

Kolorektales Karzinom Schutz durch Milchprodukte

Bösartige Schleimhautwucherungen im Dickdarm beziehungsweise Mastdarm werden als "kolorektales Karzinom" bezeichnet, wobei sich 70 Prozent der Karzinome im Mastdarm befinden. Es stellt die dritthäufigste Krebsart weltweit dar. Weit mehr als eine Million Menschen werden jährlich damit diagnostiziert. Die Krankheit tritt überwiegend nach dem 50. Lebensjahr auf.

Epidemiologische Studien weisen darauf hin, dass Umweltfaktoren eine bestimmende Rolle spielen. Dabei werden verschiedene Nahrungsfaktoren als Risiko- beziehungsweise als Schutzfaktoren eingeschätzt. Vermehrter Konsum von Fleischwaren und Alkohol erhöht nachweislich das Risiko, hingegen sieht man einen reichlichen Konsum von Gemüse und Obst eher als Schutzfaktor. In Bezug auf den Konsum von Milch und Milchprodukten ist die Fachwelt uneins und man diskutierte bislang sowohl schützende als auch risikofördernde Einflüsse. So sah man beispielsweise den relativ hohen Fettgehalt mancher Milchprodukte als Risiko an, weil damit die Gallensäure-Konzentration im Darm erhöht würde und dies wiederum die Ausbildung des kolorektalen Karzinom fördern würde. Andererseits diskutierte man auch



schützende Wirkungen, da das Kalzium aus Milch und Milchprodukten die entzündungsfördernden sekundären Gallensäuren im Darm bindet und damit unschädlich macht, zusätzlich die Zellproliferation reduziert und gleichzeitig die Zelldifferenzierung fördert. Weiterhin werden krebshemmende Effekte von Bestandteilen des Milchfettes wie der Buttersäure und der konjugierten Linolsäure diskutiert. Schliesslich werden auch dem Laktoferrin und den Milchsäurebakterien protektive Effekte nachgesagt.

Die verschiedenen epidemiologischen Studien zum Einfluss von Milch und Milchprodukten auf kolorektales Karzinom waren zu unterschiedlichen beziehungsweise uneinheitlichen Ergebnissen gekommen. Um die Datenlage aufzuarbeiten, zu bewerten und eine mögliche Dosis-Wirkungs-Beziehung aufzuzeigen, hat eine Arbeitsgruppe um Prof. Norat vom Department of Epidemiology and Biostatistics am Imperial College in London (UK) ein systematisches Review und eine Metaanalyse durchgeführt und am 26. Mai 2011 veröffentlicht. Es wurden insgesamt 19 Langzeitbeobachtungsstudien, die bis zum Mai 2010 publiziert wurden, in diese Analyse einbezogen. Als "Milchprodukte" wurden Frischmilch in verschiedenen Fettstufen, gereifter Käse, Frischkäse, Hüttenkäse, Joghurt, Sauermilch und Butter gewertet.



Ergebnisse

Wenn man die Kategorie "Milchprodukte" zusammenfasst, ergeben sich deutliche und signifikante Assoziationen. Bei höchstem im Vergleich zu geringstem Konsum sank das Risiko für kolorektales Karzinom um 19 Prozent. Es fand sich ebenfalls eine signifikante Dosis-Wirkungs-Beziehung: Pro 400 Gramm Mehrkonsum pro Tag sank das Risiko um 17 Prozent.

Bei alleiniger Betrachtung von Trinkmilch ergab sich ebenfalls ein um 17 Prozent signifikant reduziertes Risiko, wenn man den höchsten Konsum mit dem geringsten verglich. Und es fand sich auch hier eine signifikante Dosis-Wirkungs-Beziehung: Pro 200 Gramm Mehrkonsum pro Tag sank das Risiko um 10 Prozent.

In Bezug auf den Käsekonsum sah man ebenfalls eine schwache inverse Assoziation bzw. einen leichten Schutzeffekt, allerdings fiel dieser nicht statistisch signifikant aus. Auch für fermentierte Milchprodukte, Jogurt, Frischkäse, Hüttenkäse, Butter etc. fand man keine signifikanten Zusammenhänge.

Einen generellen Trend konnte man jedoch feststellen: Je höher der Konsum von Milch und Milchprodukten insgesamt, desto geringer das Risiko für Kolorektalkarzinom. Vor dem Hintergrund diverser biologisch plausibler Wirkmechanismen – wie oben zusammengefasst – kommen die Wissenschaftler entsprechend zur Schlussfolgerung, dass der reichliche Konsum von Milch und Milchprodukten vor kolorektalem Karzinom schützt.

Bei der hohen Bedeutung dieser Krebsform als Todesursache haben diese protektiven Effekte des Milchkonsums grosse gesellschaftliche Relevanz und sollten entsprechend bei Ernährungsempfehlungen berücksichtigt werden.

Literatur

Aune D, et al. Dairy products and colorectal cancer risk: a systematic review and meta-analysis of cohort studies. *Annals of Oncology*, Advance Access published May 26, 2011

Für weitere Informationen

Schweizer Milchproduzenten SMP
Swissmilk
Public Relations/Kompetenzzentrum Milch
Susann Wittenberg
Ernährungswissenschaftlerin B.Sc.
Weststrasse 10
3000 Bern 6

Telefon 031 359 57 57
factsandnews@swissmilk.ch
www.swissmilk.ch

Mailaiter Juni 2011



Schweiz. Natürlich.



www.swissmilk.ch