

Vegetarische voeding en risico op ischemisch of hemorragisch CVA

- 09 juni 2020
- door W. V.



In Taiwan zijn twee cohortonderzoeken uitgevoerd om het effect van een vegetarische voeding met of zonder vitamine B12-supplementen op de incidentie van ischemisch of hemorragisch cerebrovasculair accident (CVA) te evalueren.

Het eerste cohortonderzoek betrof 5.050 mensen die tussen 2007 en 2009 in het onderzoek werden opgenomen, en het tweede 8.302 mensen die in het onderzoek werden opgenomen in 2005 en werden gevolgd tot in 2014. Er was geen voorgeschiedenis van CVA bij inclusie in de studie. De gegevens over de eetgewoontes werden verzameld met vragenlijsten die door de vrijwilligers (gemiddelde leeftijd 50 jaar) werden ingevuld bij inclusie in de studie en tijdens de follow-up. Informatie over een eventueel CVA werd gehaald uit de nationale gegevensbanken van de gezondheidsverzekeringsmaatschappijen. Bij een gedeelte van de eerste cohorte werden de plasmaconcentraties bepaald van homocysteïne, vitamine B12 en foliumzuur. De gegevens werden gecorrigeerd voor leeftijd, geslacht, opleidingsniveau,

rookgedrag, alcoholconsumptie, lichaamsbeweging, body mass index (in de eerste cohorte), hypertensie, diabetes en dyslipidemie, en voorgeschiedenis van ischemisch hartlijden.

De vitamine B12-spiegel was lager en de plasmaconcentraties van foliumzuur en homocysteïne waren hoger bij de vegetariërs dan bij de andere deelnemers.

In de eerste cohorte werden 54 CVA's geregistreerd tijdens een follow-up van 30.797 persoonsjaren: 3 bij 1.424 vegetariërs en 28 bij 3.626 niet-vegetariërs, dus een incidentie van respectievelijk 0,21 en 0,77. In de tweede cohorte werden 121 CVA's geregistreerd tijdens een follow-up van 76.797 persoonsjaren. Bij vegetariërs werden 24 CVA's geregistreerd (0,88%) en bij de niet-vegetariërs 97 (1,73%).

Na statistische correcties concluderen de vorsers dat vegetariërs 60% minder kans liepen op een ischemisch of hemorragisch CVA. De vorsers hebben ook vastgesteld dat de inname van vitamine B12 de incidentie van vasculaire accidenten in het algemeen kan verlagen.

[Referenties](#)

- Neurology February 26, 2020, DOI: 10.1212/WNL.00000000000009093 Vegetarian diet and incidence of total, ischemic, and hemorrhagic stroke in 2 cohorts in Taiwan