

--- Auszug / Kurzfassung ---

Niacin war, ist und wird immer lebensnotwendig sein und zur Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen beitragen, nur mal so zum Einstieg

Von W. Todd Penberthy et al.

OMNS (9. März 2024)

Niemand bestreitet, dass die Niacin-Anreicherung einer der größten Fortschritte in der Geschichte der öffentlichen Gesundheit in den USA war, und diese Niacin-Anreicherung rettet auch heute noch, im Jahr 2024, unzählige Menschen vor dem übermäßigen Verzehr von verarbeiteten Lebensmitteln.

Warum also gibt es jetzt Nachrichten, die in Frage stellen, ob die Niacin-Anreicherung plötzlich Herz-Kreislauf-Erkrankungen verursachen könnte? Nun, es erregt Ihre Aufmerksamkeit, damit Sie sich die eingblendete Werbung ansehen können, aber es begann mit einer gerade veröffentlichten Studie der Gruppe von Stanley Hazen an der Cleveland Clinic.

Die Studie umfasst die Messung von Plasmastoffwechselprodukten, die mit schwerwiegenden kardiovaskulären Ereignissen (MACE, *major adverse cardiovascular events*) korrelieren. Es wurden zwei *ausgeschiedene* Metaboliten (2PY und 4PY) identifiziert, die mit MACE in Verbindung stehen. Wie die meisten Metaboliten werden auch sie vom Körper aus einem bestimmten Grund ausgeschieden.

Diese beiden Plasmametaboliten werden nach dem Abbau von NAD gebildet (Nikotinamid-Adenin-Dinukleotid; Vitamin B3 wird zur Herstellung von NAD benötigt).

Die Autoren haben sich jedoch dafür entschieden, 2PY und 4PY als "Niacin-assoziierte" Metaboliten zu bezeichnen, obwohl es sich in Wirklichkeit um "NAD-assoziierte" Metaboliten handelt. 2PY und 4PY sind Abbauprodukte von NAD, und nicht etwa von Niacin!

Bis zur Veröffentlichung durch die Cleveland Clinic waren diese Metaboliten, 2PY und 4PY, nie mit einer negativen MACE oder anderen negativen Ergebnissen in Verbindung gebracht worden. Nephrologische Fachzeitschriften haben versucht festzustellen, ob es sich dabei um echte urämische Toxine handeln könnte.

In einer VA-Analyse (*Varianzanalyse*) von über 3,2 Millionen Patienten über einen Zeitraum von acht Jahren wurde jedoch gezeigt, dass Niacin die Sterblichkeit tatsächlich um 11 % senkt. Dies hatte einen unglaublich validen P-Wert, und eine Analyse aller nephrologischen Fachzeitschriften, die sich mit Niacin befassen, zeigt einen klaren Nutzen.

Niacin hat eiweiß- und harntreibende Eigenschaften, verbessert die GFR (*glomeruläre Filtrationsrate*), und einige Studien haben Verbesserungen des Nebenschilddrüsenstatus und des FGF 23 (*Fibroblasten-Wachstumsfaktor*) gezeigt. Tatsächlich scheinen diese Metaboliten mit einer Verbesserung von Produktion, Fibrose und Entzündung verbunden zu sein. Dies steht im Widerspruch zu den Behauptungen der Autoren in der Veröffentlichung der Cleveland Clinic.