

Sperrfrist: Dienstag, 14. Juni 2005, 22:00 Uhr CEST

Fleisch steigert, Fisch senkt das Darmkrebsrisiko

Wer täglich auf Schinken und Bratwurst besteht, erhöht sein Darmkrebsrisiko deutlich. Kommt dagegen häufig Fisch auf den Tisch, ist das Risiko an Darmkrebs zu erkranken abgesenkt. Frühere Untersuchungsergebnisse hatten bereits auf diese Zusammenhänge hingewiesen – die Auswertung einer Studie mit rund einer halben Million Teilnehmern bestätigt nun die Vermutung.

Die Studienteilnehmer aus zehn verschiedenen europäischen Ländern lassen sich seit 1992 im Rahmen von „EPIC“ (European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition) zu ihren Ernährungsgewohnheiten und Lebensumständen befragen. Diese Daten werden auf ihren Zusammenhang mit dem Auftreten neuer Krebsfälle bei den Teilnehmern untersucht. In Deutschland sind das **Deutsche Krebsforschungszentrum** in Heidelberg sowie das **Deutsche Institut für Ernährungsforschung** Potsdam-Rehbrücke als EPIC-Studienzentren beteiligt.

Epidemiologen aus der EPIC-Koordinationszentrale, dem *International Agency for Research on Cancer* in Lyon, veröffentlichten nun zusammen mit Kollegen aus anderen EPIC-Zentren die Ergebnisse zur Beziehung des Fleisch- und Fischverzehr zum Darmkrebsrisiko. Die Analyse stützt sich auf 1329 Rektum- und Dickdarmkrebsfälle, die seit Studienbeginn bei den Teilnehmern erstmalig diagnostiziert worden sind.

Studienteilnehmer, die viel so genanntes „rotes“ Fleisch (dazu zählt Schweine-, Rind-, Kalb- oder Lammfleisch) oder Fleischprodukte aßen, erkrankten häufiger an Darmkrebs als Menschen, die nur wenig davon verzehrten. Genau umgekehrt verhält es sich mit Fisch: Wer viel Fisch verzehrte, hatte gegenüber Personen mit geringem Fischkonsum ein deutlich niedrigeres Darmkrebsrisiko. Der Verzehr von Geflügelfleisch spielte für die Erkrankungshäufigkeit keine Rolle.

Nach Schätzungen der Forscher steigt das Darmkrebsrisiko pro 100 Gramm täglich verzehrtem „rotem“ Fleisch um 49%. Bei einer Erhöhung des Wurstverzehr um 100 Gramm am Tag würde es sogar um 70% steigen. Täglich 100 Gramm mehr Fisch halbieren dagegen das Erkrankungsrisiko.

Bei diesen Werten ist der Einfluss verschiedener Faktoren wie Geschlecht, Körpergewicht, Alkoholkonsum, Sport oder Rauchen auf das Erkrankungsrisiko berücksichtigt. Zusätzlich wurden die Daten mit einem Verfahren bearbeitet, das Ungenauigkeiten durch die Angaben der Studienteilnehmer zu ihren Ernährungsgewohnheiten vermindert.

Die Wissenschaftler liefern verschiedene Erklärungen für den Einfluss des Fleisch- und Fleischwarenkonsums auf die Darmkrebsentstehung. Neuere Studien weisen darauf hin, dass mit dem Fleisch aufgenommenes Eisen zur Risikoerhöhung beitragen könnte, da Eisen die Bildung schädlicher Nitroso-Verbindungen im Körper fördern kann. „Rotes“ Fleisch oder Fleischwaren haben im Durchschnitt einen höheren Eisengehalt als Geflügel, weshalb dessen Verzehr das Darmkrebsrisiko in dieser Studie nicht beeinflusst haben könnte. Ursache für die schützende Wirkung des Fischverzehr könnten bestimmte langkettige, mehrfach ungesättigte Omega-3-Fettsäuren sein.

In Bezug auf Fleisch und Fleischprodukte bestätigen die jetzigen Ergebnisse die Hinweise aus früheren Studien. Ebenso deuten sie erneut auf eine positive Rolle von Fisch in der menschlichen Ernährung, kommentieren Professor **Heiner Boeing** und Privatdozent Dr. **Jakob Linseisen**, die EPIC-Studienleiter in Potsdam und Heidelberg, die Resultate. Diese Ergebnisse sollten uns hellhörig werden lassen, meinen die beiden Experten: Deutschland

liegt in Europa beim Konsum von Wurstwaren ganz vorn. So würden wir am meisten von einer Einschränkung des Wurstverzehr profitieren.

Teresa Norat et al.: Meat, Fish and Colorectal Cancer Risk: The European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition. The Journal of the National Cancer Institute, Vol. 97, June 15, 2005

Kontakt:

Prof. Dr. Heiner Boeing

Deutsches Institut für Ernährungsforschung
Potsdam-Rehbrücke (DIfE)
Abt. Epidemiologie
Arthur-Scheunert-Allee 114-116
14558 Nuthetal
Tel.: 033200-88 710
E-Mail: boeing@mail.dife.de

PD Dr. Jakob Linseisen

Deutsches Krebsforschungszentrum
(DKFZ)
Abt. Klinische Epidemiologie
Im Neuenheimer Feld 280
69120 Heidelberg
Tel.: 06221 42 22 00 / 02
E-Mail: j.linseisen@dkfz.de

Dr. Gisela Olias

Deutsches Institut für Ernährungsforschung
Potsdam-Rehbrücke (DIfE)
Referat Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Arthur-Scheunert-Allee 114-116
14558 Nuthetal
Tel.: 033200-88 278
E-Mail: presse@mail.dife.de
www.dife.de

Dr. med. Julia Rautenstrauch

Deutsches Krebsforschungszentrum
(DKFZ)
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Im Neuenheimer Feld 280
D-69120 Heidelberg
Tel.: 06221 42 2854
E-Mail: presse@dkfz.de
www.dkfz.de

Das Deutsche Krebsforschungszentrum hat die Aufgabe, die Mechanismen der Krebsentstehung systematisch zu untersuchen und Krebsrisikofaktoren zu erfassen. Die Ergebnisse dieser Grundlagenforschung sollen zu neuen Ansätzen in Vorbeugung, Diagnose und Therapie von Krebserkrankungen führen. Das Zentrum wird zu 90 Prozent vom Bundesministerium für Bildung und Forschung und zu 10 Prozent vom Land Baden-Württemberg finanziert und ist Mitglied in der Helmholtz-Gemeinschaft Deutscher Forschungszentren e.V.

Diese Pressemitteilung ist abrufbar unter www.dkfz.de/pressemitteilungen