

Wienerzeitung.at, 09.05.2014, 13:06 Uhr

Nahrungsergänzungsmittel können Krebs verursachen

Rat der Fachleute: Nahrungsergänzungsmittel, die Vitamine und Mikronährstoffe enthalten, nur auf ärztliche Empfehlungen einzunehmen.

Wien. Nahrungsergänzungsmittel können Krebs verursachen. Laut einer Studie erhöht die unkontrollierte Einnahme von Selen und Vitamin E das Risiko derartiger Erkrankungen, so das Österreichische Akademische Institut für Ernährungsmedizin (ÖAIE). Nahrungsergänzungsmittel wie Spurenelemente und Vitamine sollen daher ausschließlich auf ärztliche Empfehlung durch Ernährungsmediziner eingenommen werden.

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", warnte Kurt Widhalm, Präsident des ÖAIE.

Nur auf ärztliche Empfehlung

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", sagte Widhalm.

Supplementierung ohne Vorteile

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 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.

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 mehr als 2.000 Männer mit Prostata-Karzinom und mehr als 3.000 Kontrollpersonen in die Untersuchung miteinbezogen. Die Auswertung der Studie zeigte, dass die Supplementierung von Selen bei Männern mit niedrigem Selen Status keinen Zusatznutzen 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.

Quelle:

http://www.wienerzeitung.at/dossiers/mission_uhu/mission_uhu_ernaehrung/628877_Nahrungsergaenzungsmittel-koennen-Krebs-verursachen.html