

## Ernährungsempfehlungen können genetische Vorbelastung außen vor lassen

**Datum:** 17.08.2018

**Original Titel:**

Interplay between genetic predisposition, macronutrient intake and type 2 diabetes incidence: analysis within EPIC-InterAct across eight European countries

**Die Studie deckte auf, dass die genetische Vorbelastung für Typ-2-Diabetes, Insulinresistenz und einen hohen BMI keinen Einfluss auf den Zusammenhang zwischen Ernährung und Diabetesrisiko nimmt, sodass spezielle Ernährungsempfehlungen unter Berücksichtigung des genetischen Risikos nicht gerechtfertigt sind.**

---

Das Risiko für Diabetes steigt unumstritten dann, wenn eine Überernährung mit zu viel Kalorien und in der Folge zu viel Gewicht vorliegt. Ein europäisches Forscherteam untersuchte in ihrer Studie nun, ob eine genetische Vorbelastung für Diabetes Typ 2, eine Insulinresistenz (Zustand bei dem das Hormon Insulin nicht mehr richtig wirkt; wichtige Vorstufe für Diabetes) und einen zu hohen *Body Mass Index* (BMI) Einfluss auf den Zusammenhang zwischen der Zufuhr der Hauptnährstoffe Fett, Kohlenhydrate und Protein und dem Risiko für Typ-2-Diabetes nimmt. Wenn die Analyse beispielsweise aufdecken würde, dass Menschen mit genetischer Vorbelastung für Typ-2-Diabetes besonders dann häufig Diabetes entwickeln, wenn sie viele Kohlenhydrate verzehren, wäre es möglich, für diese Personen speziell auf ihr genetisches Risiko abgestimmte Empfehlungen zur Ernährung zum Schutz vor Diabetes zu machen.

### **Zusammenhang zwischen genetischen Risiko, Makronährstoffen und neu aufgetretenen Diabetesfällen untersucht**

Die europäischen Forscher untersuchten 21900 Personen aus 8 europäischen Ländern. 9742 der Personen waren neu an Diabetes erkrankt. Anhand von Befragungen war bei allen Personen bekannt, wie sie sich ernährten und welche Mengen an Fett, Kohlenhydraten und Protein sie zu sich nahmen. Zusätzlich wurde bei allen Personen das genetische Risiko für Typ-2-Diabetes, eine Insulinresistenz und einen hohen BMI bestimmt.

In den Analysen der Forscher konnten gezeigt werden, dass eine genetische Vorbelastung für eine der drei Konditionen Typ-2-Diabetes, Insulinresistenz und hoher BMI keinen Einfluss auf den Zusammenhang zwischen der Hauptnährstoffzufuhr und dem Diabetesrisiko nahm.

Empfehlungen zur Diät zum Schutz vor Diabetes können als die genetische Vorbelastung einer Person außen vor lassen, da diese keine Rolle zu spielen scheint.

**Referenzen:**

Li SX, Imamura F, Schulze MB, Zheng J, Ye Z et al. Interplay between genetic predisposition, macronutrient intake and type 2 diabetes incidence: analysis within EPIC-InterAct across eight European countries. *Diabetologia*. 2018 Jun;61(6):1325-1332. doi: 10.1007/s00125-018-4586-2. Epub 2018 Mar 17.