

Seniorkom.at, 09.05.2014

## ÖAIE warnt: Nahrungsergänzungsmittel können Krebs verursachen

---

### **Aktuelle Studie belegt erhöhtes Krebsrisiko bei Einnahme von Selen und Vitamin E**

Das Österreichische Akademische Institut für Ernährungsmedizin (ÖAIE) verweist auf eine aktuelle Studie, wonach die unkontrollierte Einnahme von Selen und Vitamin E das Risiko für eine Krebserkrankung erhöht. Nahrungsergänzungsmittel wie Spurenelemente und Vitamine sollen daher ausschließlich auf ärztliche Empfehlung durch Ernährungsmediziner eingenommen werden.

### **Einnahme von Vitamin E und Selen kann aggressive Prostata-Karzinome verursachen**

Das US-National Cancer Institute sorgte bereits vor sechs Jahren mit der Studie "Selenium and Vitamin E Cancer Prevention Trial" (SELECT) für Aufsehen, indem es nachwies, dass die Einnahme von Vitamin E das Krebsrisiko erhöht. Die Ergebnisse einer eben veröffentlichten Folgestudie sind nicht weniger alarmierend: Auch Selen kann in hohen Dosierungen zur Erkrankung an Prostata-Karzinomen führen, darüber hinaus existieren komplexe krebsfördernde Wechselwirkungen zwischen Vitamin E und Selen.

*"Die aktuelle Studie zeigt uns deutlich die Gefahren einer unkontrollierten Einnahme von Vitamin E und Selen. Beides ist in Nahrungsergänzungsmitteln, die in jedem Supermarkt gekauft werden können, enthalten, und kann im schlimmsten Fall zur Erkrankung an tödlichem Prostata-Krebs führen", warnt Prof. Dr. Kurt Widhalm, Präsident des ÖAIE.*

### **Nahrungsergänzungsmittel nur auf ärztliche Empfehlung einnehmen**

Das ÖAIE rät – nicht zuletzt aufgrund dieser aktuellen Studienergebnisse – dringend dazu, Nahrungsergänzungsmittel, die Vitamine und Mikronährstoffe enthalten, nur auf ärztliche Empfehlungen durch ausgebildete Ernährungsmedizinerinnen und Ernährungsmediziner einzunehmen.

*"Das Gebiet der klinischen Ernährungsmedizin ist heute durch die Anpreisungen von verschiedensten Nahrungsergänzungen und von besonderen Diätformen derart komplex geworden, dass nur wissenschaftlich ausgebildete Ernährungsmedizinerinnen und Ernährungsmediziner fachlich fundierte Verordnungen und Empfehlungen abgeben können", sagt Widhalm, der zugleich warnt: "Der Wildwuchs von unseriösen Empfehlungen durch selbsternannte und nicht mit wissenschaftlichen Methoden vertraute Beraterinnen und Berater kann unter Umständen sehr gefährlich sein und zu schwerwiegenden Erkrankungen führen."*

### **Hintergrundinformation: Studiendetails zur Wirkung von Selen und Vitamin E**

Der Zusammenhang zwischen dem Versorgungszustand von Selen und Vitamin E und dem Risiko an einem Prostata-Karzinom zu erkranken, war und ist Gegenstand zahlreicher Studien weltweit. Die

vom Nationalen US Cancer Institut initiierte Vitamin E und Selen Studie (SELECT), die im Jahre 2001 gestartet wurde, zeigte allerdings, dass die Supplementierung von Selen (200 mcg/d) und Vitamin E (400 IU/d) mit keinem Benefit 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.

Aus diesem Grunde führte das US-Cancer Prevention Program am Cancer Research Center in Seattle eine weitere Studie durch, wobei die möglichen Effekte einer Supplementierung von Vitamin E und Selen in Abhängigkeit von der basalen Selen Plasma Konzentration untersucht wurden. Dabei wurden über 2000 Männer mit Prostata-Karzinom und mehr als 3000 Kontrollpersonen in die Untersuchung miteinbezogen. Die eben erschienene Auswertung der Studie zeigte, dass die Supplementierung von Selen bei Männern mit niedrigem Selen Status keinen Benefit erbrachte, bei Männern mit hohem Selen Status sogar das Risiko für höhergradige Prostata-Tumoren vergrößerte. Eine Vitamin E Supplementierung erhöhte ferner das Risiko für die Entwicklung eines Prostata-Karzinoms für Männer mit niedrigem Selen Status. Die Autoren der Studie schließen daraus, dass Männer eine Supplementierung von Selen und Vitamin E tunlichst vermeiden sollten.

Das Österreichische Akademische Institut für Ernährungsmedizin (**ÖAIE**) wurde 1996 auf Initiative des damaligen Präsidenten der Ärztekammer, Prim. Dr. Michael Neumann, mit dem Ziel gegründet, Ärzte im Fach der Ernährungsmedizin fortzubilden. Das ÖAIE ist interdisziplinär ausgerichtet und vereint unter der Leitung von Univ.-Prof. Dr. Kurt Widhalm Experten aus den Bereichen der Medizin, Psychologie, Ernährungswissenschaften, Diätologie, Sportwissenschaften und Nahrungsmittelproduktion. Als führende Fortbildungs- und Forschungs-Institution für Ernährungsmedizin in Österreich richtet es regelmäßig wissenschaftliche Veranstaltung aus und publiziert vierteljährlich das "Journal für Ernährungsmedizin".

Weitere Informationen unter: [www.oaie.org](http://www.oaie.org)

[Weiterempfehlen](#) [Drucken](#) *Quelle:* Das Österreichische Akademische Institut für Ernährungsmedizin

*Quelle:* [http://www.seniorkom.at/9/Content/\\_article\\_/id23662](http://www.seniorkom.at/9/Content/_article_/id23662)