

Vorhofflimmern

Hoch dosierte Omega-3-Fettsäuren können das Risiko steigern

Der tatsächliche Nutzen der Omega-3-Fettsäuren zur allgemeinen kardiovaskulären Prävention ist umstritten. Auch die Hoffnung, damit dem Vorhofflimmern vorbeugen zu können, hat sich nicht erfüllt.

Im Gegenteil: Nachdem bereits in früheren Studien aufgefallen war, dass Vorhofflimmern in den Gruppen mit Omega-3-Fettsäuren etwas häufiger auftrat als in den Placebogruppen, bestätigt nun eine neue Metaanalyse, dass hoch dosierte marine Omega-3-Fettsäuren das Risiko für Vorhofflimmern erhöhen können (1). Die in der Metaanalyse berücksichtigten 7 Studien umfassten 81 210 Personen. Das Follow-up

betrug im Mittel 4,9 Jahre. Das Risiko für Vorhofflimmern war mit marinen Omega-3-Fettsäuren statistisch signifikant um 25 Prozent erhöht (Hazard Ratio [HR]: 1,25; 95%-Konfidenzintervall [KI]: 1,07–1,46; $p = 0,013$). Bei einer Dosis von > 1 g pro Tag war das Risiko höher (HR: 1,49; 95%-KI: 1,04–2,15; $p = 0,042$) und bei ≤ 1 g pro Tag weniger ausgeprägt (HR: 1,12; 95%-KI: 1,03–1,22; $p = 0,024$).

Weil auch frei verkäufliche und nicht zuletzt via Internet erhältliche Omega-3-Präparate Eicosapentaensäure (EPA) und Docosahexaensäure (DHA) in hoher Konzentration enthalten können, sollte in der Praxis nicht nur der poten-

zielle kardiovaskuläre Nutzen sondern auch das erhöhte Risiko für Vorhofflimmern bei hoch dosierten «Fischöl-Kapseln» angesprochen werden (2). RBO ▲

1. Gencer B et al.: Effect of Long-Term Marine Omega-3 Fatty Acids Supplementation on the Risk of Atrial Fibrillation in Randomized Controlled Trials of Cardiovascular Outcomes: A Systematic Review and Meta-Analysis (published online ahead of print, 2021 Oct 6). *Circulation*. 2021;10.1161/CIRCULATIONAHA.121.055654.
2. Schatz H: Höherdosierte Omega-3-Fettsäuren steigern das Risiko für Vorhofflimmern. Medizinische Kurznachrichten der Deutschen Gesellschaft für Endokrinologie. <https://blog.endokrinologie.net>, abgerufen am 1. Dezember 2021.