

Milchfett ist kein Herzinfarkt-Risiko

Eine neue Studie aus der Universität von Oslo (Norwegen) bestätigt, dass ein hoher Konsum von Milchfett kein Herzinfarkt-Risiko darstellt (1).

Die Wissenschaftler kommentieren die Studienergebnisse als weitere Bestätigung, dass der Konsum von Milchfett bzw. Milchprodukten kein Herzinfarkt-Risiko darstellt. Vielmehr sind sie der Auffassung, dass Milchprodukte einen Teil eines Ernährungsmusters darstellen, das Menschen gesund erhält bzw. vor Herzinfarkt schützen kann.

Um den Einfluss von Milchfett und verschiedene Milchprodukte auf das Herzinfarkt-Risiko zu überprüfen, hatte die Arbeitsgruppe um Prof. Pedersen an der Universität von Oslo eine Fall-Kontroll-Studie durchgeführt (1). Dazu waren die Ernährungsgewohnheiten von 111 Patienten im Altersbereich von 45 bis 75 Jahren, die mit akutem Herzinfarkt in die Klinik eingeliefert worden waren, mit jenen von 107 gesunden Kontrollpersonen, vergleichbar in Alter, Geschlecht und geografischer Herkunft, ausgewertet worden. Wie zu erwarten hatten die Herzinfarktpatienten mehr Risikofaktoren auf sich vereint: Höherer Bauchumfang, höhere Triglyceridspiegel, niedrigeres HDL-Cholesterin, mehr Raucher und mehr Patienten mit KHK in der Familienanamnese.

Ergebnis

Die "Infarktpatienten" unterschieden sich in den Ernährungsgewohnheiten deutlich von den "Kontrollpersonen". Der Konsum von Margarine, Trans-Fettsäuren, Linol- und Linolensäure war bei den Herzinfarktpatienten signifikant höher, als bei den Gesunden. Umgekehrt hatten die Gesunden mehr Fisch und Omega-3-Fettsäuren, mehr Käse und Eiscreme, mehr Gemüse, Früchte, Beeren, Cerealien und Wein konsumiert. Hinsichtlich des Konsums von anderen Milchprodukten fand sich kein Unterschied.

Es fand sich entsprechend auch kein Zusammenhang zwischen der Menge an konsumiertem Milchfett und Herzinfarkt. Das multivariate Einbeziehen der Unterschiede bei den Ernährungs- und Risikofaktoren änderte nichts an diesem Ergebnis. Genauso wenig fand sich ein Zusammenhang zwischen der Zufuhr an gesättigten Fettsäuren und Herzinfarkt. Hingegen war eine inverse Beziehung zum Käsekonsum zu sehen: Je mehr Käse, desto weniger Herzinfarkte. Allerdings verlor sich die statistische Signifikanz nach Adjustierung hinsichtlich der genannten Ernährungs- bzw. Risikofaktoren.



Literatur

1. Biong AS, Rebnord HM, Fimreite RL, et al. Intake of dairy fat and dairy products, and risk of myocardial infarction: a case-control study. Int J Food Sci Nutr 2008;59:155- 65.

Die Literatur kann bei uns bestellt werden.

Für weitere Informationen

Schweizer Milchproduzenten SMP
Swissmilk
Public Relations/Kompetenzzentrum Milch
Regula Thut Borner
dipl. Ernährungsberaterin HF
Weststrasse 10
3000 Bern 6

Telefon 031 359 57 58
factsandnews@swissmilk.ch
www.swissmilk.ch

Mailaiter September 2008



Schweiz. Natürlich.



www.swissmilk.ch