

Journal für
**Gastroenterologische und
Hepatologische Erkrankungen**

Fachzeitschrift für Erkrankungen des Verdauungstraktes

**Für Sie gelesen: Aktuelles zum
Kolonkarzinom**

Hammer HF

*Journal für Gastroenterologische
und Hepatologische Erkrankungen*

2005; 3 (3), 24

Österreichische Gesellschaft
für Gastroenterologie und
Hepatologie

www.oeggh.at



ÖGGH

Österreichische Gesellschaft
für Chirurgische Onkologie

www.aco-asso.at

acoasso
Österreichische Gesellschaft für Chirurgische Onkologie
Austrian Society of Surgical Oncology

Homepage:

**[www.kup.at/
gastroenterologie](http://www.kup.at/gastroenterologie)**

**Online-Datenbank mit
Autoren- und Stichwortsuche**

Indexed in EMBASE/Compendex, Geobase
and Scopus

www.kup.at/gastroenterologie

Member of the



Krause & Pachernegg GmbH · VERLAG für MEDIZIN und WIRTSCHAFT · A-3003 Gablitz

P.b.b. 032035263M, Verlagspostamt: 3002 Purkersdorf, Erscheinungsort: 3003 Gablitz

AKTUELLES ZUM KOLONKARZINOM

KALZIUM REDUZIERT KOLONKARZINOM-RISIKO

Schon lange ist bekannt, daß die Ernährung die Entstehung von Darmkrebs beeinflusst. Von Kalzium vermuten Mediziner schon länger einen Einfluß auf die Krebsentstehung. Im Tiermodell gelang es bereits, die Darmkrebsrate durch eine Erhöhung des Kalziumgehalts in der Nahrung deutlich zu vermindern. Ob eine erhöhte Kalziumzufuhr jedoch auch beim Menschen diesen Effekt hat, konnte bislang nicht nachgewiesen werden. Amerikanische Forscher haben nun den Zusammenhang zwischen Kalziumgehalt der Nahrung und dem Risiko der Entwicklung eines Kolonkarzinoms untersucht [1]. Dazu wurden Daten aus der Nurses' Health Study (NHS) und der Health Professionals Follow-up Study (HPFS) herangezogen. Die Studienpopulation bestand aus 87.998 Frauen und 47.344 Männern, die alle vier Jahre einen Fragebogen über ihre Ernährung ausfüllten. Während der Beobachtungsperiode (NHS 1980–1996; HPFS 1986–1996) entwickelten 626 Frauen und 399 Männer ein Kolonkarzinom. Sowohl bei Frauen als auch bei Männern konnte eine umgekehrte Beziehung zwischen kalziumreicher Ernährung (> 1.250 mg/d vs. < 500 mg/d) und distalem Kolonkarzinomrisiko erhoben werden. Und zwar wurde bei Frauen das Risiko um 27 % und bei Männern um 42 % gesenkt. Für das Risiko der Entwicklung eines proximalen Kolonkarzinoms konnte kein Einfluß der kalziumreichen Ernährung gefunden werden.

Auch Ergebnisse des Breast Cancer Detection Demonstration Project (BCDDP) wurden auf einen möglichen Zusammenhang zwischen Kalziumeinnahme und Kolonkarzinomrisiko untersucht [2]. Die BCDDP-Studie wurde in den 1970er-Jahren durchgeführt und sollte ursprünglich den Wert der Mammographie zur Brustkrebsfrüherkennung bei Frauen ab dem 40. Lebensjahr untersuchen. Die Frauen füllten aber auch einen Fragenbogen zur Ernährung aus, aus dem die Zufuhr von Kalzium berechnet werden konnte. Auch die Zufuhr mit Supplementen wurde registriert. In den ersten 8,5 Jahren kam es bei den 45.354 Teilnehmerinnen zu 482 kolorektalen Karzinomen. In der obersten Quintile der Kalziumeinnahme hatten die Frauen mehr als 831 mg Kalzium pro Tag mit der Nahrung zu sich genommen. Das Risiko, an Darmkrebs zu erkranken, war um 26 % niedriger als bei Frauen mit der geringsten Kalziumzufuhr von unter 412 mg pro Tag. Die Einnahme von Kalziumsupplementen hatte die gleiche Wirkung wie die Kalziumeinnahme mit Nahrungsmitteln. Mehr als 800 mg pro Tag senkten das Risiko um 24 %. Die beste präventive Wirkung hatte die Einnahme von Supplementen bei gleichzeitiger ausreichender Zufuhr von Kalzium mit der Nahrung. Beide Faktoren senkten das Darmkrebsrisiko um 46 Prozent.

MILCHTRINKEN VERHINDERT DARMKREBS

Die oben angeführten Daten werden durch die Ergebnisse der folgenden

Studie bestätigt. Die Auswertung von zehn großen internationalen Studien mit insgesamt 534.536 Teilnehmern und einer Beobachtungszeit zwischen sechs und 16 Jahren ergab, daß sich das Darmkrebs-Risiko schon bei einem Glas Milch pro Tag deutlich reduziert [3]. Verglichen mit Personen, die weniger als 70 g Milch pro Tag tranken, konnte bei höherem Milchkonsum (70–174 g/d, 175–249 g/d und > 250 g/d) eine zunehmende Reduktion des Kolorektalkarzinom-Risikos beobachtet werden, und zwar um 6 %, 12 % und 15 %.

ZUSAMMENFASSUNG

Bei regelmäßiger Einnahme von Kalzium sinkt das Darmkrebsrisiko um bis zu 46 Prozent. Ein höherer Milchkonsum trägt zur Reduktion des Darmkrebsrisikos bei. In Anbetracht der hohen Prävalenz des Kolonkarzinoms ist auch die kleinste Möglichkeit zur Reduktion des Kolonkarzinom-Risikos hoch einzuschätzen. Daher empfiehlt sich zur Kolonkarzinomprophylaxe eine kalziumreiche Ernährung.

Literatur:

1. Cho E et al. J Natl Cancer Inst 2004; 96: 1015–22.
2. Flood A et al. Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 2005; 14: 126–32.
3. Giovannucci E et al. J Nat Cancer Inst 2003; 94: 437–46.

Korrespondenzadresse:

Univ.-Prof. Dr. Heinz F. Hammer
Medizinische Universitätsklinik
A-8036 Graz, Auenbruggerplatz 15
E-mail: heinz.hammer@meduni-graz.at

Mitteilungen aus der Redaktion

Besuchen Sie unsere zeitschriftenübergreifende Datenbank

☒ [Bilddatenbank](#)

☒ [Artikeldatenbank](#)

☒ [Fallberichte](#)

e-Journal-Abo

Beziehen Sie die elektronischen Ausgaben dieser Zeitschrift hier.

Die Lieferung umfasst 4–5 Ausgaben pro Jahr zzgl. allfälliger Sonderhefte.

Unsere e-Journale stehen als PDF-Datei zur Verfügung und sind auf den meisten der marktüblichen e-Book-Readern, Tablets sowie auf iPad funktionsfähig.

☒ [Bestellung e-Journal-Abo](#)

Haftungsausschluss

Die in unseren Webseiten publizierten Informationen richten sich **ausschließlich an geprüfte und autorisierte medizinische Berufsgruppen** und entbinden nicht von der ärztlichen Sorgfaltspflicht sowie von einer ausführlichen Patientenaufklärung über therapeutische Optionen und deren Wirkungen bzw. Nebenwirkungen. Die entsprechenden Angaben werden von den Autoren mit der größten Sorgfalt recherchiert und zusammengestellt. Die angegebenen Dosierungen sind im Einzelfall anhand der Fachinformationen zu überprüfen. Weder die Autoren, noch die tragenden Gesellschaften noch der Verlag übernehmen irgendwelche Haftungsansprüche.

Bitte beachten Sie auch diese Seiten:

[Impressum](#)

[Disclaimers & Copyright](#)

[Datenschutzerklärung](#)