

Bakgrund

Hyperkolesterolemi innebär kardiovaskulär ohälsa. Extrakt av *Cynara scolymus* (ALE) föreslås kunna sänka LDL-nivåer och öka HDL-nivåer i blodet.

Vetenskapliga underlaget

Litteratursökningen genomfördes i databaserna PubMed, Scopus och Clinicaltrials.gov med sista sökningen den 27 mars 2021. Fyra randomiserade, dubbelblindade och placebokontrollerade studier med totalt 269 vuxna med olika grader av hyperkolesterolemi inkluderades och pågick mellan 8 till 12 veckor. Interventionen var standardiserat ALE i tablettform versus placebo. Sammanvägd risk för bias för TC, LDL och HDL bedömdes som låg. Inga biverkningar rapporterades i studierna. Det fanns låg (++) evidens för ALE:s sänkande effekt på LDL och mycket låg evidens (+) för effekter på TC och HDL.

Slutsats

Det sammanvägda resultatet visade att ALE hade viss sänkande effekt på LDL-nivåerna hos hyperkolesterolemiska vuxna, dock med låg extern validitet och reliabilitet. Effekter av ALE på HDL och TC förblev oklara på grund heterogenitet i studiernas resultat och design.

Det krävs fler studier om effekterna av ALE på lipider för att utveckla kliniska, evidensbaserade råd och öka validiteten gällande den terapeutiska nyttan av kronärtskocksextrakt.

Behandlingsmål

Vid hyperkolesterolemi är behandlingsmålet för serum lipidnivåer hos vuxna är: TC <199 mg/dL, HDL >40-60 mg/dL, LDL <70-130 mg/dL, TG <150 mg/dL (5).

Kostrekommendation

Kronärtskocksextrakt vid hyperkolesterolemi kan inte rekommenderas eftersom det vetenskapliga underlaget kräver fler studier och inga preparat med ALE finns registrerade i EU med indikationen lipidsänkande. ALE har få kända biverkningar; gravida, ammande och personer med allergi mot växtfamiljen Asteraceae avråds från användning. Ett kostmönster liknande Medelhavskost, där kronärtskocka är en integral del, med ett begränsat intag av mättat fett och ett ökat intag av fullkorn, grönsaker, frukt och fisk har starkast vetenskapligt stöd för minskad risk för flera sjukdomar inklusive kardiovaskulär ohälsa och kan rekommenderas för personer med hyperkolesterolemi. Att bibehålla en normalvikt, vara rökfri och fysisk aktiv är andra faktorer som främjar god hälsa.

Referenser

1. Rondanelli M, Riva A, Petrangolini G, Allegrini P, Bernardinelli L, Fazia T, et al. The Metabolic Effects of Cynara Supplementation in Overweight and Obese Class I Subjects with Newly Detected Impaired Fasting Glycemia: A Double-Blind, Placebo-Controlled, Randomized Clinical Trial. *Nutrients*. 2020;12(11):3298.
2. Rezazadeh K, Rezazadeh F, Ebrahimi-Mameghani M. The effect of artichoke leaf extract supplementation on lipid and CETP response in metabolic syndrome with respect to Taq1B CETP polymorphism: A randomized placebo-controlled clinical trial. *European Journal of Integrative Medicine*. 2018;17:112–8.
3. Rondanelli M, Opizzi A, Faliva M, Sala P, Perna S, Riva A, et al. Metabolic Management in Overweight Subjects with Naive Impaired Fasting Glycaemia by Means of a Highly Standardized Extract From *Cynara scolymus* : A Double-blind, Placebo-controlled, Randomized Clinical Trial. *Phytotherapy Research*. 2013;28(1):33–41.
4. Rondanelli M, Giacosa A, Opizzi A, Faliva MA, Sala P, Perna S, et al. Beneficial effects of artichoke leaf extract supplementation on increasing HDL-cholesterol in subjects with primary mild hypercholesterolaemia: a double-blind, randomized, placebo-controlled trial. *International Journal of Food Sciences and Nutrition*. 2012;64(1):7–15.
5. Nahikian-Nelms, Marcia. *Nutrition Therapy and Pathophysiology*. Fourth ed. 2020. Print.
6. Finkouskaya S, Nääs L. Effects of standardized *Cynara scolymus* extract on lipid status in adults with hypercholesterolemia with a focus on TC, HDL and LDL: a systematic review. 2021.

Sviatlana Finkouskaya och Linda Nääs

Självständigt arbete i klinisk nutrition 15 hp
Dietistprogrammet 180/240 HP
Datum: 2021-05-26

Sahlgrenska akademien vid
Göteborgs universitet
Avdelningen för invärtesmedicin och klinisk nutrition
Dietistprogrammet/Examensarbete



UNIVERSITY OF GOTHENBURG