

GVF Fortbildungsveranstaltung 2018

Vortragstagung „Die Rolle der Mikronährstoffe für gesundes Altern“

Mittwoch, 31.10.2018 14:30 – 18:00 Uhr

16:30 – 17:00

Prof. Dr. Stefan Lorkowski | Jena

Institut für Ernährungswissenschaften, Friedrich-Schiller-Universität Jena

ABSTRACT | Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Mikronährstoffe: Ein Update

Mikronährstoffpräparate sind populär: Rund ein Viertel der Deutschen nimmt sie regelmäßig, ohne jedoch einen Beleg für die Notwendigkeit einer Einnahme zu haben.

Aktuelle Studienergebnisse zur Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen durch Mikronährstoffpräparate sind aber eher ernüchternd: Laut einer aktuellen Metaanalyse hatte die zusätzliche Einnahme von Vitaminen, Mineralstoffen oder Spurenelementen keine Auswirkungen auf die Sterblichkeit für alle Herz-Kreislauf-Erkrankungen, auf die kardiovaskuläre Sterblichkeit, den Tod durch Schlaganfall oder die Häufigkeit von Schlaganfällen. Allerdings wurden in den aktuellen Auswertungen entgegen früheren Studien auch keine negativen Effekte in Verbindung mit der Einnahme der Mikronährstoffpräparate beobachtet.

Unter welchen Voraussetzungen die Einnahme von Mikronährstoffpräparaten sinnvoll sein kann, wird im Vortrag dargelegt.