

## Fleischreiche Ernährung erhöht das Lungenkrebsrisiko

**Datum:** 22.04.2024

**Original Titel:**

Adherence to Data-Driven Dietary Patterns and Lung Cancer Risk: A Systematic Review and Dose-Response Meta-Analysis

**Kurz & fundiert**

- Ernährungsweise relevant für Lungenkrebsrisiko?
- Metaanalyse über 12 Studien: fleischreich-westlich versus gesunde, bedachte Ernährung
- Fleischreiche, westliche Ernährung mit Erhöhung des Lungenkrebsrisikos assoziiert
- Signifikante Dosis-Wirkungsbeziehung: Stärker gesunde, bedachte Ernährung reduzierte Risiko
- Einfluss des Ernährungsmusters speziell bei Rauchern und ehemaligen Rauchern

**MedWiss - In einer Metaanalyse über 12 Studien war eine fleischreiche, westliche Ernährung mit höherem Risiko, eine stärker gesunde, bedachte Ernährung mit einer Reduktion des Lungenkrebsrisikos assoziiert. Die Ernährung beeinflusste das Lungenkrebsrisiko besonders bei Rauchern und ehemaligen Rauchern.**

---

Rauchen stellt den größten Risikofaktor für die Entstehung von Lungenkrebs dar. Doch auch weitere Faktoren können das Lungenkrebsrisiko beeinflussen. Wie neuere Studien zeigen, steht auch die Ernährungsweise, ähnlich wie bereits für andere Krebserkrankungen festgestellt, mit dem Risiko für Lungenkrebs im Zusammenhang.

### **Ernährungsweise relevant für Lungenkrebsrisiko?**

In einer Metaanalyse wurde der Zusammenhang zwischen unterschiedlichen Ernährungsmustern und dem Lungenkrebsrisiko deshalb genauer untersucht. Für die Studie wurden zwei Ernährungsmuster verglichen: eine fleischreiche, westliche Ernährung, die durch einen hohen Anteil an weiterverarbeitetem und rotem Fleisch, Eiern, raffiniertem Getreide und Süßigkeiten charakterisiert wurde, sowie eine gesunde, bedachte Ernährung, die einen hohen Anteil an Gemüse, Obst, Geflügel, Vollkornprodukten und Fisch aufwies. Für die Metaanalyse wurden 12 Studien aus den medizinisch-wissenschaftlichen Datenbanken Scopus, Web of Science und PubMed ermittelt.

### **Metaanalyse über 12 Studien**

Die Analyse zeigte, dass das Lungenkrebsrisiko in Personengruppen, deren Ernährung die höchste Übereinstimmung mit der fleischreichen, westlichen Ernährung hatte, 39 % höher war als in Gruppen mit der niedrigsten Übereinstimmung. Umgekehrt reduzierte eine hohe Übereinstimmung mit der gesunden, bedachten Ernährung das Lungenkrebsrisiko. Hier wurde sogar eine signifikante Dosis-Wirkungs-Beziehung zwischen gesunder oder bedachter Ernährung festgestellt.

- Höchste Übereinstimmung mit fleischreicher, westlicher Ernährung: Odds Ratio (OR): 1,39; 95 % Konfidenzintervall, KI: 1,17 - 1,65; p = 0,0002
- Höchste Übereinstimmung mit gesunder, bedachter Ernährung: OR: 0,65; 95 % KI: 0,51 - 0,83; p = 0,001
- Dosis-Wirkungs-Beziehung für gesunde, bedachte Ernährung: Regressionskoeffizient = -0,0031; p = 0,003

### **Gesunde Ernährung verringert das Lungenkrebsrisiko**

Eine Untergruppenanalyse zeigte zudem, dass die Ernährung bei Rauchern oder ehemaligen Rauchern einen Einfluss auf das Lungenkrebsrisiko hatte. Bei Personen, die niemals geraucht haben, war der Zusammenhang zwischen den beiden Ernährungsweisen und dem Lungenkrebsrisiko jedoch nicht statistisch signifikant.

Lungenkrebsrisiko je nach Ernährung im Vergleich zu Nichtrauchern:

- Fleischreiche, westliche Ernährung, ehemalige Raucher: OR: 1,93; 95 % KI: 1,11 - 3,36
- Fleischreiche, westliche Ernährung, Raucher: OR: 1,35; 95 % KI: 1,06 - 1,71
- Gesunde, bedachte Ernährung, ehemalige Raucher: OR: 0,61; 95 % KI: 0,44 - 0,85
- Gesunde, bedachte Ernährung, Raucher: OR: 0,64; 95 % KI: 0,46 - 0,88

Die Autoren vermuten, dass der hohe Anteil an Antioxidation in der gesunden, bedachten Ernährung den entzündungsfördernden Effekten des Rauchens, die maßgeblich für die Entstehung von Lungenkrebs sind, entgegengewirkt. Dies könne eine höhere präventive Wirksamkeit der Ernährung erklären. Zusätzlich sei jedoch auch zu bedenken, dass zahlreiche Unterschiede, z. B. bezüglich Genetik und Histologie, zwischen Lungenkrebs bei Rauchern und bei Nichtrauchern bestehen, die ebenfalls einen Einfluss auf die Ergebnisse haben.

### **Einfluss der Ernährung insbesondere bei Rauchern und ehemaligen Rauchern**

Die Autoren schlussfolgerten, dass die untersuchten Ernährungsmuster mit einem maßgeblichen Einfluss auf das Lungenkrebsrisiko assoziiert seien. Dies war insbesondere bei Rauchen und ehemaligen Rauchern der Fall, die somit mit einer gesunden Ernährungsweise vermutlich ihr individuelles Lungenkrebsrisiko positiv beeinflussen könnten.

#### **Referenzen:**

Fabiani R, La Porta G, Li Cavoli L, Rosignoli P, Chiavarini M. Adherence to Data-Driven Dietary Patterns and Lung Cancer Risk: A Systematic Review and Dose-Response Meta-Analysis. *Nutrients*. 2023 Oct 17;15(20):4406. doi: 10.3390/nu15204406 . PMID: 37892481 ; PMCID: PMC10610272.