

Angeblicher fehlender Wirknachweis von Vitamin-Supplementen bei Kreislauferkrankungen – eine Behauptung in Pharma-gesponserten Studien

Während die offizielle Medienpresse sich gierig auf alles stürzt, was den fehlenden Wirknachweis von Multivitamin-Supplementen unterstreicht, so gipfelt dies dann auch noch in dem Ausspruch des Editorials im Journal of Internal Medicine „genug ist genug“. Dieser Ausspruch bezieht sich auf drei Studien, die den fehlenden Wirknachweis von Multivitaminpräparaten unterstreichen sollen. Ganz einfach und doch offensichtlich, die Autoren haben bei der Abfassung der Artikel bewusst gelogen.

So wurde in der 1. Publikation, einem Übersichtartikel von über 30 unterschiedlichen Vergleichsuntersuchungen bei ca. 400.000 Teilnehmern, der Effektivität von Multivitaminpräparaten nachgegangen. Im Editorial des Journal, dass diese Studie veröffentlichte, dem „Journal of Internal Medicine“, wird zwar behauptet, dass die Autoren keine eindeutigen Hinweise für eine vorteilhafte Wirkung von Vitamin-Supplements, was Krebs, Herzerkrankungen und Tod betrifft, finden konnten. Bei genauerer Analyse der publizierten Daten wird jedoch augenfällig, dass zumindest die tägliche Einnahme eines Multivitamins über einen Zeitraum von 12 Jahren, das Risiko an Krebs zu

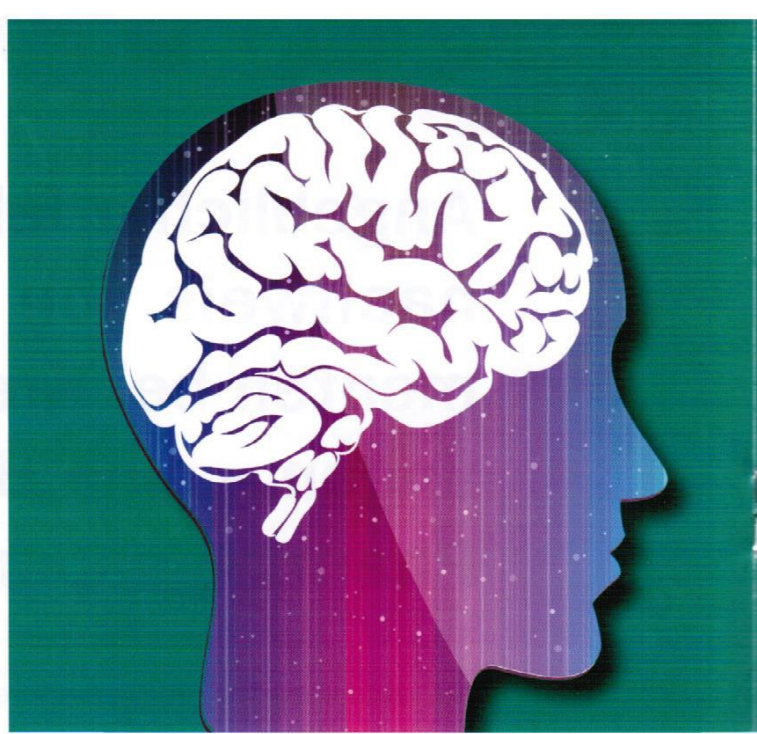
erkranken, um 10% reduziert. Immerhin eine bemerkenswerte Tatsache, über die die Zeitschrift „Annals of Internal Medicine“ geflissentlich hinwegsieht. Auch unterlässt es der Autor des Editorials bewusst darauf hinzuweisen, ob Multivitaminsupplements die einzige Form der Prävention darstellten, während Einflüsse wie Diät, körperliche Aktivitäten und sonstige Risikofaktoren nicht berücksichtigt wurden¹. Immerhin wird dem Vitamin D3 doch ein möglicher positiver Nutzen zugesprochen, wobei wegen angeblich fehlender weiterer Studien zur möglichen Nebenwirkungsrate noch zusätzliche Untersuchungen abgewartet werden müssten, um eine definitiv positive Beurteilung abgeben zu können.



In der 2. publizierten Studie bei > 6.000 männliche Ärzten (!) wird über einen Zeitraum von 10 Jahren der Frage der Verbesserung kognitiver Hirnleistung nachgegangen². Diese Studie ist eigentlich schon im Ansatz wertlos, weil die Autoren selbst zugeben mussten, dass die gewählten Vitamindosen viel zu niedrig lagen und sie noch nicht einmal genau darlegen konnten, welchen Inhalt eigentlich ihre verabreichten Multivitamin-supplemente enthielten.

In der letzten Studie wurden < 1.500 Probanden nach Herzinfarkt dahingehend nachverfolgt, ob sie einem erneuten Herzinfarkt ausgesetzt waren. Nun können Sie als Leser es glauben oder nicht: die Multivitamin-einnahme konnte bei 11 % der Probanden ein erniedrigtes Risiko für einen erneuten Herzinfarkt feststellen, ein Wert (so man der Statistik Glauben schenken darf), der sich zur Placebogruppe nicht signifikant verhielt³. Immerhin ist diese Studie mit einer Ausfallrate (drop-out) von 50%, sowohl in der Placebo- als auch in der Verumgruppe so hoch belastet, dass die Aussage dieser Studie kaum als relevant angesehen werden kann. Hinzu kommt noch, dass die Compliance der Multivitamin-einnahme, wie die Autoren selber bemerken, sehr gering war, so dass von einem echten (fehlenden) Wirknachweis der Vitamine kaum die Rede sein kann.

Das Problem bei allen solchen, auch von den Medien aufgeschnappten Ergebnissen ist die Tatsache, dass sie sich auf das Editorial der in den *Annals of Internal Medicine* erschienenen drei Publikationen beziehen, einem von der Pharma gesponserten wissenschaftlichen Journal, welches schon beim Aufschlagen der ersten Seiten sofort mit einer ganzen Seite gefüllt mit Reklamebildern zu einer ihrer Medikamengruppe ins Auge springt⁴.



Man könnte meinen, die Aussage „seht her, alle Multivitamin- und Mineralsupplements taugen nichts – warum kauft ihr nicht gleich die Medikamente unseres Sponsors?“ auf gutgläubige weil getäuschte Leser trifft. Wober die Medien natürlich nicht berichten, ist die Tatsache, dass Pharmazeutika nicht unter den gleichen strengen Kriterien getestet werden wie Vitamine resp. sie in ihrem Wirkprofil eigentlich einem Multivitamin-supplement gegenübergestellt werden müssten. Wie also kann die mächtige Medienpresse diesen Fall als abgeschlossen hinstellen, wenn Pharmaka und Medikamente in realiter nicht in der Lage sind, chronische degenerative Erkrankungen die in der heutigen Zeit exponentiell zunehmen, zu verhindern? Diese Antwort



wird alleine von den Multivitaminpräparaten erwartet. In diesem System von gesunden Halbwissen, Pseudowissenschaft und getürkten ja sogar wissentlich beschönigten Studienergebnissen sowie einer Pro-Pharma Lobby müssen sich Medikamente zur Belegung Ihrer Wirkeffektivität nicht den gleichen rigorosen Untersuchungskriterien stellen wie z. B. die Nahrungsergänzungsmittel. So z. B. gibt es keinen wissenschaftlich gesicherten Nachweis, dass eine Chemotherapie die Progression einer Krebserkrankung verhindert (sie sind selber krebserzeugende Mittel) oder, dass Statine die Lebensspanne verlängern helfen. Es gibt keinen Nachweis, dass bei dem Aufmerksamkeits-Hyperaktivitätssyndrom (ADHS) Pharmaka wie Ritalin® in der Weiterentwicklung des Kindes zur Gesundheit beitragen, resp. dass Antidepressiva in der Lage sind eine Depression zu heilen. Trotz aller Zweifel zur Wirksamkeit werden solche Medikamente durch medizinische Journalien überbewertet, wobei unsere meinungsbildende Presse bereitwillig ist, Aussagen in pharmagesponserten Studien kritiklos zu übernehmen, ohne sie auch nur im Ansatz zu hinterfragen.

Es wird also auch hier wieder mit einer Doppelmoral geurteilt. Denn niemand fragt, ob Medikamente wirklich zur Gesundheit führen, ein Unterfangen, dass jedoch regelmäßig von Vitaminen, Mineralien und Nahrungsergänzungsmitteln gefordert wird.

Auch sind die im Journal of Internal Medicine aufgeführten Ergebnissen der drei Studien mit Multivitaminen insofern mit Skepsis zu werten, weil sie von vorneherein so ausgelegt sind, dass keine positiven Ergebnisse zu erwarten sind:

1. Dies wird insofern offensichtlich wenn man liest, dass in allen Fällen nur billige, synthetische Vitamine von niedriger Qualität sowie anorganische Mineralien zum Einsatz gekommen sind.
2. Es ist deswegen auch nicht überraschend, dass die Hersteller aller dieser qualitativ niedrigwertigen Multivitamine eigentlich von Firmen stammen, die gleichzeitig auch Medikamente vertreiben.
3. Es besteht somit auch ein nachweislich finanzielles Interesse, das Multivitamin-Formulierungen schlechter wegkommen müssen bzw. keinen nachweislich positiven Effekt mit sich bringen, damit Pharmainteressen nicht geschädigt werden. So z. B. handelte es sich bei dem im ersten Übersichtsartikel eingesetzten Vitamin E um ein synthetisches, isoliertes Produkt, das schon seit langem in der Literatur als toxisch eingestuft wird^{5,6}. Auch ist in dem Artikel bemerkenswert, dass die Autoren nicht das volle Spektrum der Vitamin E Abkömmlinge inklusive der Tocopherole berücksichtigt haben geschweige denn, dass die Anteile von Vitamin E im Essen mitberücksichtigt wurden. Eine Tatsache die für einen positiven Effekt auf das Herzkreislaufsystem als maßgeblich anzusehen ist.

4. Nur auf Grund fehlender positiver Ergebnisse in den vorgestellten Vitaminvergleichsstudien, werden sofort alle Vitamine als gefährlich eingestuft. Und so ist es nicht verwunderlich, dass die Forschergruppe als Beispiel das gefährlichste Vitamin aus der Gruppe der synthetischen Vitamine herausgenommen haben, um anschließend aus den negativen Ergebnissen sofort alle Multivitamine als gefährlich einzustufen. So z. B. wurde beta-Karotin isoliert als synthetisches Vitamin untersucht und nicht als das Vitamin, wie man es in seiner ursprünglichen Anreicherung wie z. B. in der Mohrrübe oder in einem Fruchtmix findet! Es zeigen alle die Studienergebnisse eigentlich nur Eines: Synthetische, chemische-isolierte Vitamine sind im Rahmen der Gesunderhaltung nicht förderlich!

Und nun raten Sie einmal, wer alle diese chemisch-synthetischen Vitaminpräparate herstellt? Es sind keine anderen als die großen Firmen Bayer und BASF, die gleichen Hersteller, die das Rohmaterial für pharmazeutische Prozesse auf den Markt bringen. Diese Firmen sind natürlich darauf aus, über die Laienpresse mit allen Ihnen zur Verfügung stehenden journalistischen Tricks und Verschleierungstaktiken bei der breiten Öffentlichkeit einen falschen Eindruck über Ernährung und Multivitamineinnahmen zu vermitteln. Indem „Multivitamine als völlig wertlos“ diskreditiert werden, können sie nicht zwischen Pharma-hergestellten synthetischen Multivitaminen und qualitativ hochwertigen, in Nahrungsmitteln enthaltenen Vitaminen differenzieren, die Vitamine, die von Anbeginn eigentlich für die Menschheit ausersehen waren, Gesundheit zu erhalten und Erkrankungen zu verhindern (= Präventivmedizin!).

Es werden sich deshalb auch die Wissenschaftler niemals auf Untersuchungen mit essentiellen Ölen wie z. B. das Kokosnussöl, Essenzkonzentraten oder auf Lebensmittelbasierende Nahrungsergänzungsmittel einlassen. D. h. hochwertige und gesunde Inhaltsstoffe, die dem Körper über gewöhnliche Nahrung nicht [...] ausreichend zur Verfügung gestellt werden und die der Körper mit der Essenaufnahme seit tausenden von Jahren aufnimmt und auch in der Lage ist als Vitamine zu erkennen, werden für die Gesunderhaltung als sekundär angesehen. Forscher, die in Pharma-gesponserten Wissenschaftsjournalen publizieren, werden niemals das volle Spektrum von hochwertigen Multivitaminmischungen und Nahrungsergänzungsmitteln aus einem einfachen Grund untersuchen, weil die daraus abgeleiteten Ergebnisse, im Vergleich zu einem Medikament, positiv wären.





Wenn synthetische Vitamine schon zu fehlenden positiven Ergebnissen führen, wie erst desaströs sind die Ergebnisse von vollsynthetisch hergestellten Medikamenten bei chronischen Erkrankungen einzustufen! Synthetische Medikamente wie z. B. alle Säureblocker, Antihypertensiva, Antidiabetika, Cholesterinsenker wie die Statine, Cholinesterasehemmer gegen Alzheimer, Osteoporosepräparate usw. sind eigentlich Pharmaka, die im Organismus in den physiologisch-chemischen Abläufen eingreifen. Der eigentliche Wirkmechanismus ist in den meisten Fällen die Blockade eines bestimmten chemischen Prozesses mit dem Ergebnis, hierdurch die Symptome zu kontrollieren zu wollen, ohne jedoch auf die eigentliche Ursache des Problems hinzuwirken. Qualitativ hochwertig Multivitamin-supplements, Vollwertnahrung, medizinische Pflanzen und organische Essenskonzentrate sind bezüglich ihres präventiven Charakters unübertroffen, indem sie die Ursache einer Erkrankung, bevor sie sich in Form von Symptomen zeigt, angehen. Sie greifen direkt an der Ursache an, ganz im Gegensatz zur reinen Symptomtherapie. Kein

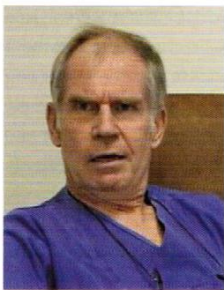
pharmakologisches Präparat hat bislang irgendeine Krankheit beseitigt und kann auch ein einzelnes, isoliertes Vitamin nie die Ursache einer Erkrankung so weit verhindern, dass keine Symptome auftreten. Synthetische Medikamente können nur das Symptom maskieren, während im Hintergrund der eigentliche pathologische Prozess weiter abläuft. So wird z. B. mit einem Opiat als Symptom Schmerz beseitigt, aber nicht sein Auslöser. Mit einem Antihypertonicum wird z. B. beim Absetzen auch der Blutdruck deswegen wieder rasch ansteigen, weil die Ursache des Problems durch das Blutdruckmittel nicht angegangen wurde. Es wird künstlich auf die Physiologie dahingehend eingewirkt, dass der messbare Blutdruck gesenkt und eine Art Kosmetik betrieben wird.

Es sind deshalb auch alle pharmaorientierten Mediziner und insbesondere die Pharmafirmen nebst ihrer pharmagesponserten wissenschaftlichen Journale nur auf eines aus: Mehr Medikamente soll die Menschheit einnehmen und Heilung kann nie nicht durch Nahrung erreicht werden! Dies obgleich Hippokrates schon vor tausenden von Jahren dem Menschen empfohlen hatte: *Lasst Essen Eure Medizin sein!*“ Somit bestehen die eigentlichen Motive der Zeitschrift *Annals of Internal Medicine* mit ihren Wissenschaftlern nur darin, mit Hilfe von betrügerischen-wissenschaftlich aufgemachten billigen Ergebnissen, dem Leser die zentrale Botschaft zu vermitteln: *Vertraue keinem Multivitamin, sondern nur den Medikamenten.* Indem die Multivitamine diskreditiert werden, wird gleichzeitig der Leser einer Hirnwäsche unterzogen und ihm glauben gemacht, dass Pharmaka eigentlich als die „notwendigen Vitalstoffe anzusehen sind, um zu überleben“. Das ist, auf einen Nenner gebracht, die Perversion in der heutigen Medizin: *Der Mensch ist eigentlich ein inkomplettes Subjekt und bedarf der medizinischen Intervention durch Impfun-gen, der modernen Krebstherapie, wirkstarken psychotherapeutischen Medikamenten oder alternativer chemischer Verbindungen, damit er wieder als Ganzes dasteht.*

Literatur:

- 1 Fortmann, S.P., et al., Vitamin and Mineral Supplements in the Primary Prevention of Cardiovascular Disease and Cancer: An Updated Systematic Evidence Review for the U.S. Preventive Services Task Force. *Ann Intern Med*, 2013. 159: p. 824-834.
- 2 Lamas, G.A., et al., Oral High-Dose Multivitamins and Minerals After Myocardial Infarction. A Randomized Trial. *Ann Intern Med*, 2013. 159: p. 797-804.
- 3 Grodstein, F., et al., Long-Term Multivitamin Supplementation and Cognitive Function in Men: A Randomized Trial. *Ann Intern Med*, 2013. 159: p. 806-814.
- 4 Guallar, E., et al., Enough Is Enough: Stop Wasting Money on Vitamin and Mineral Supplements. *Ann Intern Med*, 2013. 159: p. 850-851.
- 5 Bronstein, A.C., et al., 2009 Annual Report of the American Association of Poison Control Centers' National Poison Data System (NPDS): 27th Annual Report. *Clin Toxicol (Phila)*, 2010. 48: p. 979-1178.

Die moderne reduktionistische Wissenschaftsmedizin möchte eigentlich nur Medikamente aus Ihrer Palette vermarkten; um das zu tun, müssen jedoch erst die existenten Multivitamine diskreditiert werden. Erst wenn der Gedanke an Multivitamine eliminiert ist, können die Indikationen z. B. für Statine auch schon auf Jugendliche erweitert werden⁷, wird die Fluoridierung in Bezug auf einen gesunden Zahnstatus weiter (trotz der von Fluor ausgehenden Toxizität) propagiert und wird über die Wirkverstärker Quecksilber, Aluminium und Mononatriumglutamat (alles Neurotoxine) in Impfmitteln die Prävention bei z. B. Grippepräparaten weiterhin beim Bundesbürger angepriesen. Es bleibt festzuhalten, dass alle Wissenschaftler im festen Glauben daran, dass Nahrungsmittel nicht Krankheiten verhindern können und vom medizinischen Standpunkt her auch dazu völlig ungeeignet sind, nur Pharmazeutika anpreisen. Denn nur Medikamente sind in der Lage zu heilen oder Erkrankungen zu verhindern, eine Behauptung, die durch nichts belegt werden kann. Ihre Einstellung basiert auf der Annahme, dass organische Nahrungsbestandteile keinen besonderen Wert haben und insbesondere Kräuter ohne jeglichen Effekt sind. Das, was eigentlich hilft, ist ihrer Meinung nach genmodifizierte Nahrung, sind Impfungen zur Prävention, sind Medikamente und eine Chemotherapie der einzig richtige Weg, um zu einer dauerhaften und stabilen Gesundheit zu gelangen.



Prof. Dr. med. Enno Freye

Arzt; Spezialgebiete
Spezielle Schmerztherapie,
Anästhesiologie, Intensiv-
medizin und Suchttherapie,
Nutrazeutika, Mikronähr-
stoffe, funktionelle Medizin,
Renaturierung
Fachlicher Beirat des NEM e.V.

⁶ <http://www.aapcc.org/annual-reports..>, Centers' National Poison Data System. Annual Reports., in American Association of Poison Control, 2012.

⁷ Goff, D.C.J., et al., 2013 ACC/AHA Guideline on the Assessment of Cardiovascular Risk: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Practice Guidelines Circulation, 2013. doi:10.1161/01.cir.0000437741.48606.98.