

prosenttia pelkkään statiinihoitoon verrattuna. Yhdysvaltain lääkevirasto FDA myöntäneen nyt E-EPAlle käyttötarkoituksen (indikaation) sydäntautien ehkäisyyn ja hoitoon.

Tutkimukseen valittiin E-EPA-kalaöljy, jonka tiedetään alentavan kohonneita triglyseridejä nopeasti ja tehokkaasti. Statiinit alentavat kylläkin kolesterolia, mutta eivät juuri triglyseridejä, joita pidetään sydänsairauksien riskitekijöinä. Niinpä tutkittavaksi hoitokäsitteeksi valittiin puhdistettu, väkevöity E-EPA, kauppanimeltään *Vascepa* (jota ei myydä Suomessa). Uutta tässä tutkimuksessa oli se, että E-EPAn päiväannos oli 4 grammaa ja vaikutusaika pitkä, viisi vuotta. Monissa aikaisemmissa tutkimuksissa on annettu liian pieniä kalaöljyn päiväännoksia vain lyhyen aikaa, eikä ole saatu toivottua vaikutusta sydänterveyteen.

REDUCE-IT-tutkimuksen tulokset esitetään Yhdysvaltain sydänliiton (AHA) vuosikokouksessa 10.11.2018 (Chicagossa Scientific Sessions of the American Heart Association). Sen jälkeen sydänlääkäreiden ammattilehdet - ja toivottavasti myös muut tiedotusvälineet - tulevat kirjoittamaan tutkimuksesta laajasti.

Amerikkalaisissa ANCHOR- ja MARINE-tutkimuksissa E-EPA (2 tai 4 g/vrk) korjasi merkittävästi veren rasvahäiriöitä, minkä uskotaan vähentävän sepelvaltimotaudin ja sydäninfarktin riskiä. Näiden tutkimusten perusteella Yhdysvaltain lääkevirasto FDA myönsi heinäkuussa 2012 E-EPAlle lääkestatuksen ja käyttötarkoituksen (indikaation) kohonneiden triglyseridien (yli 5,63 mmol/l) alentamiseen. E-EPA-hoito onkin parantanut valtimotautien ennustetta kuvantamistutkimusten perusteella.

E-EPAlla on sydänterveydessä monia muitakin hyviä vaikutusmekanismeja kuin triglyseridien alentaminen ja tulehduksen vaimennus. E-EPA ehkäisee valtimoplakkien repeämistä, jolloin sydän- ja ai-

voinfarktien riski pienenee. Äskettäin havaittu uusi vaikutusmekanismi on sydänfibroosin eli sidekudostumisen ehkäisy. E-EPA suurentaa omega-3-indeksiä, joka antaa hyvää suojaa sydän- ja valtimotauteja vastaan.

Japanilaiset ja amerikkalaiset terveystaloustutkijat ovat analysoineet E-EPAn käytön tehokkuutta ja taloudellisuutta statiinihoitoa saavien sydänpotilaiden täydentävänä hoitona. Analyysien mukaan E-EPA-lisä antaa paremman kliinisen tehon kuin pelkkä statiini ja on kustannustehokasta sepelvaltimotaudin päätapahtumien sekundaariehkäisyssä. Talousvaikutusten tutkiminen on tärkeää, koska sydäntaudit kuormittavat terveydenhuoltoa ja aiheuttavat suuria kustannuksia kansantalouksille. Näiden analyysien ja REDUCE-tutkimuksen perusteella voidaan todeta, ettei näyttö E-EPAn hyödyistä ole mielipidekysymys. Suomen sairaaloissa hoidetaan nyky-

sin vuosittain noin 17 000 sepelvaltimotautikohtausta, minkä lisäksi noin 6 000 ihmistä kuolee vuosittain sepelvaltimotautiin kotona tai matkalla sairaalaan. E-EPA olisi voinut pelastaa heistä monia.

LISÄÄ TUTKIMUKSIA TULOSSA

Tällä hetkellä on käynnissä neljä muuta suurta kliinistä tutkimusta, joissa vahvaa kalaöljyä (4 g/vrk) tai lumetta annetaan 26 000 sydänlääkettä syöville potilaille. Yksi näistä tutkimuksista on nimeltään Statin Residual Risk Reduction with EpaNova in High Cardiovascular Risk Patients with Hypertriglyceridemia, lyhyesti STRENGTH. Siinä 13 000 potilasta, joilla on kohonneet seerumin triglyseridit ja matala HDL-kolesteroli, saa joko statiinien lisänä 4 g/vrk väkevöityä kalaöljyä tai lumetta (maissiöljyä) 3-5 vuotta. Tämä tutkimus alkoi loka-kuussa 2014 ja sen odotetaan päättyvän vuonna 2019.

Toiseen, Evaporate-nimiseen projektiin osallistuu 80 potilasta, iältään 30-80-vuotiaita, joilla on todettu tietokonekuvauksessa sepelvaltimoissa vähintään yksi ainakin 20 prosentin ahtauma. Osalla potilaista on tyypin 2 diabetes. Kaikki osallistujat syövät ennestään kolesterolilääkkeitä (statiineja ja/tai etsemibiä). Puolet koehenkilöistä saa lääkkeiden lisänä päivittäin joko 4 grammaa vahvaa kalaöljyä tai maissiöljyä 3-5 vuotta. Hoito- ja verrokki-ryhmien sydäntapahtumia verrataan sitten toisiinsa. Hanke aloitettiin syyskuussa 2016 ja sen odotetaan päättyvän syyskuussa 2019.

Kuten huomaamme, kalaöljyn vaikutuksista sydänterveyteen ei ole vielä sanottu viimeistä sanaa. Näyttää vahvasti siltä, että uudet kliiniset tutkimukset puoltavat huomattavasti entistä vahvempien kalaöljyvalmisteiden käyttöä, entistä suurempina päiväännoksina, jolloin saadaan hyviä hoitotuloksia.*



**Triglyseridit
sydäntautien
riskitekijöinä**