

derStandard.at, 9. Mai 2014, 13:01

## Nahrungsergänzungsmittel können Krebs verursachen

---

### Eine Supplementierung von Vitamin E und Selen bietet keinen Zusatznutzen, aber kann das Risiko von Prostatakrebs erhöhen

Nahrungsergänzungsmittel können Krebs verursachen. Laut einer aktuellen 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.

#### Gefährliche Wechselwirkungen

Das US-National Cancer Institute sorgte bereits vor sechs Jahren mit der Studie "Selenium and Vitamin E Cancer Prevention Trail" (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. "Das Gebiet der klinischen *Ernährungsmedizin* sei heute durch die Anpreisungen von verschiedensten Nahrungsergänzungen und besonderen Diätformen derart komplex geworden, dass nur *Ernährungsmediziner* fachlich fundierte Verordnungen und Empfehlungen abgeben könnten, so Widhalm.

#### Höheres Risiko

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.

#### Kein Zusatznutzen

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 niedrigen Selen-Werten keinen Zusatznutzen erbrachte, bei Männern mit hohen Werten 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 um 17 Prozent. Die Autoren der Studie schließen daraus, dass Männer eine Supplementierung von Selen und Vitamin E tunlichst vermeiden sollten.

Quelle: <http://derstandard.at/1399507036988/Nahrungsergaenzungsmittel-koennen-Krebs-verursachen?ref=rss>