

Dr. Robert Clarke a kolektiv z University of Oxford v Británii provedli meta-analýzu 10 randomizovaných studií se 77917 účastníky s předešlou CHD nebo mrtvicí nebo vysokým rizikem CVD. V současnosti guideliney AHA doporučují užívání omega-3 FA pro prevenci CVD. Meta-analýza zahrnovala několik vysoce profilových studií, jako je ORIGIN, JELIS, GISSI-HF a GISSI-P s alespoň 500 účastníky a s průměrnou délkou trvání 1 až 6,2 roku. V nich byla testována denní dávka omega-3 FA 226 až 1800 mg EPA (eikosapentaenová kyselina) a 0 až 1700 mg DHA (dokosahexanová kyselina), v jedné pouze 1800 mg/den EPA. Asi 23% mělo předchoze CHD, diabetes, celkový cholesterol 193,1 mg/dl nebo více nebo triglyceridů více než 150,4 mg/dl a kolem 15% hlásilo předchozí užití statinu.

Analýza našla, že po alespoň 12 měsících suplementace omega-3 FAs nebyl signifikantní efekt na poměry CHD příhod (RR 0,96; P = 0,12), včetně nonfatálního IM (RR 0,97; P = 0,40) nebo CHD smrti (RR 0,93; P = 0,05). Omega-3 FAs rovněž nebyli signifikantně spojeni s poměry závažných vaskulárních příhod (RR 0,97; P = 0,10), mrtvic (RR 1,03; P = 0,56) nebo revaskularizací (RR 0,99; P = 0,61). Nicméně autoři píší, že 95% CI v analýze „nemůže vyloučit 7% nižší riziko velkých vaskulárních příhod a 10% nižší riziko CHD spojené s doplňky omega-3 FA“. Na podzim by měly být výsledky dalších studií s dalšími 40000 účastníky, do té doby platí doporučení konzumace 2 rybích pokrmů týdně nebo doplňků omega-3.

*Zdroj: No CVD Benefit With Omega-3 Fatty Acids - Medscape - Feb 02, 2018.*