

Forschungspreis 2014 an PD Dr. med. Andreas Flammer, Zürich, verliehen

Kakao zur Reparatur geschädigter Blutgefässe

Gibt es Nahrungsbestandteile mit einer erwiesenen Heilwirkung? Studien, die das beantworten, sind schwierig durchzuführen. Dem Forscher PD Dr. med. Andreas Flammer ist es gelungen, neue Aussagen zu drei Nahrungsmitteln zu machen: Dunkle Schokolade, Olivenöl und Cranberrysaft. Dafür zeichnet ihn die Schweizerische Herzstiftung mit dem Forschungspreis 2014 aus.

Das möchte nicht nur die Allgemeinheit wissen, auch Lebensmittel-firmen interessieren sich dafür: Wie wirken einzelne Nahrungsbestandteile auf die Gesundheit? Antworten im Hinblick auf besonders grosse Risiken sind allerdings schwierig: Wollte man zum Beispiel die Gefahr für einen Herzinfarkt mit einem bestimmten Nahrungsmittel in Verbindung bringen, müssten tausende von Versuchspersonen jahrzehntelang dieses Nahrungsmittel zu sich nehmen, während eine Kontrollgruppe ein Placebo, zu essen hätte. Deshalb entscheiden sich Forschende häufig zu einer bescheideneren Ersatzfrage, die in die gleiche Richtung zielt. Es wird dann oft untersucht, wie sich die Innenschicht der Blutgefässe verhält. Das lässt sich vergleichsweise einfach messen und sagt trotzdem viel aus über das Risiko einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall zu erleiden. Der Kardiologe PD Dr. med. Andreas Flammer hat die Wirkung von Kakao (dunkle Schokolade), Cranberrysaft und Olivenöl untersucht.

Gute Bekannte mit neuer Wirkung

Die drei Nahrungsmittel sind in der Herzmedizin bekannt. Sie enthalten alle reichlich Flavanole. Diese Pflanzenstoffe kommen besonders in Kakao, aber auch in Früchten, Beeren, Oliven oder Tee vor. Die Forschung geht seit einigen Jahren davon aus, dass sie sich günstig auf Herz und Kreislauf auswirken. PD Dr. med. Andreas Flammer und sein Team haben nun gezeigt, dass nicht nur Kakao, sondern auch im Handel erhältliche dunkle Schokoladen bei Patienten mit beschädigter Innenschicht der Gefässe deren Funktion wieder verbessern können. Bei herztransplantierten Patienten wiesen die Forschenden solche Verbesserungen direkt in den Herzkranzgefässen nach und nicht, wie sonst üblich, in der Schlagader des Unterarms. In einer weiteren Arbeit entdeckten sie, dass sich bei Patienten mit einer Herzinsuffizienz die Gefässfunktion nicht nur

PD Dr. med. Andreas J. Flammer studierte in Basel Medizin. Dem Studium folgten klinische Tätigkeiten und Forschung in Burgdorf, am Universitätsspital Zürich sowie an der Mayo Klinik in Rochester (USA), bevor er wieder nach Zürich zurückkehrte. Heute ist PD Dr. med. Andreas Flammer Oberarzt Kardiologie am Universitätsspital Zürich.



Zu seinen Forschungsschwerpunkten gehören die Untersuchung atherosklerotischer Vorgänge in den Gefässen und der Einfluss von flavanolreicher Nahrung auf die Gefässfunktion.

kurz-, sondern auch langfristig erholte, wenn sie einen Monat lang täglich dunkle Schokolade konsumierten. Vergleichbar auch der Einfluss von Olivenöl: Bei Patienten mit eingeschränkter Gefässfunktion steigerte sich diese, wenn die Versuchspersonen ihre Ernährung mit Olivenöl anreicherten. Eine andere Entdeckung: Tranken Personen mit einem erhöhten Herz-Kreislauf-Risiko täglich den Saft von Cranberries, verbesserten sich nach einiger Zeit die Reparaturmechanismen in ihren beschädigten Gefässen.

Menü aus Schokolade, Beerensaft und Olivenöl?

Aufgrund dieser Erkenntnisse nun bedenkenlos fett und süss zu essen und die dadurch entstandenen Gefässschäden mit Schokolade, Beerensaft und Olivenöl reparieren zu wollen, wäre allerdings unklug. Denn selbst Flavanole helfen nicht viel, wenn die Ernährung allgemein einseitig und zu üppig ist. Ausserdem: «Unsere Studien messen nicht die Wirkung auf Erkrankungen selbst oder gar auf die Sterblichkeit, sondern auf die Ersatzfrage nach dem Einfluss auf die Innenschicht der Gefässe, und dies nicht in der breiten Bevölkerung, sondern bei bestimmten Patientengruppen», sagt PD Dr. med. Andreas Flammer. Eine Empfehlung gibt er trotzdem: «Am besten erforscht ist die Ernährung nach dem Muster der Mittelmeerländer. Dort ist Olivenöl ein Grundbaustein. Diese Kost mit Beeren und ab und zu ein wenig dunkler Schokolade anzureichern, ist sicher sinnvoll.»

Research prize 2015 of the Swiss Heart Foundation

The Swiss Heart Foundation awards an annual prize of Swiss Francs 20'000.– for one or several outstanding publications/accepted manuscripts of scientific research in the field of prevention, diagnosis and/or treatment of cardiovascular diseases.

Swiss researchers or research teams working in Switzerland or abroad and foreign researchers working in Switzerland are entitled to apply. The **age limit of applicants is 45 years** at the time of application. Previous prize winners are not eligible for the SHF-prize, also scientific publications, which have already been awarded, will not be eligible. The prize winner will be chosen by the Scientific Committee of the Swiss Heart Foundation. For further informations and detailed rules see www.swissheart.ch/forschungspreis.

Applications should be submitted by **30th June 2014**

(date of postmark) by post (one copy) **as well as by E-Mail with:**

- one signed accompanying letter
- the publication(s) / accepted manuscript(s) to be considered
- list of references

– brief Curriculum Vitae (max. 1 page)

to: Swiss Heart Foundation

(Schweizerische Herzstiftung / Fondation Suisse de Cardiologie)

Scientific Committee

Schwarztorstrasse 18, 3007 Bern

Phone 031 388 80 87, Fax 031 388 80 88,

E-Mail hartmann@swissheart.ch, www.swissheart.ch/forschungspreis