



1 Zusammenfassung

Hintergrund

Die Açaí-Beere ist eine von Natur aus zuckerfreie Palmenfrucht der Gattung *Euterpe* aus dem Amazonasdelta, die als Superfood gilt. In Studien zur Açaí-Beere konnten bislang antioxidative Effekte, Effekte auf den Blutdruck und auf die subjektive Gesundheitswahrnehmung gezeigt werden [45].

Da AçaíPur[®] zu 100% aus konzentriertem Fruchtmarm besteht und durch das spezielle Verarbeitungsverfahren 98% der phytochemischen Eigenschaften erhalten bleiben wurde es als Prüfpräparat gewählt.

Ziel der von der „Stiftung für Mikronährstoffe - Prävention, Gesundheit, Lebensqualität gem. GmbH“ durchgeführten ersten Açaí-Studie in Deutschland war es, die Wirkungen der in der Literatur beschriebenen Eigenschaften der Açaí-Beere auf die Gesundheit älterer Probanden zu verifizieren.

Methodik

Unverblindete, randomisierte kontrollierte zweiarmige 2:1-faktorielle Cross-over-Studie an 90 Probanden mit einem Studienzeitraum von 90 Tagen zwischen März und September.

Die Probanden nahmen über einen Zeitraum von 12 Wochen täglich bis zu dreimal täglich einen Sachtet à 2 g AçaíPur[®] je nach Ernährungsgewohnheit in ein Kaltgetränk oder eine Kaltspeise gerührt ein.

Ergebnisse

Die Lebensqualität der AçaíPur[®]-Gruppe hat sich in nahezu allen, mittels dem SF-36 gemessenen Lebensqualitätsdimensionen deutlich verbessert. Nach der 90-tägigen AçaíPur[®]-Supplementierung zeigt sich, verglichen mit den Kontrollprobanden, ein signifikanter Vorteil der AçaíPur[®] Probanden in den Lebensqualitätsbereichen: Vitalität, psychisches Wohlfinden und allgemeine Gesundheit.

Es zeigt sich ein signifikanter Vorteil der Probanden mit AçaíPur[®]-Supplementierung hinsichtlich des systolischen und diastolischen Blutdrucks sowie der Herzfrequenz in Ruhe: Der systolische Blutdruck konnte durch die Supplementierung um 7,21 mmHg, der diastolische um 4,05 mmHg und die Herzfrequenz um 3,84 Schläge/min gesenkt werden. Der Body Mass Index (BMI) blieb ebenso wie der HbA_{1c}-Wert nahezu unverändert.

Die Ergebnisse hinsichtlich des oxidativen Stress und des C-reaktiven Proteins (CRP) sind uneinheitlich und daher ist die Interpretation der Ergebnisse nicht eindeutig. Klare Trends durch die AçaíPur[®]-Supplementierung können multifaktoriell bedingt in dieser Studie nicht gezeigt werden, sodass Anschlussuntersuchungen in Vorbereitung sind.

Hinsichtlich der Stoffwechselbilanz zeigt sich ein deutlicher Vorteil der Probanden mit AçaíPur[®]-Supplementierung: der Laktat-Pyruvat-Quotient sank um 1,5, während er bei den Kontrollprobanden um 2,76 anstieg.

Diskussion

AçaíPur[®] hat in dieser Studie einen deutlich positiven Einfluss auf die Lebensqualität, den Blutdruck, die Herzfrequenz sowie die Stoffwechselbilanz gezeigt und bestätigt somit die gesundheitsfördernden Eigenschaften der Açaí-Beere.