsäureforscher an der Universität in Bonn.

Mit den jetzt vorliegenden Ergebnissen aus Atlanta scheint die Wissenslücke um Folsäure ein Stück weiter geschlossen zu sein: Nach Schätzung von Dr. Quanhe Yang, dem Studienleiter, konnten seit der obligatorischen Folsäure-Anreicherung in den USA jährlich 31.000 tödliche Schlaganfälle und 17.000 tödliche Herzinfarkte verhindert werden. Sollten diese Zahlen nicht auch Deutschland aufmerksam werden lassen?

Zwei Fakten sprechen dafür: Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind die Todesursache Nummer 1 in Deutschland, und die Folsäure-Versorgung ist nicht optimal. Erste Schritte wurden mit der Anreicherung von zwei Grundnahrungsmitteln, nämlich Mehl und Salz, hierzulande bereits vorgenommen. Dennoch ist weitere Aufklärungsarbeit unbedingt notwendig, um die Menschen auch in Deutschland effektiver vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu schützen.

Quellen:

American Heart Association. Meeting Report 03/05/2004. www.americanheart.org, Zugang am 30. April 2004.

Toole JF, Malinow MR, Chambless LE, Spence JD, Pettigrew LC, Howard VJ, Sides EG, Wang CH, Stampfer M: Lowering homocysteine in patients with ischemic stroke to prevent recurrent stroke, myocardial infarction, and death: the vitamin intervention for stroke prevention (VISP) randomized controlled trial. JAMA 291, 565-575, 2004.

Arbeitskreis Folsäure & Gesundheit

April 2004