

Milch setzt die kardiovaskuläre Wirkung von Tee ausser Kraft

Ohne Milch, bitte!

Wer seinen Tee mit Milch trinkt, macht dessen günstige Auswirkungen auf das Blutgefäßsystem zunichte. Das will eine Arbeitsgruppe an der Charité-Universitätsklinik Berlin herausgefunden haben (<http://eurheartj.oxfordjournals.org/>).

Die Wissenschaftler bestätigten anhand von gesunden Probanden, dass der Genuss von Tee eine entspannende und erweiternde Wirkung auf die Arterien hat. Dieser Effekt bleibt aber aus, wenn dem Getränk Milch hinzugefügt wird. Entsprechende Ergebnisse brachten auch zusätzliche Versuche an Zellkulturen. Dass sich Tee positiv auf das Gefäßsystem auswirkt, halten die Autoren für gut belegt. Er soll zum Beispiel vor Arteriosklerose und koronarer Herzerkrankung schützen sowie antioxidative und entzündungshemmende Wirkungen haben. Allerdings gibt es bislang keine verlässlichen klinischen Studien, die den tatsächlichen Nutzen unter Beweis stellen, ebenso wenig ist bekannt, in welchen Mengen Tee getrunken werden muss, um allenfalls segensreich zu wirken. «Tee hat sehr vielfältige gesundheitsfördernde Effekte», meint jedoch die Studienleiterin Professor Verena Stangl von der Klinik für Kardiologie und Angiologie am Berliner Campus Mitte. «Bisher war aber nicht klar, dass Milch diese Effekte beeinträchtigt.»



Im Rahmen der Studie hatten die Testpersonen entweder schwarzen Tee ohne Milchzusatz oder mit einer in England üblichen Dosis Milch getrunken. Als Kontrolle wurde warmes Wasser verabreicht. Jeweils eine Stunde vor und bis zwei Stunden nach dem Verzehr wurden am Unterarm Ultraschallmessungen vorgenommen. Das Ergebnis: Nach dem Trinken von Wasser war keine Veränderung zu beobachten. Beim Genuss von Tee ohne Milch hingegen erweiterten sich die Arterien aller Versuchsteilnehmer, der Blutfluss stieg an. Beim Hinzufügen von Milch blieb diese Wirkung aus. Hierfür sollen angeblich die in Milch enthaltenen Kaseine verantwortlich sein. Sie sorgen dafür, dass das im Tee enthaltene Katechin nicht mehr

wirkt. Diesem wird unter anderem eine anti-thrombotische und antientzündliche Funktion zugeschrieben. Für Dr. Mario Lorenz, der die Studie durchführte, könnten die Resultate die Beobachtung erklären, warum in Asien seltener Herzerkrankungen auftreten. «Dort wird traditionell viel Tee konsumiert, und zwar ohne Milch», argumentiert er. Die Berliner Arbeitsgruppe will nun untersuchen, ob grüner Tee aufgrund seines höheren Katechingehalts wirkungsvoller ist als schwarzer Tee. Ausserdem soll erforscht werden, ob Teeinhaltsstoffe womöglich auch die Gefahr der Restenose nach einer Herzkatheterbehandlung verringern können.

U.B.

«Die Geschichte wiederholt sich nicht», aber zu Bekanntem kann jederzeit Ähnliches vorkommen, beispielsweise eine neuerliche Pandemie mit einem Influenzavirus. Diese Vorstellung begleitet uns inzwischen seit einiger Zeit, und sie hat unter Wissenschaftlern Berechnungen und Prognosen ausgelöst. Eine Extrapolation der Wiederholung der weltweiten Grippeepidemie von 1918 mit statistischen Mitteln (C.J.L. Murray et al., *Lancet* 2006; 368: 2211–2218) rechnet mit 62 Millionen Toten weltweit, wovon 96 Prozent in Entwicklungsländern. Als Konstante fällt auf, dass wiederum die Armen und Ärmsten von

einer infektiösen Pandemie am schlimmsten betroffen sein würden. Auf der einen Seite sind dies sicher akademische Zahlen-

Pandemie und Armut

spielereien, auf der anderen Seite ist doch festzuhalten, dass die Projektionen nicht ganz unrealistisch sind, denn das Ungleichgewicht bei der Gesundheitsversorgung hat sich zwischen 1918 und, sagen wir, 2007 oder 2008 kaum merklich verringert. Die heutige Situation illustriert die – optimistische – Schätzung, dass die Mortalität bei einer erneuten Grippepandemie in der

industrialisierten Welt dreimal geringer ausfallen würde als seinerzeit und dass die Projektion für die Entwicklungsländer angesichts von 35 Millionen immunkompromittierten HIV-Infizierten möglicherweise viel zu tief ausgefallen ist. Während wir uns hier mit Impfstoffvorräten ausstatten und allenfalls Diskussionen führen, wieviele Schulen im Ernstfall geschlossen, ob Quarantänen angeordnet und Gesichtsmasken obligatorisch werden müssten, bleiben diese «historischen» Massnahmen für die armen Länder die wichtigste Hoffnung zur Eindämmung einer Pandemie.

H.B.