

## Diskussion versachlichen

Im November 2004 verunsicherte eine auf der wissenschaftlichen Tagung der American Heart Association in New Orleans vorgestellte Metaanalyse von 19 bereits veröffentlichten Studien mit Vitamin E die Öffentlichkeit und ebenso die Fachkreise. Das Ergebnis der Analyse, dass hoch dosiertes Vitamin E, über 400 IE (entspricht 268 mg  $\alpha$ -Tocopherol-Äquivalenten) pro Tag, möglicherweise die Sterblichkeit erhöht, wurde von den Medien gierig aufgenommen. In den meisten Tageszeitungen fand sich diese Meldung auf der ersten Seite mit der reißerischen Überschrift »Mit Vitamin E stirbt man früher« wieder und wurde den Verbrauchern unkommentiert präsentiert.

Die Konsequenz der »Sensationsmeldung«: Verunsicherte Verbraucher kamen in die Apotheken und brachten ihre Vitamin-E-Präparate zurück. Apothekerinnen und Apotheker wurden mit Vorwürfen überschüttet, dass so etwas in Apotheken doch nicht angeboten werden dürfe. Mangels genauerer Daten aus der Studie waren die Fachkreise überfordert, mit sachlichen Argumenten dagegenzuhalten und die Verbraucher zu beruhigen.

Bei dieser Diskussion über das vermeintlich höhere Mortalitätsrisiko mit Vitamin E wurde vollkommen vergessen, dass Vitamin E ein Vitamin und damit für den Menschen essenziell, also lebensnotwendig ist!

Vitamin E wurde bereits 1922 von Herbert Evans und Katharine Bishop als »Fruchtbarkeitsvitamin« entdeckt. Die zunächst als »Faktor X« bezeichnete Substanz aus Weizenkeimöl heißt seit 1924 Vitamin E. Der große Durchbruch kam in den Jahren um 1950, als man die Bedeutung von Vitamin E als Antioxidanz erkannte. Diese – relativ unspezifische – Funktion als Antioxidanz stand seitdem im Zentrum des Interesses, und daraus leitete sich nicht nur die Verwendung von Vitamin E in Nahrungsergänzungsmitteln ab, sondern auch der

Einsatz als Arzneimittel bei verschiedenen Indikationen, unter anderem als Adjuvans in der Rheumatherapie. In den letzten 10 bis 20 Jahren wurden darüber hinaus immer mehr hoch spezifische Funktionen von Vitamin E in der Regulation von Genen und in Signaltransduktionskaskaden entdeckt, die die Vitamin-E-Forschung heutzutage spannender machen denn je.

Dieses Supplement will die Diskussion um Vitamin E, die durch die Metaanalyse stark emotionalisiert wurde, wieder auf eine sachliche Basis stellen und den augenblicklichen Stand der Vitamin-E-Forschung dokumentieren.

**Professor Dr. Hartmut Morck**  
Chefredakteur



### Inhalt

Chemie der Vitamin-E-Familie	4
Empfehlungen für die Vitamin-E-Zufuhr *	7
Rheuma und Vitamin E	8
Weitere Indikationen: Kardiovaskuläre Erkrankungen	10
Impressum	13
Metaanalyse provozierte Unsicherheit	14