
Subject: Vitaminpräparate wirken nicht lebensverlängernd
Posted by [glockenspiel](#) on Fri, 18 Apr 2008 09:11:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.orf.at/ticker/286712.html>

Viele Menschen schlucken regelmäßig Vitaminpräparate in der Hoffnung, ihrem Körper damit Gutes zu tun. Von der Einnahme solcher Produkte profitieren allerdings lediglich die Hersteller, wie eine Auswertung von 67 Studien mit insgesamt fast 250.000 Teilnehmern zeigt.

"Wir fanden keinen Hinweis darauf, dass die Einnahme von Antioxidantien gesunde Menschen oder Patienten mit Krankheiten vor einem frühen Tod schützt", fasst Untersuchungsleiter Goran Bjelakovic von der Universitätsklinik Kopenhagen das Resultat zusammen.

Im Gegenteil: Die Einnahme von Vitamin A, Betakarotin und Vitamin E ging sogar mit einer erhöhten Sterblichkeit einher. Vitamin C und das Spurenelement Selen hatten ebenfalls keine positive Wirkung, schadeten den Konsumenten aber auch nicht, wie Bjelakovic in der "Cochrane Database of Systematic Reviews" berichtet. Die "Cochrane Library" wertet regelmäßig die Studienlage zu bestimmten medizinischen Fragen sorgfältig aus.