

Mit Vitamincocktail gegen AMD?

Eine plazebokontrollierte Studie spricht für einen möglichen Nutzen

Die Supplementierung mit den Vitaminen B₆, B₁₂ und Folsäure kann möglicherweise vor altersbedingter Makuladegeneration (AMD) schützen. Das zeigt eine plazebokontrollierte Langzeitstudie bei Frauen, die unter einer kardiovaskulären Krankheit leiden.

ARCHIVES OF INTERNAL MEDICINE

Die AMD ist in Industrienationen die häufigste Erblindungsursache bei über 50-Jährigen. Bis heute gibt es trotz gewisser therapeutischer Fortschritte keine Aussicht auf Heilung. Auch fehlt es, abgesehen von der Aufgabe des Rauchens, an der Möglichkeit, das Risiko, an AMD zu erkranken, zu verringern. Ein möglicher präventiver Ansatzpunkt könnte jedoch die Beeinflussung des Homocysteinspiegels im Blutplasma sein: Studien legen die Vermutung nahe, dass es einen Zusammenhang zwischen Homocystein und dem Auftreten einer AMD gibt. Ist Homocystein also ein (beeinflussbarer) Risikofaktor für AMD? Bekannt ist, dass bei Plasmakonzentrationen über 2,0 mg/l die Entwicklung einer vaskulären Dysfunktion begünstigt wird. Homocysteinämie gilt als ein unabhängiger Risikofaktor für Arteriosklerose und kardiovaskuläre Krankheiten. Interventionsstudien haben zudem gezeigt, dass durch Einnahme von Folsäure, Vitamin B₆ (Pyridoxin) und Vitamin B₁₂ (Cyanoco-

balamin) die Endotheldysfunktion wieder rückgängig gemacht werden kann. Der Versuch jedoch, bei Patienten mit Herz-Kreislauf-Krankheiten die Zahl der kardiovaskulären Ereignisse durch Absenken des Homocysteinspiegels zu reduzieren, hat bisher nicht zum Erfolg geführt.

AMD-Risiko um 40 Prozent gesenkt

Jetzt zeigt sich erstmals in einer gross angelegten randomisierten Studie, dass die Supplementierung von Folsäure und den beiden Vitaminen B₆ und B₁₂ womöglich das AMD-Risiko zu verringern vermag. An der Untersuchung, die in den «Archives of Internal Medicine» publiziert wurde, nahmen mehr als 5000 Frauen teil, die unter einer kardiovaskulären Krankheit litten oder bei denen mindestens drei kardiovaskuläre Risikofaktoren festzustellen waren. Das durchschnittliche Lebensalter der Frauen betrug 62 Jahre bei Aufnahme in die Studie. Eine Hälfte der Studienteilnehmerinnen wurde mit 2,5 mg/Tag Folsäure, 50 mg/Tag Vitamin B₆ und 1 mg/Tag Vitamin B₁₂ supplementiert, die andere Hälfte erhielt Plazebo. Nach durchschnittlich 7,3 Behandlungsjahren zeigte sich, dass das AMD-Risiko unter Einnahme der Vitamine um 35 bis 40 Prozent verringert werden konnte. In Absolutzahlen stellt sich die Ausbeute wie folgt dar: In der Verumgruppe erkrankten 55 Frauen an AMD, in der Plazebogruppe waren es 82. Berücksichtigt man nur die AMD-Patienten mit signifikant eingeschränktem Visus, so fanden sich 26 in der Behandlungsgruppe, 44 in der Plazebogruppe. Der Behandlungseffekt setzte etwa 2 Jahre nach Einnahme ein und blieb dann über den gesamten Zeit-

raum bestehen. Dennoch, so die Autoren, sei nicht mit letzter Sicherheit ausgeschlossen, dass es sich um einen Zufallsbefund handle. Und ob sich die mutmassliche präventive Wirkung tatsächlich mit einem abgesenkten Homocysteinspiegel erklären lässt, beantwortet die Studie nicht. Die entsprechenden Plasmaspiegel wurden nur eingeschränkt dokumentiert. Bei Patienten in der Supplementierungsgruppe lagen die Homocysteinspiegel allerdings um 18,5 Prozent niedriger als bei jenen, die Plazebo eingenommen hatten.

Nicht ausgeschlossen werden kann nach Meinung der Autoren, dass die Effekte beispielsweise auf eine direkte antioxidative Wirkung der Folsäure oder auf eine Erhöhung der NO-Konzentration in den Choroidalgefässen zurückzuführen sind. Die Autoren fordern weitere Studien zur Aufklärung dieser Frage. Zudem sei es dringend notwendig, die erzielten Ergebnisse an anderen Patientenkollektiven zu überprüfen. Sollten sich die jüngsten Daten bestätigen, könnte sich die Vitaminsupplementierung ihrer Meinung nach zu einem wichtigen präventiven Ansatz mausern, vor allem auch, weil es an Alternativen dazu bis anhin fehlt. ■

Uwe Beise

William G. Christen, et al.: Folic acid, pyridoxine, and cyanocobalamin combination treatment and age-related macular degeneration in women. The women's antioxidant and folic acid cardiovascular study. Arch Intern Med 2009; 169 (4): 335-341.

Interessenlage: Die Studie wurde unterstützt vom National Heart, Lung, and Blood Institute und vom National Eye Institute.

Merksätze

- Die Supplementierung von Folsäure, Vitamin B₆ und Vitamin B₁₂ senkt die Zahl der AMD-Fälle bei Frauen mit kardiovaskulären Krankheiten.
- Die Ergebnisse müssen nun zunächst in weiteren Studien und an anderen Patientenkollektiven bestätigt werden.