

Obst- und Gemüsekonzentrat verringert Erkältungstage

Mittel kann Ausgaben für Medikamente langfristig senken

Forscherinnen und Forscher der Charité – Universitätsmedizin Berlin konnten erstmals zeigen, dass ein bestimmtes Nahrungsergänzungsmittel aus Frucht- und Gemüsesaftkonzentraten die Anzahl an Tagen mit schweren Erkältungssymptomen signifikant reduziert. Die im „British Journal of Nutrition“* veröffentlichte Studie sieht den potentiellen Nutzen des Präparats in einer verminderten Anzahl von Krankheitstagen und entsprechend geringeren Ausgaben für Erkältungsmedikamente.

Die vom Institut für Sozialmedizin, Epidemiologie und Gesundheitsökonomie an über 500 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Charité durchgeführte achtmonatige Studie beleuchtet die Wirkung des Präparats Juice Plus+® des US-amerikanischen Anbieters NSA aus Collierville, Tennessee. In einer randomisierten Doppelblindstudie nahm die Hälfte der Probanden täglich das Präparat ein, während die andere Hälfte ein Placebo erhielt. Schon nach zwei Monaten zeigte sich: Die Zahl der Erkältungen war in beiden Gruppen gleich häufig. Jedoch verlief die Erkältung in der Gruppe, die das Präparat erhalten hatte, deutlich milder. Im Ergebnis konnte eine Abnahme mittlerer und schwerer Erkältungssymptome um 20 Prozent festgestellt werden.

Die Frage, ob das Präparat bei längerer Verwendung geeignet ist, die Schwere der Symptome und die Häufigkeit von Erkältungen weiter zu vermindern, könnte laut Aussage der Autoren der Gegenstand zukünftiger Studien zu Juice Plus® sein. Unklar ist auch die spezifische Wirkungsweise des Präparats. „Das Ergebnis der Studie ist auf jeden Fall ermutigend, denn es zeigt, dass bestimmte Nahrungsergänzungsmittel die Belastungen und Folgen von Erkältungskrankheiten abmildern können“, sagt Prof. Stefan Willich, Direktor des Instituts für Sozialmedizin, Epidemiologie und Gesundheitsökonomie der Charité und Leiter der Studie.

Die Neutralität der Studie wurde dadurch gewährleistet, dass dem Hersteller des Präparats als Sponsor der Studie keine Studiendaten übermittelt wurden und dass dieser auch nicht an der Interpretation der Studienergebnisse beteiligt war.

*Stephanie Roll et al.: Reduction of common cold symptoms by encapsulated juice powder concentrate of fruits and vegetables: a randomised, double-blind, placebo-controlled trial. In: Br J Nutr. 2010 Aug 23: 1-5. DOI:10.1017/S000711451000317X

Kontakt:

Prof. Stefan N. Willich

Direktor des Instituts für Sozialmedizin, Epidemiologie und Gesundheitsökonomie

Campus Charité Mitte

t: +49 30 450 529 002

Der Link zur Pressemitteilung:

http://www.charite.de/charite/presse/pressemitteilungen/artikel/detail/obst_und_gemuesekonzentrat_verringert_erkaeltungstage/