

Medicinsk Nyhed

Omega-3-fedtsyrer og udvikling af aldersbetinget maculadegeneration

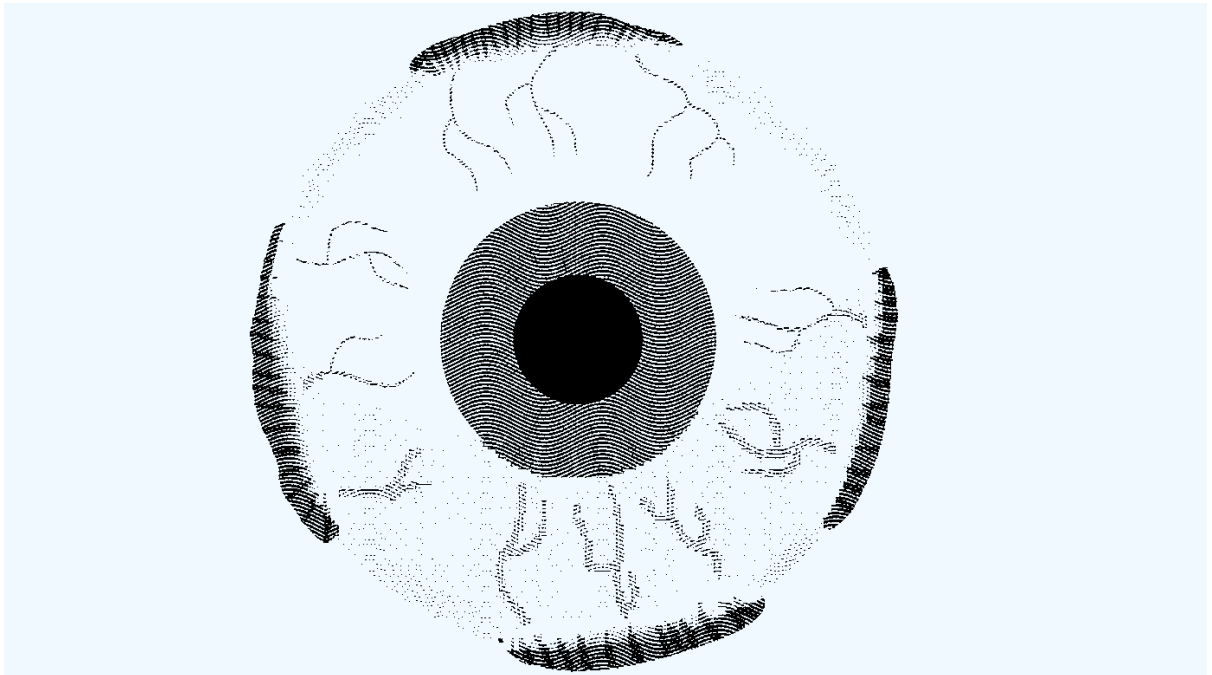
Indtagelse af omega-3-fedtsyrer har været foreslået som forebyggende mod aldersbetinget maculadegeneration. Et nyt studie genbesøger denne hypotese.

Aldersbetinget maculadegeneration (AMD) er fortsat en stor udfordring med hensyn til syn. På globalt plan menes op til 200 mio. mennesker at være afficeret. Tidligere har indtagelse af omega-3-fedtsyrer været foreslået som forebyggende, men resultater indtil videre er ikke entydige. Et nyt studie har genbesøgt hypotesen med et prospektivt studie fra UK Biobank-kohorten.

Professor, overlæge, Torben Lykke Sørensen, Øjenafdelingen, Sjællands Universitetshospital, kommenterer: »Rigtig mange individer har med alderen tidlige tegn på AMD, men relativt få udvikler symptomer eller sene stadier af AMD. På trods af dette udgør de sene stadier af AMD: våd og sen tør AMD, et betydeligt tab af livskvalitet for mange ældre, hvorfor det vil være af afgørende betydning at vide, hvordan risikoen for udvikling af sene stadier kan reduceres væsentligt. Det aktuelle studie viser, at høje niveauer af omega-3 i blodet nedsætter risikoen for udvikling af våd AMD med ca. 24% hos alle individer uden AMD. Denne reduktion er på linje med andre anbefalinger, som er rygeophør, regelmæssig motion og bestemt tilskud af vitaminer og mineraler, og kan som nævnt have stor betydning for det enkelte individ. Det er vigtigt, at disse interventioner ikke rummer væsentlige risici, da det som nævnt fortsat er en minoritet af individer med de tidligere stadier af AMD, der udvikler de klinisk betydende sene stadier. Dette studie bidrager væsentligt til viden om dette. Dog bidrager studiet ikke til, om omega-3 påvirker udviklingen af sen tør AMD: geografisk atrofi, og om det kan være relevant at anbefale indtagelse af omega-3 i de tilfælde, hvor der er udviklet våd AMD på det ene øje, men hvor der fortsat er tidligere stadier på det andet øje. Dette er ærgerligt, da det er den mest relevante gruppe af adresser i forhold til risiko for at udvikle symptomer og tab af syn. Hermed persisterer risikoen for overintervention og unødvendigt forbrug af kosttilskud fortsat, også efter dette studium«.

[Xue CC, Li H, Yu M, et al. Omega-3 fatty acids as protective factors for age-related macular degeneration: prospective cohort and Mendelian randomization analyses. *Ophthalmology* 2025;132\(5\):598-609. <https://doi.org/10.1016/j.ophtha.2024.12.005>](https://doi.org/10.1016/j.ophtha.2024.12.005)

Interessekonflikter ingen



Redigeret af Jens Peter Gøtze, jpg@dadlnet.dk