



Kela tiedottaa 12.3.

Kolesteroli kuriin ensisijaisesti ruokavalion avulla

Kelan tutkimuksessa selvitettiin lääkehoidon ja toisaalta ruokavalion vaikutuksia keski-ikäisten miesten mielialaan ja veren steroidihormonien pitoisuuksiin.

Tutkimuksen tulokset on julkaistu arvostetussa kansainvälisessä aikakausjulkaisussa¹. Odotusten mukaisesti kumpikin hoito alensi veren kolesterolipitoisuutta. Lääkehoito oli ruokamuutoksia tehokkaampi².

– Kansantaudin ehkäisyyn tarkoitetun lääkehoidon pitää olla sellainen, ettei sillä ole sivuvaikutuksia, varsinkin kun kohtuullisen hyvä tulos saavutetaan ilman lääkkeitä, esimerkiksi ruokavalion muutoksilla, painottaa vanhempi tutkijalääkäri **Markku T. Hyyppä** Kelasta, ja jatkaa:

– Vaikka tutkimuksessa ei lääkehoidosta ilmennyt vakavia haittavaikutuksia, on kolesterolia alentavan lääkehoidon käytössä syytä olla varuillaan. Jos veren kolesterolipitoisuus saadaan pienenemään ruokavaliomuutoksilla, on se lääkehoitoa suositeltavampi keino.

Kolesterolia alentavat statiinilääkkeet, kuten simvastatiini, pienentävät tehokkaasti kolesterolipitoisuutta. Kolesterolipitoisuuden pienenemisen oletetaan estävän sepelvaltimotaudin kehittymistä. Sepelvaltimotauti on yksi merkittävimmistä kansantaudeistamme, jonka hoitoon käytetään mm. kolesterolilääkkeitä. Näiden lääkkeiden kulutus kasvaa nopeasti, ja tällä hetkellä jo lähes 300 000 henkilöä saa niihin korvausta Kelalta.

Tutkimuksessa mukana olleiden mieliala laski hieman simvastatiinilääkehoidon seurauksena. Henkilöiden aggressiivisuudessa ei sen sijaan tapahtunut muutosta, vaikka aikaisemmissa tutkimuksissa vihamielisyyden on arveltu kasvavan kolesterolin laskiessa. Lääkehoito alensi hieman testosteronin pitoisuutta. Toisen anabolisen steroidin eli dehydroepiandrosteronin pitoisuus veressä taas nousi. Vaikka ääritapauksissa masennus ja testosteronin puute voivat liittyä toisiinsa, ei tässä tutkimuksessa voitu osoittaa hormoni- ja mielialamuutosten välillä yhteyttä.

Simvastatiinilääkehoito vaikuttaa miehillä steroidihormonien muodostumiseen. Se jarruttaa testosteronin muodostumiseen tarvittavan entsyymien toimintaa. Vähäiset hormonimuutokset eivät liity mielialamuutoksiin, joita simvastatiinilääkehoito saattaa aiheuttaa. Sen sijaan ruokavaliohoito ei vaikuttanut hormonitoimintaan tai mielialaan.

Lisätietoja

Markku T. Hyyppä, vanhempi tutkijalääkäri, dosentti, Kelan tutkimusosasto, puh. 020 434 6286, markku.hyyppa@kela.fi

Julkaisu

1. Hyyppä M, Kronholm E, Virtanen A, Leino A, Jula A. :

Does simvastatin affect mood and steroid hormone levels in hypercholesterolemic men? A randomized double-blind trial. *Psychoneuroendocrinology* 2003; 28: 181–194.

2. Jula A, Marniemi J, Huupponen R, Virtanen A, Rastas M, Rönnemaa T. :

Effects of diet and simvastatin on serum lipids, insulin, and antioxidants in hypercholesterolemic men. A randomized controlled trial. *JAMA (The Journal of the American Medical Association)* 2002;287:598-605.