

Brustkrebs durch Vitamin-D-Mangel?

Datum: 12.01.2022

Original Titel:

Vitamin D and breast cancer: A systematic review and meta-analysis of observational studies

MedWiss - Ein Mangel an Vitamin D könnte ein Risikofaktor für Brustkrebs sein, wie vorliegende Ergebnisse einer US-amerikanischen Studie zeigen. Frauen, die viel Vitamin D über Lebensmittel und Supplemente einnahmen, hatten hingegen ein reduziertes Risiko für Brustkrebs.

Vitamin D nimmt eine Sonderstellung bei den Vitaminen ein. Denn streng genommen ist es gar kein Vitamin. Vitamine sind von der Definition her nämlich Nährstoffe, die der Mensch mit der Nahrung zuführen muss, weil er sie nicht selbst herstellen kann. Vitamin D kann allerdings vom menschlichen Körper hergestellt werden - vorausgesetzt der Mensch ist Sonnenlicht ausgesetzt.

Wissenschaftler aus den USA untersuchten in ihrer Studie, wie die Versorgung mit Vitamin D mit dem Auftreten von Brustkrebs zusammenhängt. Für ihrer Analyse suchten sie in medizinisch-wissenschaftlichen Datenbanken nach Studien, die zu diesem Thema durchgeführt wurden und werteten sie aus. Die Wissenschaftler untersuchten anhand von verschiedenen Messwerten (Konzentration von Vitamin D im Blutserum, Vitamin-D-Zufuhr über die Nahrung, Gesamt-Vitamin-D-Zufuhr (über Nahrung und Supplemente), Vorliegen eines Vitamin-D-Mangels, Einnahme von Vitamin-D-Supplementen), ob es einen Einfluss von Vitamin D gab.

Bei einem Mangel an Vitamin D war das Brustkrebsrisiko erhöht

Es standen insgesamt 22 Studien zur Auswertung zur Verfügung. Dabei zeigte sich, dass ein Mangel an Vitamin D deutlich im Zusammenhang mit dem Brustkrebsrisiko stand und dieses erhöhte. Umgekehrt zeigte sich: je mehr Vitamin D die Frauen über die Nahrung oder Supplemente zu sich nahmen, desto geringer war das Brustkrebsrisiko. Die Einnahme von Vitamin-D-Supplementen minderte ebenso das Brustkrebsrisiko.

Diese Analyse von Wissenschaftlern aus den USA zeigt, dass ein Mangel an Vitamin D ein Risikofaktor für Brustkrebs sein könnte. Frauen, die ausreichende Mengen von Vitamin D über die Nahrung und Supplemente zuführten, hatten hingegen ein vermindertes Risiko für Brustkrebs.

Referenzen:

Hossain S, Beydoun MA, Beydoun HA, Chen X, Zonderman AB, Wood RJ. Vitamin D and breast cancer: A systematic review and meta-analysis of observational studies. Clin Nutr ESPEN. 2019 Apr;30:170-184. doi: 10.1016/j.clnesp.2018.12.085. Epub 2019 Jan 9.