

## Zusammenhang zwischen Vitamin D und dem Risiko, an KHK oder Schlaganfall zu sterben

**Datum:** 25.05.2018

**Original Titel:**

Relationship Between Dietary Vitamin D and Deaths From Stroke and Coronary Heart Disease: The Japan Collaborative Cohort Study

Ausreichend Vitamin D – eine lebensnotwendige Substanz, die vom Körper mithilfe von Sonnenlicht selbst hergestellt werden kann – scheint für die Gesundheit von großer Bedeutung zu sein. Es konnte nämlich gezeigt werden, dass ein Vitamin-D-Mangel mit einem erhöhten Risiko für zahlreiche Erkrankungen einhergeht. Die Rolle von Vitamin D bei der koronaren Herzkrankheit (KHK) ist jedoch nicht eindeutig geklärt und wird derzeit stark diskutiert. In einer erst kürzlich veröffentlichten Studie konnte kein Zusammenhang zwischen der Vitamin-D-Versorgung und der KHK gefunden werden (Studie von López-Bautista und Kollegen, 2017 in der medizinischen Fachzeitschrift *Gaceta médica de México* veröffentlicht). Andere Studien behaupteten hingegen Gegenteiliges. In einer Studie konnte gezeigt werden, dass eine niedrige Vitamin-D-Versorgung das Risiko für KHK erhöht (Studie von Brøndum-Jacobsen und Kollegen, 2012 in der medizinischen Fachzeitschrift *Arteriosclerosis, thrombosis, and vascular biology* veröffentlicht).

### **Forscher untersuchten die Vitamin-D-Zufuhr von mehr als 58000 gesunden Studienteilnehmern**

Wissenschaftler aus Japan und Ägypten ergänzten nun die derzeitige Datenlage mit einer neuen Studie. Sie untersuchten den Zusammenhang zwischen der Vitamin-D-Zufuhr und dem Risiko, an einem Schlaganfall oder an der koronaren Herzkrankheit zu sterben. Hierfür sammelten sie Daten von 58646 gesunden, japanischen Erwachsenen (23099 Männer und 35547 Frauen), die zwischen 40 und 79 Jahre alt waren. Die Vitamin-D-Zufuhr dieser Personen wurde mithilfe eines bestimmten Fragebogens zu deren Ernährungsverhalten ermittelt. Die Patienten wurden durchschnittlich 16,5 Jahre lang begleitet.

### **Eine geringere Vitamin-D-Zufuhr erhöhte das Risiko, an einem Schlaganfall zu sterben**

Während der Beobachtungszeit verstarben 1514 Personen an einem Schlaganfall und 702 Personen aufgrund einer KHK. Auffällig war, dass das Risiko, an einen Schlaganfall zu sterben, mit der Vitamin-D-Zufuhr zusammenhing. Das Sterberisiko war hier höher, wenn weniger Vitamin D (weniger als 110 IU/Tag im Vergleich zu mindestens 440 IU/Tag) zu sich genommen wurde. Interessanter Weise konnte jedoch kein Zusammenhang zwischen der Vitamin-D-Zufuhr und dem Risiko, an einer KHK zu sterben, festgestellt werden.

Personen, die genügend Vitamin D zu sich nahmen, hatten somit ein geringeres Risiko an einem Schlaganfall zu sterben. Zwischen dem Risiko, an einer KHK zu sterben, und der Vitamin-D-Zufuhr schien es hingegen keinen Zusammenhang zu geben. Anders als hier konnte in einer erst kürzlich veröffentlichten Studie jedoch ein Trend beobachtet werden, dass KHK-Patienten ein geringeres Risiko für Folgeerkrankungen hatten, wenn sie Vitamin-D-Nahrungsergänzung bekamen (Studie von Navarro-Valverde und Kollegen, 2018 in der medizinischen Fachzeitschrift *Medicina clínica*

veröffentlicht). Dieser Trend ist alleine jedoch nicht aussagekräftig und statistische Analysen gaben an, dass es sich dabei um einen Zufall handeln könnte und der positive Effekt wahrscheinlich nicht auf die Vitamin-D-Nahrungsergänzung zurückzuführen ist. Um diesen Umstand abzuklären sind weitere, größer angelegte Studien notwendig. Bisher kommt jedoch der Verdacht auf, dass Vitamin D nicht im Zusammenhang mit der KHK steht.

**Referenzen:**

Sheerah HA, Eshak ES, Cui R, Imano H, Iso H, Tamakoshi A; Japan Collaborative Cohort Study Group. Relationship Between Dietary Vitamin D and Deaths From Stroke and Coronary Heart Disease: The Japan Collaborative Cohort Study. *Stroke*. 2018 Feb;49(2):454-457. doi: 10.1161/STROKEAHA.117.019417. Epub 2018 Jan 8.