

Total tystnad om epokgörande svensk studie

Selen och koenzym Q10 minskade hjärt-kärldödlighet hos äldre

Helt nyligen publicerades en fantastiskt intressant svensk studie i en ansedd medicinsk tidskrift. Hade det varit ett receptbelagt piller som testats hade det varit en världssensation. Nu var det bara tillskott av naturliga ämnen, vilket innebar att det blev dödyst i media kring studien.

Nyligen publicerades en artikel i tidskriften *International Journal of Cardiology*. Det var en svensk forskargrupp som låg bakom studien och den handlade om att behandla äldre friska människor med naturliga kosttillskott för att utvärdera om det hade någon effekt på insjuknande och död i hjärt-kärlsjukdom. Studien var randomiserad och dubbelblind efter alla konstens regler.

Selen och koenzym Q10 är betydelsefulla ämnen för god hjärtfunktion. I studien fick en grupp i fem års tid 200 mikrogram organiskt selen och 200 milligram koenzym Q10 och den andra gruppen placebo. De 443 deltagarna var män och kvinnor mellan 70 och 88 år som bedömdes med klinisk undersökning, EKG och biomarkören NT-proBNP.

Studiens resultat

Resultatet blev att gruppen som fick selen och koenzym Q10 hade signifikant mindre dödlighet i hjärt-kärlsjukdom, lägre NT-proBNP och bättre EKG. Slutsatsen är att långvarigt tillägg med selen och koenzym Q10 minskade hjärt-kärldödlighet och de positiva effekterna stöds också av NT-proBNP och EKG.

Slår alla andra receptbelagda mediciner med hästlängder

Effekten i denna typ av studier beskrivs ibland med begreppet NNT (numbers needed to treat). För död i hjärt-kärl-

sjukdom med 5 års behandling med selen och koenzym Q10 är NNT 15 i studien. Det innebär att det behövs 15 personer med denna behandling i 5 år för att en person mindre ska dö i hjärt-kärlsjukdom. Ett NNT på 15 är en unikt låg siffra då utfallsmåttet är död i hjärt- och kärlsjukdom.

Man brukar hävda att den hittills

Ett NNT på 15 är en unikt låg siffra då utfallsmåttet är död i hjärt- och kärlsjukdom.

mest kostnadseffektiva och verksamma behandlingerna för att förhindra hjärt-kärlsjukdom med läkemedel är statinbehandling. Här brukar NNT ligga avsevärt mycket högre. Och då vet man att biverkningar av statinbehandling ofta är betydande. Behandlingen med selen och koenzym Q10 var i praktiken nästan fri från biverkningar.

En omöjlig tanke...

De flesta forskare är överens om att statiner hämmar kroppens egen produktion av det hjärtstödjande koenzymet Q10. Det vore därför intressant att iscensätta en jämförande studie mellan statiner och selen/Q10. Det kommer naturligtvis aldrig att hända av det enkla skälet att det aldrig skulle gå att få fram något läkemedelsföretag som skulle bidra med forskningspengar. Vilket

läkemedelsföretag skulle vilja lägga snaran om sin egen hals och sparka undan stolen under fötterna på sig själv?

En viktig poäng i sammanhanget

Det finns ytterligare en intressant och viktig poäng med denna studie som kan vara lite krånglig att förklara. Men jag gör ett försök. Studien är en så kallad primärpreventiv studie, gjord på *friska* åldringar. Hade den genomförts på *sjuka* åldringar, sekundärpreventivt, så hade både selen och koenzym Q10 omedelbart klassats som receptbelagd medicin. Allmänheten hade därmed inte längre kunnat köpa dessa enkla och naturligt förekommande substanser i hälsokostaffären. Så finurligt är nämligen allt uträknat. Du och jag ska inte kunna köpa kosttillskott som bevisligen gör människor friskare. Det har både myndigheter, industri och läkare sett till. Allt som är naturligt och bevisligen gör nytta ska allmänheten förhindras att köpa. Om man däremot, som i detta fall, gör en studie på friska människor som blir ännu friskare, så kan de substanser som ingår i studien inte klassas som läkemedel.

Bo Zackrisson

1. International Journal of Cardiology: Alehagen U, Johansson P, Björnstedt M, Rosén A, Dahlström U. Cardiovascular mortality and N-terminal-proBNP reduced after combined selenium and coenzyme Q10 supplementation: A 5-year prospective randomized double-blind placebo-controlled trial among elderly Swedish citizens.

Se även Svenska Sällskapet för Ortomolekylär Medicins hemsida: www.ortomolekylar.se

En sammanfattning av studien kan läsas här: www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22626835