

PRESSEMITTEILUNG

Sind Diätgetränke gesundheitsschädlich?

Wissenschaftler sehen Zusammenhang zwischen regelmäßigem Genuss von Diätgetränken und Gefäßerkrankungen

New York / Heidelberg, 31 Januar 2012

Wer jeden Tag Diät-Erfrischungsgetränke zu sich nimmt, entwickelt unter Umständen ein erhöhtes Risiko für eine Gefäßerkrankung wie Schlaganfall, Herzinfarkt oder einer tödlichen Embolie. Dies ist das Ergebnis einer neuen Studie von Hannah Gardener und ihren Kollegen von den amerikanischen Universitäten der Miami Miller School of Medicine und dem Medical Center der Columbia University in New York. Wer hingegen regelmäßig normal gesüßte Erfrischungsgetränke oder nur wenig Diätgetränke konsumiert, ist weniger gefährdet. Die Studie¹ erscheint jetzt online bei Springer im *Journal of General Internal Medicine*².

Da immer mehr Menschen an Fettleibigkeit leiden, werden künstlich gesüßte – und somit kalorienärmere - Erfrischungsgetränke als die gesündere Alternative zu zuckerhaltigen Getränken verkauft. Welche langfristigen gesundheitlichen Konsequenzen der regelmäßige Genuss von Diätgetränken allerdings hat, ist nach wie vor unklar.

Gardener und ihr Team untersuchten, inwiefern es einen Zusammenhang gibt zwischen dem Genuss von Diätgetränken bzw. normalen Erfrischungsgetränken und dem Risiko von Schlaganfall, Herzinfarkt und tödlichen Embolien. Analysiert wurden die Daten von 2.564 Teilnehmern an der von der amerikanischen Gesundheitsbehörde NIH finanzierten Northern Manhattan Study, die sich mit Schlaganfall sowie den Risikofaktoren und der Prognose in einer multiethnischen städtischen Bevölkerung befasst. Die Wissenschaftler untersuchten, wie oft die Einzelnen Erfrischungsgetränke – Diätgetränke und normale – konsumieren, in Relation zur Häufigkeit von Schlaganfällen über einen Zeitraum von zehn Jahren hinweg.

Sie stellten fest, dass das Risiko dieser Art von Gefäßproblemen bei Menschen um 43 Prozent höher ist, die täglich Diät-Erfrischungsgetränke zu sich nehmen im Vergleich zu denen, die auf Diät Drinks verzichten. Bereits bestehende Erkrankungen wie metabolisches Syndrom, Diabetes und Bluthochdruck wurden dabei bereits berücksichtigt. Es lag kein höheres Gesundheitsrisiko vor, wenn entweder ganz normal gesüßte Getränke oder nur mäßig Diätgetränke konsumiert wurden; mäßig bedeutet hier, zwischen einmal im Monat und sechsmal die Woche.

Hierzu Gardener: „Unsere Studie geht davon aus, dass es einen Zusammenhang gibt zwischen dem täglichen Genuss von Diätgetränken und Gefäßproblemen. Wie diese Wirkung durch den Genuss von Softdrinks allerdings entsteht, ist noch unklar. Um die möglichen gesundheitlichen Folgen des Genusses von Diätgetränken wirklich beurteilen zu können, bedarf es weiterer Untersuchungen.“

Quelle

1. Gardener H et al (2012). Diet soft drink consumption is associated with an increased risk of vascular events in the Northern Manhattan Study. *Journal of General Internal Medicine*. DOI 10.1007/s11606-011-1968-2
2. Das *Journal of General Internal Medicine* ist die offizielle Fachzeitschrift der Society of General Internal Medicine.

Der vollständige Artikel steht Journalisten auf Anfrage zur Verfügung.

Kontakt: Janina Reichert, Springer, Tel. +49 6221 487-8414, janina.reichert@springer.com