



## **Bergamotte für Hypercholesterinämie: Patienten-Compliance leicht gemacht**

Bergamotte für Hypercholesterinämie: Patienten-Compliance leicht gemacht Von Prof. Gene Bruno, MS, MHS, RH(AHG) Huntington College of Health Sciences

Wenn es um nutrazeutische Entscheidungen zur Behandlung von Hypercholesterinämie geht, scheint der Himmel die Grenze zu sein. Allerdings sind viele der Nutrazeutika mit Problemen behaftet, wie z. B. einer begrenzten Wirksamkeit und der Notwendigkeit relativ großer Dosen, die zwei- oder dreimal täglich eingenommen werden müssen. Als medizinisches Fachpersonal wissen Sie, dass letzteres Problem die Patienten-Compliance beeinträchtigen kann. Deshalb halte ich Bergamotte – und einen bestimmten Stoff namens Bergavit 40 – für eine so interessante Option zur Behandlung von Hypercholesterinämie. Bergamotte ist der &hellip;



Bergamotte für Hypercholesterinämie: Patienten-Compliance leicht gemacht

Wenn es um nutrazeutische Entscheidungen zur Behandlung von Hypercholesterinämie geht, scheint der Himmel die Grenze zu sein. Allerdings sind viele der Nutrazeptika mit Problemen behaftet, wie z. B. einer begrenzten Wirksamkeit und der Notwendigkeit relativ großer Dosen, die zwei- oder dreimal täglich eingenommen werden müssen. Als medizinisches Fachpersonal wissen Sie, dass letzteres Problem die Patienten-Compliance beeinträchtigen kann. Deshalb halte ich Bergamotte – und einen bestimmten Stoff namens Bergavit 40 – für eine so interessante Option zur Behandlung von Hypercholesterinämie.

Bergamotte ist der gebräuchliche Name der Frucht *Zitrus Bergamia Risso* (Familie Rautengewächse), die sich von anderen Zitrusfrüchten durch die Zusammensetzung und den Gehalt an verschiedenen Flavonoiden wie Neoeriocitrin, Neohesperidin und Naringin unterscheidet. Präklinische und klinische Studien zeigten eine hypocholesterinämische Eigenschaft von *C. Bergamia* Flavonoiden. In den klinischen Studien zu Bergamotte-Extrakten wurden jedoch Dosierungen zwischen 1.000 und 1.500 mg pro Tag verwendet, was manchmal ein zweimal tägliches Dosierungsschema erforderte.<sup>1,2</sup>

Eine neuere, sechsmonatige Bergamotte-Studie<sup>3</sup> wurde jedoch 2016 in der Zeitschrift veröffentlicht *Grenzen in der Pharmakologie*. In dieser Studie wurde ein spezifischer Bergamotte-Extrakt namens Bergavit 40 verwendet, der standardisiert wurde, um 150 mg der Flavonoide Neoeriocitrin, Neohesperidin und Naringin in einer Dosis von 400 mg bereitzustellen – dies ist die tägliche Dosis, die in der Studie von 80 Probanden (42 Männern und 30 Frauen) verwendet wurde, mittleres Alter: 55 ± 13 Jahre). Alle Probanden hatten eine mäßige Hypercholesterinämie (z. B. Plasma-LDL-C-Konzentrationen zwischen 160 und 190 mg/dl).

Zu Studienbeginn und nach sechsmonatiger Einnahme von

Bergavit 40 wurden Gesamtcholesterin (TC), Triglyceride (TG) und High Density Lipoprotein-Cholesterin (HDL-C) durch routinemäßige Labormethoden gemessen, während LDL-C berechnet wurde. Zusätzlich wurde zu Studienbeginn und nach 6 Monaten ein Farbdoppler-Ultraschall der Halsschlagadern durchgeführt.

Die Ergebnisse zeigten, dass sich die Plasmalipide signifikant verbesserten mit einer 12- und 20-prozentigen Abnahme von TC, LDL-C (p

Angesichts der positiven Ergebnisse dieser Studien und der Dosis von 400 mg/Tag schlage ich vor, dass Bergavit 40 ein lohnendes Nutrazeutika ist, das Sie für Ihre hypercholesterinämischen Patienten in Betracht ziehen sollten, insbesondere für diejenigen, für die die Compliance ein Problem sein könnte.

#### **Verweise:**

1 Halliwell B, Gutteridge JMC. *Freie Radikale in Biologie und Medizin*. Dritte Aufl. New York, NY: Oxford University Press; 1999. 2 Krinsky NI, Landrum JT, Bone RA. Biologische Mechanismen der Schutzfunktion von Lutein und Zeaxanthin im Auge. *Jährliche Rev. Nutr.* 2003;23:171-201. 3 Vishwanathan R, Kuchan MJ, Johnson EJ. Lutein ist das vorherrschende Carotinoid im kindlichen Gehirn. Plakat Nr. 1.23. 16. Internationales Symposium über Carotinoide. Acta Biologica Cracoviensia Serie Botanica. 2011;53(suppl.1):29. 4 Johnson EJ et al., Lutein- und Zeaxanthinspiegel im Gehirn hängen mit der kognitiven Funktion bei Hundertjährigen zusammen (Zusammenfassung) *FASEB J.* 2011;25:975. 5 Lindbergh CA, Mewborn CM, Hammond BR, Renzi-Hammond LM, Curran-Celentano JM, Miller LS. 6 Beziehung von Lutein- und Zeaxanthinspiegeln zu neurokognitiven Funktionen: Eine fMRI-Studie älterer Erwachsener. *J Int Neuropsychol Soc.* 2016 Okt 25:1-12. [Epub ahead of print]. 7 Vishwanathan R, Iannaccone A, Scott TM, Kritchevsky SB, Jennings BJ, Carboni G, Forma G, Satterfield S, Harris T, Johnson KC, Schalch W, Renzi LM, Rosano C, Johnson EJ.

Die optische Dichte des Makulapigments hängt mit der kognitiven Funktion bei älteren Menschen zusammen. *Alter Alterung*. März 2014;43(2):271-5.

*Professor Gene Bruno, MS, MHS, der Provost für Huntington College für Gesundheitswissenschaften, ist Ernährungsberaterin, Kräuterkundlerin, Schriftstellerin und Pädagogin. Seit mehr als 37 Jahren bildet und schult er Naturproduktthändler und medizinisches Fachpersonal, hat für Dutzende von Nahrungsergänzungsmittelunternehmen Naturprodukte erforscht und formuliert und Artikel über Ernährung, Kräuterméizin, Nutrazeutika und integrative Gesundheitsthemen für Handel und Verbraucher geschrieben Zeitschriften und peer-reviewed Publikationen. Er ist unter gbruno@hchs.edu erreichbar.*

- Prof. Gene Bruno Blog

Originalartikel auf Englisch lesen.

Details

**Besuchen Sie uns auf: [natur.wiki](http://natur.wiki)**