

Tiivistelmä väitöskirjasta:

Mursu, J. *The role of polyphenols in cardiovascular diseases*. Kuopion yliopiston julkaisuja D. Lääketiede 409, (2007) 88 s.

### **Ravinnon flavonoidien merkitys sydän- ja verisuonisairauksissa**

Kasvisten, hedelmien ja marjojen syönnin on havaittu vähentävän riskiä sairastua sydän- ja verisuonitauteihin. Suojavaikutuksen on esitetty perustuvan fenolisten yhdisteiden kuten flavonoidien antioksidanttiominaisuuksiin, vaikkakin tutkimustulokset ovat olleet ristiriitaisia. Väitöskirjassa selvitettiin ravinnosta saatavien flavonoidien yhteyttä valtimokovettumatautiin eli ateroskleroosiin sekä sydän- ja verisuonitautiriskiä keski-ikäisillä, itäsuomalaisilla miehillä Sepelvaltimotaudin vaaratekijätutkimusaineistossa (SVVT). Lisäksi työssä selvitettiin mahdollisia mekanismeja tutkimalla flavonoidien ja fenolisten yhdisteiden vaikutuksia oksidatiiviseen stressiin, kuten veren rasva-aineiden hapettumiseen.

Osakokeiden poikkileikkaustutkimuksissa (ruokavalio vs. taudin yleisyys) havaittiin runsaan flavonoidien saannin olevan yhteydessä merkitsevästi pienentyneeseen kaulavaltimoiden ateroskleroosiin ja aivohalvausriskiin vain vähän flavonoideja saaviin verrattuna.

Syöttökokeissa havaittiin männyn kuorikerroksesta saatavan flavonoideja sisältävän petun nauttimisen vähentävän veren seerumin hapettumisalttiutta neljän viikon koejakson jälkeen. Sen sijaan kahvin ja suklaan nauttimisella ei ollut vaikutusta veren rasva-aineiden hapettumiseen.

Näiden tutkimusten perusteella runsaalla flavonoidien saannilla näyttäisi olevan edullisia vaikutuksia ateroskleroosiin ja aivohalvausriskiin. Syöttökokeilla ei kuitenkaan pystytty osoittamaan näiden suojavaikutusten aiheutuneen juuri antioksidanttivaikutusten kautta.

Alkuperäistiivistelmä:

<http://www.uku.fi/vaitokset/2007/ISBN978-951-27-0669-3jmursu.htm>