

Studie bei Patienten mit Diabetes und Fettstoffwechselstörungen

Rotes Reismehl hilft Diabetikern mit erhöhten Blutfettwerten

Bei Menschen mit Diabetes und gleichzeitigem Vorliegen von Fettstoffwechselstörungen ist die Sterblichkeitsrate deutlich erhöht. Dies gilt insbesondere für Patienten mit sogenanntem Typ-2-Diabetes. Entsprechend hoch ist der Stellenwert wirksamer blutfettsenkender Maßnahmen und Mittel. Wissenschaftliche Studien belegen, dass pflanzliche Nahrungsergänzungsmittel mit Rotem Reismehl effektiv und gut verträglich zur Senkung der Blutfettwerte beitragen können.

Rotem Reismehl an 60 Patienten mit Diabetes mellitus und erhöhten Blutfettwerten (Hyperlipidämie; Durchschnittsalter: 58 ± 8 Jahre; Gesamtcholesterin $\geq 5,72$ mmol/l und/oder Triglyzeride $\geq 1,65$ mmol/l) über sechs Wochen.

Ablauf und Parameter

Die Studienteilnehmer erhielten über sechs Wochen dreimal täglich drei Tabletten (0,35 g Rotes Reismehl / Tabl.). Die bisherige Diät wie auch die Dosierung blutzuckersenkender Arzneimittel blieben unverändert.

Vor sowie drei und sechs Wochen nach Behandlungsbeginn wurden das Gesamtcholesterin (TC), Triglyzeride (TG), High-Density Lipoprotein Cholesterin (HDL-C) und LDL-C (Low-Density Lipoprotein Cholesterin) gemessen. Andere Parameter wie Kreatinin, Serumharnstoff, Blutzucker etc. aus routinemäßigen Blut- und Urintests



wurden vor und sechs Wochen nach Therapiebeginn bestimmt.

Ergebnis: Bereits nach drei Wochen effektive Senkung der Blutfette

Rotes Reismehl beeinflusste die relevanten Blutfettwerte bereits nach drei Wochen deutlich.

Das Gesamtcholesterin sank um 11,5%, die Triglyzeride um 35,3%, die HDL-C-Werte stiegen um 25,0%, die LDL-C-Werte sanken um 17,1%. Die Bestimmung der Parameter nach sechs Wochen ergab die gleichen Werte, allein das Gesamtcholesterin sank noch weiter auf $5,9 \pm 1,1$ mmol/l. Rotes Reismehl erhöhte den Blutzuckerspiegel nicht.

Blutfettparameter	vor Behandlung [mmol/l]	nach 3 Wochen [mmol/l]	
Gesamtcholesterin (TC)	$6,7 \pm 1,1$	$6,0 \pm 1,0$	↘ 11,5 %
Triglyzeride (TG)	$3,4 \pm 2,3$	$2,2 \pm 1,4$	↘ 35,3 %
HDL-C	$0,8 \pm 0,1$	$1,0 \pm 0,1$	↗ 25,0 %
LDL-C	$4,1 \pm 2,3$	$3,5 \pm 2,1$	↘ 17,1 %

Blutzucker	vor Behandlung [mmol/l]	nach 6 Wochen [mmol/l]
Nüchtern	$8,3 \pm 2,0$	$7,8 \pm 2,1$
2 h postprandial	$13,2 \pm 2,7$	$13,0 \pm 4,0$

Fazit: Verlässliche und gut verträgliche Lipidsenkung auch für Diabetiker

Wie die Studienergebnisse zeigen, hat Rotes Reismehl keinen Einfluss auf den Blutzucker und ist daher bei Menschen mit Diabetes mellitus zur therapeutisch verlässlichen und gut verträglichen Behandlung der Hyperlipidämie geeignet.

Anders bei Statinen: Hier zeigen jüngste Forschungen, dass die *Statin-Therapie das Risiko, einen Typ-2-Diabetes zu entwickeln, um 9 Prozent steigert* (Sattar N et al. Statins and risk of incident diabetes: a collaborative meta-analysis of randomised statin trials. Lancet 2010; 375: 10.1016/S0140-6736(09)61965-6).

Unter Rotem Reismehl war auch kein Einfluss auf Serumharnstoff und Kreatinin feststellbar, kein Patient zeigte unerwünschte Wirkungen während des Behandlungsintervalls.

Der Autor der Studie kommt zu dem Schluss, dass Rotes Reismehl eine vorteilhafte und kostengünstige Behandlung für Patienten mit Diabetes und Fettstoffwechselstörungen ist.

Die zitierte Originalstudie wurde für Sie zusammengefasst von: Wissenschaftsjournalistin Dr. Silke Meszaros, Freiburg