

Hoher Salzkonsum erhöht Herzschwäche-Risiko deutlich

28.08.2017, 09:00 | Wissenschaft, Forschung, Bildung

Pressemitteilung von: *Deutsche Gesellschaft für Kardiologie - Herz- und Kreislaufforschung e. V.*

Presseagentur: *Deutsche Gesellschaft für Kardiologie - Herz- und Kreislaufforschung e. V.*

Pressemitteilung der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie zum Europäischen Kardiologiekongress (ESC) 2017

Wer sich sehr salzreich ernährt, hat ein deutlich erhöhtes Risiko, an Herzinsuffizienz zu erkranken, berichten Experten auf dem Europäischen Kardiologiekongress in Barcelona. Die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie plädiert für mehr Lebensstil-Prävention.

Düsseldorf, Barcelona, Helsinki, 28. August 2017 – Ein hoher Salzkonsum erhöht das Risiko für eine Herzschwäche deutlich. Das zeigt eine groß angelegte finnische Studie mit mehr als 4.000 Teilnehmern, die auf dem Europäischen Kardiologiekongress (ESC) in Barcelona vorgestellt wurde, berichtet die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie (DGK). Hoher Salzkonsum ist eine wesentliche Ursache für Bluthochdruck und ein bekannter Risikofaktor für Schlaganfall und Koronare Herzkrankheit (KHK). Inwieweit Salz auch zu einem Herzinsuffizienz-Risiko beiträgt, untersuchte Prof. Pekka Jousilahti vom National Institute for Health and Welfare, Helsinki, Finnland mit seinem Team. Als Goldstandard zur Erhebung des individuellen Salzkonsums wurden 24-Stunden-Urinproben gemessen, die Forscher waren also nicht auf die Eigenangaben der Probanden angewiesen. Erhoben wurden darüber hinaus Gewicht, Größe, Blutdruck und diverse Laborparameter im Blut. Die Studienkohorte wurde über 12 Jahre nachverfolgt.

In diesem Zeitraum entwickelten 121 der insgesamt 4.630 Studienteilnehmer eine Herzinsuffizienz. Personen, die mehr als 13,7 Gramm Salz pro Tag konsumierten, hatten ein zweimal höheres Risiko, eine Herzschwäche zu entwickeln, als jene Gruppe, die am wenigsten Salz konsumierte – nämlich unter 6,8 Gramm. Die Weltgesundheitsorganisation WHO empfiehlt einen maximalen Salzkonsum von fünf Gramm pro Tag und definiert einen physiologischen Tagesbedarf von zwei bis drei Gramm.

„Der übliche Salzkonsum liegt auch in Deutschland weit über diesen Empfehlungen“, so Prof. Dr. Eckart Fleck, Pressesprecher der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie (DGK). „Daten, wie sie diese Studie liefert, sind ein weiterer Hinweis, dass der kardiovaskulären Prävention durch geeignete Ernährung und andere Lebensstilmaßnahmen noch viel mehr Bedeutung zukommen sollte.“

Einer Studie des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) zufolge nehmen Männer in Deutschland im Schnitt täglich 10 Gramm Salz und Frauen 8,4 Gramm zu sich. Etwa 80 Prozent der täglichen Salzzufuhr, so die deutsche Verbraucherzentrale, stammt aus verarbeiteten Lebensmitteln. Hauptquellen sind Brot und Brötchen (27 bis 28 Prozent der Salzzufuhr), Fleisch- und Wurstwaren (15 bis 21 Prozent), Milchprodukte und Käse (10 bis 11 Prozent). Häufig enthalten auch Fertiggerichte und Instantsuppen sehr viel Salz, ebenso salziges Knabbergebäck.

Quelle: ESC 2017 Abstract 1192 Jousilahti et al. Salt intake and the risk of her failure. European Heart Journal (2017) 38 (Supplement) 710

Informationen:

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie

Pressesprecher: Prof. Dr. Eckart Fleck (Berlin)

Hauptstadtbüro der DGK: Leonie Nawrocki, Tel.: 030 206 444 82

Pressestelle: Kerstin Kacmaz, Düsseldorf, Tel.: 0211 600692 43

presse@dgk.org

B&K – Bettschart&Kofler Kommunikationsberatung, Dr. Birgit Kofler, Berlin/Wien, Tel.: +43-676-6368930; Tel.: 030 700159 676; kofler@bkkommunikation.com

Die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz und Kreislaufforschung e.V. (DGK) mit Sitz in Düsseldorf ist eine gemeinnützige wissenschaftlich medizinische Fachgesellschaft mit mehr als 10.000 Mitgliedern. Sie ist die älteste und größte kardiologische Gesellschaft in Europa. Ihr Ziel ist die Förderung der Wissenschaft auf dem Gebiet der kardiovaskulären Erkrankungen, die Ausrichtung von Tagungen die Aus-, Weiter- und Fortbildung ihrer Mitglieder und die Erstellung von Leitlinien. Weitere Informationen unter www.dgk.org

Weitere Informationen:

- <http://www.dgk.org/presse>
- <http://www.kardiologie.org>

Quelle: idw

Portrait

-

News-ID: 965375 • Views: 402 (Stand: 02.08.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/965375/Hoher-Salzkonsum-erhoeht-Herzschwaecher-Risiko-deutlich.html>