



NZZ Online

Freitag, 09. November 2007, 11:46:30 Uhr, NZZ Online

Nachrichten > Zürich

9. November 2007, 10:46, NZZ Online

Dunkle Schokolade als Medizin

Zürcher Universitätsspital belegt günstigen Effekt auf Herzkranzgefässe



Dunkle Schokolade ist gut fürs Herz. (Bild: PD)

Dunkle Schokolade ist nicht nur gut für die Seele sondern auch fürs Herz: Bereits 40 Gramm Schokolade mit einem Kakaoanteil von über 70 Prozent erweitern die Herzkranzgefässe und verbessern die Aktivität der Blutplättchen, wie eine am Freitag veröffentlichte Studie des Universitätsspitals Zürich ergab.

(ap) In den letzten Jahren seien zahlreiche gesundheitsfördernde Eigenschaften von Kakao entdeckt worden. So hat die selbe Forschungsgruppe des Universitätsspitals bereits im vergangenen Jahr festgestellt, dass dunkle Schokolade auch den ungünstigen Effekt von Zigaretten-Rauch auf die Gefässfunktion verbessern kann. Kakao ist reich an natürlichen Antioxidantien, welche oxidativen Stress vermindern. Dieser spielt eine wichtige Rolle im Alterungsprozess und bei Atherosklerose und kann zu Herzinfarkt oder Hirnschlag führen.

Patienten mit einem transplantierten Herz, mit erhöhten Blutfetten oder Bluthochdruck weisen wegen oxidativem Stress enggestellte Herzkranzgefässe und erhöhte Blutplättchenaktivität auf. Basierend auf diesen Erkenntnissen hat die Forschungsgruppe der Klinik für Kardiologie die Wirkung einer flavonoid-reichen, kommerziell erhältlichen, dunklen Schokolade auf deren Wirkung auf Herzkranzgefässe und Blutplättchen bei Herztransplantierten untersucht.

Die Studie zeigte, dass bereits der Verzehr von 40 Gramm dunkler Schokolade mit einem Kakaoanteil von über 70 Prozent dank der darin enthaltenen Flavonoide die Herzkranzgefässe nach nur zwei Stunden erweitern kann. Im Studienmodell zeigten jene Patienten, welche dunkle Schokolade erhalten hatten, eine Erweiterung des Gefässdurchmessers und eine Verbesserung deren Funktion. Keine Veränderung wiesen dagegen jene Patienten auf, die flavonoid-freie Placebo-Schokolade assen. Zusätzlich wurde festgestellt, dass dunkle Schokolade auch die Blutplättchenaktivität ähnlich dem Aspirin verbessert.

Diese nun erstmals nachgewiesene Wirkung von dunkler Schokolade auf das Herz, zeigt möglicherweise alternative Strategien auf, wie Patienten vor Artherosklerose geschützt werden können und das Risiko eines Herzinfarkts oder eines Hirnschlags reduziert werden kann. Grösser angelegte Studienmodelle sollen nun den Einfluss dunkler Schokolade auf die Erkrankungswahrscheinlichkeit oder die Reduktion der Sterblichkeit

untersuchen.

Diesen Artikel finden Sie auf NZZ Online unter:

http://www.nzz.ch/nachrichten/zuerich/unispital_zuerich_schokolade_dunkel_herz_1.581992.html

Copyright © Neue Zürcher Zeitung AG

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung oder Wiederveröffentlichung zu gewerblichen oder anderen Zwecken ohne vorherige ausdrückliche Erlaubnis von NZZ Online ist nicht gestattet.
