

Reichlicher Konsum von Milchprodukten kann das Risiko für Magenkrebs senken

Magenkrebs liegt weltweit an der fünften Stelle aller Krebserkrankungen. Der Einfluss der Ernährung ist dabei nicht ausreichend geklärt. Nun hat ein chinesisches Forscherteam ein um 24% geringeres Magenkrebsrisiko bei hohem Milchkonsum festgestellt.

Ein reichlicher Konsum von Milch und Milchprodukten hat sich in Bezug auf drei häufige Krebsarten als Schutzeffekt erwiesen: Langzeitbeobachtungsstudien haben aufgezeigt, dass das Risiko für Brust-, Blasen- und Darmkrebs signifikant abnimmt (1-3). Zum Einfluss auf Magenkrebs ist die Datenlage etwas uneinheitlich.

Europäer und Amerikaner profitieren

Um den Trend der epidemiologischen Evidenz zu überprüfen, haben Wissenschaftler der School of Public Health am Tongji Medical College an der Huazhong University of Science & Technology in Wuhan (China) eine Meta-Analyse der vorliegenden Studien durchgeführt (4). Sie fanden 17 Fall-Kontroll-Studien und 6 Langzeitbeobachtungsstudien mit insgesamt 3256 Fällen, welche die Einschlusskriterien in die Meta-Analyse erfüllten. Bei der Analyse der wesentlich aussagefähigeren Langzeitbeobachtungsstudien (Kohortenstudien) ergab sich beim Vergleich des höchsten mit dem niedrigsten Konsum von Milch und Milchprodukten insgesamt eine Senkung der Risiken für die Entwicklung von Magenkrebs um 24% (RR = 0,76; 95% Konfidenz-Intervall: 0,64–0,91). In einer Untergruppenanalyse fand man, dass die Senkung des



Milch senkt das Risiko für Brust-, Blasen- und Darmkrebs – und möglicherweise auch von Magenkrebs.

Risikos für europäische und US-amerikanische Teilnehmer zu finden war, nicht aber für Asiaten. Milchkonsum per se war nicht mit einer Senkung des Magenkrebsrisikos assoziiert.

Risikos für europäische und US-amerikanische Teilnehmer zu finden war, nicht aber für Asiaten. Milchkonsum per se war nicht mit einer Senkung des Magenkrebsrisikos assoziiert.

Phospholipide und Probiotika

Als mögliche Wirkmechanismen für diesen Schutzeffekt diskutieren die Wissenschaftler verschiedene Inhaltsstoffe der Milch. Die mit dem Milchfett reichlich aufgenommenen Phospholipide könnten ihrer Meinung nach die Wiederherstellung von Magenzellen fördern. Weiterhin wird vermutet, dass die Probiotika vor allem in Sauermilchprodukten der Kolonisation von



Helicobacter-pylori-Bakterien, die als wesentliche Krebsförderer gelten, entgegenwirken. Schliesslich enthalten Milchprodukte Nahrungsbestandteile bzw. Nährstoffe mit antikanzerogenen Effekten, wie beispielsweise Vitamin D, Kalzium und beta-Karotin. Vor allem für die Vitamin-D-Aufnahme seien in anderen Studien inverse Beziehungen zum Krebsrisiko gefunden worden.

Ergebnis

Zusammenfassend kommen die Wissenschaftler zum Schluss, dass der reichliche Konsum von Milchprodukten Magenkrebs vorbeugen könnte.

Literatur

1. Dong JY, Zhang L, He K, and Qin LQ. Dairy consumption and risk of breast cancer: a meta-analysis of prospective cohort studies. Breast Cancer Res Treat 2011;127:23–31
2. Mao QQ, Dai Y, Lin YW, et al. Milk consumption and bladder cancer risk: a meta-analysis of published epidemiological studies. Nutr Cancer 2011;63:1263–1271
3. Aune D, Lau R, Chan DS, et al. Dairy products and colorectal cancer risk: a systematic review and meta-analysis of cohort studies. Ann Oncol 2012;23:37–45,
4. Guo Y, Shan Z, Ren H, Chen W. Dairy consumption and gastric cancer risk: a meta-analysis of epidemiological studies. Nutr Cancer. 2015;67:555–68.

Für weitere Informationen

Schweizer Milchproduzenten SMP, Swissmilk
Public Relations / Kompetenzzentrum Milch
Susann Wittenberg, Oecotrophologin BSc
Weststrasse 10, Postfach, 3000 Bern 6
Telefon 031 359 57 57, factsandnews@swissmilk.ch

Newsletter für Ernährungsfachleute, Juni 2015



Schweiz. Natürlich.



www.swissmilk.ch