

Medonline.at, [09.05.2014](#)

## Selen und Vitamin E können Krebsentstehung fördern

---

**Eine neue Studie belegt, dass die unkontrollierte Einnahme von Selen und Vitamin E das Risiko von Krebserkrankungen erhöht. Das Österreichische Akademische Institut für Ernährungsmedizin (ÖAIE) empfiehlt daher, Nahrungsergänzungsmittel wie Spurenelemente und Vitamine ausschließlich auf ärztliche Empfehlung durch Ernährungsmediziner einzunehmen.**

Der Zusammenhang zwischen dem Versorgungszustand von Selen und Vitamin E und dem Risiko, an einem Prostata-Karzinom zu erkranken, war und ist nach wie vor Gegenstand zahlreicher Studien weltweit. Die vom Nationalen US Cancer Institut initiierte Vitamin E und Selen Studie (SELECT) zeigte, dass die Supplementierung von Selen (200 mcg/d) und Vitamin E (400 IU/d) mit keinem Vorteil für die Probanden verbunden war. Die Studie musste sogar vorzeitig nach drei Jahren abgebrochen werden, da in der Gruppe der Probanden, die Vitamin E alleine zu sich nahmen, sich das Risiko, an einem Prostata-Karzinom zu erkranken, deutlich erhöhte.

Das US-National Cancer Institute hat mit der Studie "[Selenium and Vitamin E Cancer Prevention Trail](#)" (SELECT) belegt, dass die Einnahme von Vitamin E das Krebsrisiko erhöht.

Nun wurde eine [Folgestudie](#) publiziert, die mögliche Effekte einer Supplementierung von Vitamin E und Selen in Abhängigkeit von der basalen Selen-Plasma-Konzentration untersuchte. In die Studie wurden mehr als 2.000 Männer mit Prostata-Karzinom und mehr als 3.000 Kontrollpersonen miteinbezogen. Die Auswertung der Daten ergab, dass die Supplementierung von Selen bei Männern mit niedrigem Selen-Status keinen Zusatznutzen brachte. Bei Männern mit hohem Selen Status stieg das Risiko für höhergradige Prostata-Tumoren.

Weiters wurde eine komplexe krebsfördernde Wechselwirkung zwischen Selen und Vitamin E belegt.

Bei Männern mit niedrigem Selen-Status erhöhte auch eine Vitamin E-Supplementierung das Risiko für die Entwicklung eines Prostata-Karzinoms. Die Autoren der Studie schließen daraus, dass Männer eine Supplementierung von Selen und Vitamin E vermeiden sollten.

[ÖAIE-Präsident Univ.-Prof. Dr. Kurt Widhalm](#) zufolge zeige die aktuelle Studie deutlich die Gefahren einer unkontrollierten Einnahme von Vitamin E und Selen auf. Beides sei in Nahrungsergänzungsmitteln, die in jedem Supermarkt gekauft werden können, enthalten, und führe im schlimmsten Fall zur Entwicklung eines Prostata-Karzinoms, warnte der Experte.

Das Gebiet der klinischen Ernährungsmedizin sei heute durch die Anpreisungen verschiedenster Nahrungsergänzungen und besonderer Diätformen derart komplex geworden, dass nur Ernährungsmediziner fachlich fundierte Verordnungen und Empfehlungen abgeben könnten, so Widhalm.

*Alan R. Kristal, Amy K. Darke, J. Steven Morris, Catherine M. Tangen, Phyllis J. Goodman, Ian M. Thompson, Frank L. Meyskens Jr, Gary E. Goodman, Lori M. Minasian, Howard L. Parnes, Scott M.*

*Lippman, Eric A. Klein*

*Baseline Selenium Status and Effects of Selenium and Vitamin E Supplementation on Prostate Cancer Risk*

*JNCI J Natl Cancer Inst (2014), published online February 22, 2014, doi: 10.1093/jnci/djt456*

Quelle: <https://medonline.at/2014/136510/>