

Käse essen für die Herzgesundheit

Datum: 05.12.2022

Original Titel:

The association between dairy intake and risk of cardiovascular disease and mortality in patients with stable angina pectoris.

Kurz & fundiert

- Haben Milchprodukte Einfluss auf Herzgesundheit?
- Interventionsstudie mit 1 929 Probanden
- Milch mit erhöhtem Mortalitäts- und Schlaganfallrisiko assoziiert
- Käse mit verringertem Herzinfarkttrisiko assoziiert
- Erhöhtes Herzinfarkttrisiko durch Butter

MedWiss - Der Zusammenhang von Milchprodukten und Herz-Kreislauf-Erkrankungen wird in der Literatur intensiv diskutiert. Eine aktuelle Studie kam nun zu dem Ergebnis, dass dieser Zusammenhang differenziert betrachtet werden muss.

Das Ziel einer norwegischen Studie war es, den Zusammenhang zwischen der Aufnahme von Milch und Milchprodukten und dem Risiko eines akuten Myokardinfarkts, eines Schlaganfalls, der kardiovaskulären Mortalität und der Gesamtmortalität zu untersuchen.

Interventionsstudie mit 1 929 Teilnehmern

Es wurden 1 929 Patienten (80 % Männer; Durchschnittsalter 62 Jahre) mit stabiler Angina pectoris aus einer norwegischen Interventionsstudie zum Thema B-Vitamine eingeschlossen. Die Ernährungsgewohnheiten wurden über einen 169-Punkte-Fragebogen zur Lebensmittelhäufigkeit erhoben. Die mittlere (\pm SD) Milchaufnahme betrug in der Studienpopulation 169 ± 108 g/1 000 kcal. Die medianen Nachbeobachtungszeiten betrugen 5,2 (Schlaganfall), 7,8 (Herzinfarkt) bzw. 14,1 Jahre für die Mortalität. Eine höhere Aufnahme von Molkereiprodukten und Milch (50 g/1 000 kcal) war positiv mit dem Schlaganfallrisiko (Molkereiprodukte; HR 1,14; 95 % KI: 1,02 - 1,27) und (Milch; HR 1,13; 95 % KI: 1,02 - 1,27), der kardiovaskulären Mortalität (Molkereiprodukte; HR 1,06; 95 % KI: 1,00 - 1,12) und (Milch; HR 1,07; 95 % KI: 1,01 - 1,13) und der Gesamtmortalität (Molkereiprodukte; HR 1,07; 95 % KI 1,03 - 1,11) und (Milch; HR 1,06; 95 % KI 1,03 - 1,10) assoziiert. Eine höhere Käseaufnahme war umgekehrt mit dem Herzinfarkt-Risiko assoziiert (HR 0,92 ; 95 % KI: 0,83 - 1,02) pro 10 g/1 000 kcal. Butter war mit einem erhöhten Herzinfarkt-Risiko (HR 1,10; 95 % KI 0,97 - 1,24) und einer erhöhten Gesamtmortalität (HR 1,10; 95 % KI 1,00 - 1,20) pro 5 g/1 000 kcal assoziiert.

Gesundheitlichen Nutzen von Milchprodukten differenziert betrachten

Ein höherer Konsum von Milch und Molkereiprodukten war demnach mit einem erhöhten Mortalitäts- und Schlaganfallrisiko assoziiert. Käse wurde mit einem verringerten und Butter mit einem erhöhten Herzinfarkt-Risiko in Verbindung gebracht. Milchprodukte sind eine heterogene Lebensmittelgruppe mit unterschiedlichen, gesundheitlichen Auswirkungen. Milchprodukte sollten daher einzeln betrachtet und nicht über einen Kamm geschoren werden.

Referenzen:

Van Parys A, Sæle J, Ptaschitz NG, Anfinson ÅM, Karlsson T, Olsen T, Haugsgjerd TR, Vinknes KJ, Holven KB, Dierkes J, Nygård OK, Lysne V. The association between dairy intake and risk of cardiovascular disease and mortality in patients with stable angina pectoris. *Eur J Prev Cardiol.* 2022 Sep 22:zwac217. doi: 10.1093/eurjpc/zwac217. Epub ahead of print. PMID: 36134600.