



Suplemen Coenzyme Q10 Mengurangi Miopati akibat Terapi Statin

Obat-obat golongan statin paling sering diberikan sebagai terapi pasien hiperlipidemia. Selain efektif menurunkan kadar kolesterol, statin memiliki berbagai efek pleiotropik sehingga diberikan sebagai terapi tambahan untuk penyakit-penyakit lain seperti diabetes, aritmia ventrikular, penyakit arteri perifer, kanker, osteoporosis dan depresi. Metaanalisa terhadap beberapa penelitian acak terkontrol memperlihatkan bahwa pemberian statin secara bermakna menurunkan angka kejadian kardiovaskular.

Obat-obat golongan statin paling sering diberikan sebagai terapi pasien hiperlipidemia. Selain efektif menurunkan kadar kolesterol, statin memiliki berbagai efek pleiotropik sehingga diberikan sebagai terapi tambahan untuk penyakit-penyakit lain seperti diabetes, aritmia ventrikular, penyakit arteri perifer, kanker, osteoporosis dan depresi. Metaanalisa terhadap beberapa penelitian acak terkontrol memperlihatkan bahwa pemberian statin secara bermakna menurunkan angka kejadian kardiovaskular.

Efek samping statin yang paling sering terjadi adalah miopati. Gejala miopati bervariasi, seperti lemah, nyeri, hingga rhabdomyolisis yang mengancam jiwa. Sejumlah 25% pasien pengguna statin yang rajin berolah raga mengalami kelemahan pada otot, nyeri dan kram karena pemberian statin. Miopati mengganggu kualitas hidup pasien, karena mengganggu kemampuan pasien menjalankan aktifitas hidup sehari-hari seperti membuka botol, dan juga aktifitas fisik berat seperti berolah raga.

Hingga kini mekanisme terjadinya miopati akibat statin belum diketahui dengan jelas, namun diperkirakan berhubungan dengan apoptosis miofibril dan penurunan biosintesa coenzyme Q10.

Terapi untuk menghilangkan gejala miopati biasanya adalah menghentikan terapi statin. Namun hal ini dapat mengganggu kontrol kolesterol LDL (*low density lipoprotein*) dan akan meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular. Apakah terapi dengan suplemen coenzyme Q10 dapat membantu memperbaiki gejala miopati?

Dr. Giuseppe Caso dan rekan dari Stony Brook University, Stony Brook, New York, Amerika Serikat melakukan sebuah penelitian untuk mengetahui apakah suplemen coenzyme Q10 dapat memperbaiki gejala miopati pada pasien yang diterapi dengan statin. Hasil penelitian ini dipublikasikan pada *American Journal of Cardiology* edisi bulan Mei 2009.

Penelitian acak ini melibatkan 32 pasien, yang secara acak menerima terapi statin 100 mg sehari (n=18) atau vitamin E 400 IU sehari (n=16). (vitamin E dalam penelitian ini dianggap sebagai plasebo).

Penelitian memperlihatkan bahwa dari 18 pasien yang diterapi dengan coenzyme Q10, 16 mengalami penurunan intensitas nyeri sebesar 40% (p<0,001) setelah diterapi selama 1 bulan. Dari 14 pasien yang diterapi dengan vitamin E, hanya 3 pasien yang mengalami perubahan intensitas nyeri. Selain itu, pada pasien yang diterapi dengan coenzyme Q10 dilaporkan perbaikan intensitas nyeri yang berhubungan dengan aktifitas sehari-hari sebesar 38% (p<0,02). Perbaikan ini tidak terjadi pada pasien-pasien yang diberikan vitamin E.

Para ahli dalam penelitian ini mengambil kesimpulan bahwa pemberian suplemen coenzyme Q10 sebesar 100 mg sehari selama 30 hari dapat mengurangi gejala miopati dan memperbaiki kemampuan pasien dalam aktifitas sehari-hari.

Pada pasien yang baru diberikan statin, namun rentan terhadap defisiensi coenzyme Q10 (seperti pada pasien usia lanjut), dianjurkan pemberian coenzyme Q10 profilaksis sebesar 60-120 mg sehari.

Kesimpulan:

Pemberian suplemen coenzyme Q10 dengan dosis 100 mg sehari selama 30 hari mengurangi gejala miopati pada pasien yang diterapi dengan statin. Pada pasien-pasien yang rentan terhadap terjadinya miopati (seperti pada pasien usia lanjut), dapat diberikan terapi coenzyme Q10 dengan dosis 60-120 mg sebagai profilaksis. (YYA)

Referensi :

1. Ballantyne CM, Corsini A, Davidson MH, Holdaas H, Jacobson TA, Leitersdorf E. Risk for Myopathy With Statin Therapy in High-Risk Patients. *Arch Intern Med* 2003; 163: 553-64.
2. Caso G, Kelly P, McNurlan MA. Effect of Coenzyme Q10 on Myopathic Symptoms in Patients Treated With Statins. *Am J Cardiol* 2007; 99: 1409 – 12. Abstract. [cited 2009 June 01]. Available from: [http://www.eclipsconsult.com/eclips/article/Cardiology/S0145-4145\(08\)04004-5#](http://www.eclipsconsult.com/eclips/article/Cardiology/S0145-4145(08)04004-5#)
3. Dirks AJ, Jones KM. Statin-induced apoptosis and skeletal myopathy. *Am J Physiol Cell Physiol* 2006; 291: C1208–C12.
4. Jacobson TA. Toward "Pain-Free" Statin Prescribing: Clinical Algorithm for Diagnosis and Management of Myalgia. *Mayo Clin Proc.* 2008;83(6):687-700
5. Marcoff L, Thompson PD. The Role of Coenzyme Q10 in Statin-Associated Myopathy. *J Am Coll Cardiol* 2007;49: 2231–7.
6. Mescap Cardiology. Coenzyme Q10 May Relieve Myopathic Symptoms in Patients Treated With Statins. [cited 2009 June 01]. Available from: <http://www.medscape.com/viewarticle/558408>
7. Mescap Cardiology. Primary Evaluation and Management of Statin Therapy Complication: The Role of Coenzyme Q10. [cited 2009 June 01]. Available from: http://www.medscape.com/viewarticle/528265_8