

Aufgelesen...

September 2012

Alpha-Liponsäure, Diabetes und oxidativer Stress

2012 veröffentlichte das Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition die Ergebnisse einer randomisierten, doppelt-blinden, plazebokontrollierten Studie mit Alpha-Liponsäure (ALA) bei Diabetikern.

Alpha-Liponsäure wird vom Körper synthetisiert, ist aber auch Bestandteil mancher Nahrungsmittel (Leber, Spinat, Broccoli, Kartoffel, Bierhefe). Sie ist ein bedeutendes Antioxidans und regeneriert andere Antioxidantien, ist wichtig im Aminosäuren- und Energiestoffwechsel und moduliert Insulinsignale.

38 Personen mit Typ-2-Diabetes nahmen über sechs Monate unterschiedliche Dosen von Alpha-Liponsäure oder Plazebo zu sich. Die ALA-Dosen lagen bei 300, 600, 900 und 1200 mg/Tag. Am Ende der Supplementierungszeit wurden Nüchternblutzucker und HbA1c bestimmt. Bestimmt wurden auch einige Marker für oxidativen Stress und die Nierenfunktion anhand von Mikroalbumin im Urin und Serum-Creatinin.

ALA verbesserte die Blutzuckerbalance in dosisabhängiger Weise, d.h. mit steigender Dosierung nahmen die Blutzuckerwerte ab. Die

Prostaglandin-F2 -Isoprostane nahmen in der Kontrollgruppe zu, blieben aber in der Verumgruppe unverändert.

Keine Änderung gab es bei den Werten zur Nierenfunktion. Die Studienautoren folgern, dass damit der positive Effekt von Alpha-Liponsäure auf den Glukosestatus bestätigt wird und ihre ebenfalls positive Auswirkung auf Veränderungen bei Diabetikern, die durch oxidativen Stress verursacht ist.

(Kontakt: psupatra@kku.ac.th)
(Quelle: Abstract, PMID: 22374556)

Porasuphatana S, Suddee S, Nartnampong A, et al. Glycemic and oxidative status of patients with type 2 diabetes mellitus following oral administration of alpha-lipoic acid: a randomized double-blinded placebo-controlled study. Asia Pac J Clin Nutr. 2012;21(1):12-21.

... und ein Hinweis von PreventNetwork:

Alpha-Liponsäure für die orale Gabe enthält häufig zu gleichen Teilen die R- und S-Form, wobei die R-Form die in der Natur vorkommende, besser bioverfügbare Form ist. Höher dosierte Kapseln (300 mg) mit dieser kombinierten ALA gibt es beispielsweise vom amerikanischen Hersteller Thorne Research, der auch ein reines R-ALA-Produkt führt. Nähere Informationen erhalten Sie auf Mailanfrage (online@preventnetwork.com).