

Hoher Obstverzehr schützt vor Lungenkrebs

Neues aus der EPIC-Studie

Wer viele Früchte isst, verringert damit offenbar sein Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken. Einen umgekehrten Zusammenhang zwischen Obstkonsum und Neuerkrankungen an Lungenkrebs zeigen aktuelle Daten aus EPIC (European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition), der größten europäischen Studie zur Rolle von Ernährung, Lebensweise, Stoffwechsel und Erbfaktoren bei der Entstehung von Krebs und anderen chronischen Erkrankungen.

In der EPIC-Studie werden seit 1992 rund 500.000 Menschen in 10 europäischen Ländern nach ihren Lebensgewohnheiten befragt und ihre Gesundheitsentwicklung beobachtet. Darüber hinaus stehen von allen Probanden Blutproben und Messwerte für weitere Analysen zur Verfügung. Die Studie wird koordiniert von Professor Elio Riboli, Leiter der Nutrition and Cancer Unit bei der International Agency for Research on Cancer (IARC) in Lyon. Für die vorliegende Auswertung wurden Daten zur Nachbeobachtung bis 1998 berücksichtigt, für einige Zentren sogar bis 2002. Während dieser Zeit entwickelten 1074 Studienteilnehmer einen Lungenkrebs, von denen 860 für eine ausreichend detaillierte Analyse zur Verfügung standen.

Ein europäisches Wissenschaftlerteam unter Federführung des ehemaligen Leiters der Abteilung für Klinische Epidemiologie im Deutschen Krebsforschungszentrum Heidelberg, Professor Anthony B. Miller, nahm den Einfluss des Obst- und Gemüseverzehrs auf die Neuerkrankungsrate an Lungenkrebs gezielt in den Blick. Bei der Gewichtung der Ergebnisse legten die Experten besonderen Wert auf die Berücksichtigung des Rauchverhaltens, um Verzerrungen zu vermeiden. Je nach Höhe des Obst- und Gemüseverzehrs wurden die Probanden in fünf gleich große Gruppen (Quintilen) aufgeteilt. Probanden aus der Quintile mit dem höchsten Obstverzehr (ca. 500 Gramm pro Tag) zeigten im Vergleich zu Probanden mit dem niedrigsten Obstkonsum (weniger als 70 Gramm pro Tag) ein um 40 Prozent geringeres Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken (relatives Risiko 0,60). Der umgekehrte Zusammenhang zwischen Obstverzehr und Lungenkrebs wurde am stärksten deutlich bei Nordeuropäern und bei Menschen, die zum Zeitpunkt der Erstbefragung Raucher waren. In der gesamten Studiengruppe konnten die Wissenschaftler keinen Zusammenhang zwischen dem Verzehr von Gemüse oder von bestimmten Gemüsesorten und Lungenkrebs nachweisen. Für die Gruppe der Raucher zeigt sich jedoch ebenfalls ein inverser Zusammenhang, also ein sinkendes Lungenkrebsrisiko mit steigendem Gemüseverzehr.

Bisher ist nicht bekannt, welche Nährstoffe in Obst und Gemüse für den Schutzeffekt verantwortlich sind. „Wir vermuten, dass insbesondere die Kombination verschiedener Inhaltsstoffe, wie Antioxidanzien einschließlich der Vitamine C und E oder sekundäre Pflanzenstoffe eine Rolle spielen“, erklärt Privatdozent Dr. Dr. Jakob Linseisen vom Deutschen Krebsforschungszentrum. Die EPIC-Daten unterstreichen die Empfehlungen an die Bevölkerung, möglichst viel frisches Obst und Gemüse zu essen. Dies soll jedoch insbesondere bei Rauchern nicht eine falsche Sicherheit vortäuschen:

Die Wirkung des Obstverzehrs ist klein im Vergleich dazu, was man bewirkt, wenn man mit dem Rauchen aufhört!

Anthony B. Miller et al.: Fruits and Vegetables and Lung Cancer: Findings from the European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition, *Int. J. Cancer*: 108, 269-276 (2004).

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

Dr. Julia Rautenstrauch
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Deutsches Krebsforschungszentrum
Im Neuenheimer Feld 280
D-69120 Heidelberg
T: +49 6221 42 2854
F: +49 6221 42 2968