

Senkt Milch das Risiko für chronisch entzündliche Darmerkrankungen?

Die beiden häufigsten Formen von chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen sind der Morbus Crohn (MC) und die Colitis Ulcerosa (CU), eine geschwürige Dickdarmentzündung. Seit langem wird diskutiert, ob Nahrungsmittel die Entstehung dieser Erkrankungen beeinflussen können. Die Autoren einer niederländischen Arbeit kommen zum Schluss, dass Milch möglicherweise das Risiko für Morbus Crohn senkt.

Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen (CED) unterscheiden sich von den typischerweise durch Bakterien oder Viren ausgelösten Essensunverträglichkeiten unter anderem durch wiederkehrende bzw. teils anhaltende kontinuierliche Krankheitsschübe.



Milch senkt möglicherweise das Risiko für Morbus Crohn.

Um den Einfluss des Konsums von Milch und Milchprodukten auf CED zu überprüfen, hat eine Arbeitsgruppe um Prof. Jorrit Opstelten von der Abteilung für Gastroenterologie und Hepatologie der Universitätsklinik Utrecht (Niederlande) Daten von 401.326 Teilnehmern der EPIC-Kohorte (**E**uropean **P**rospective **I**nvestigation into **C**ancer and **N**utrition) ausgewertet. Dabei wurden sowohl der Gesamt-

konsum an Milch und Milchprodukten wie auch der spezifische Konsum von Trinkmilch, Joghurt und Käse analysiert. Zudem wurde die Kalziumversorgung betrachtet.

Im Verlauf der Nachbeobachtung traten 110 Fälle von MC und 244 Fälle von CU auf. Diesen Patienten wurden jeweils 4 gesunde, vergleichbare («matched») Kontrollpersonen zugeordnet. Mittels bedingter logistischer Regressionsanalysen, die hinsichtlich Energiezufuhr und Tabakkonsum adjustiert waren, wurden die Odds Ratios (ORs) mit 95 % Konfidenz-Intervall (KI) berechnet.

Studienergebnisse

Es fand sich eine statistisch signifikante Minderung des Risikos für MC um 70 %, wenn die Konsumenten von Trinkmilch mit Teilnehmern ohne jeglichen Milchkonsum verglichen wurden (OR = 0,30; 95 % KI: 0,13 – 0,65).



In Bezug auf CU hingegen fiel der Schutzeffekt mit einer OR von 0,85 für Milchkonsum (95 % KI: 0,49–1,47) nicht signifikant aus.

Milch und Milchprodukte zusammen genommen, ergab sich beim höchsten im Vergleich zum geringsten Konsum eine Senkung der OR für MC um 39 % und für CU um 20 %, wobei die Ergebnisse nicht statistisch signifikant ausfielen.

Auch bei hoher im Vergleich zu niedriger Kalziumzufuhr war die OR für MC um 37 % und für CU um 19 % gesenkt, jedoch auch nicht signifikant. Die Autoren kommen aber zum Schluss, dass Milchkonsum möglicherweise das Risiko für Morbus Crohn senkt.

Literatur

Opstelten JL, Leenders M, Dik VK, Chan SS, et al. Dairy Products, Dietary Calcium, and Risk of Inflammatory Bowel Disease: Results From a European Prospective Cohort Investigation. *Inflamm Bowel Dis.* 2016;22(6):1403-11.

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 September 2016



Schweiz. Natürlich.



www.swissmilk.ch