

Hochverarbeitete Lebensmittel erhöhen Risiko für neurodegenerative Erkrankungen

Datum: 30.07.2025

Original Titel:

The association of ultra-processed food intake with neurodegenerative disorders: a systematic review and dose-response meta-analysis of large-scale cohorts

Kurz & fundiert

- Ultrahochverarbeitete Lebensmitteln (UPF): Risiko für neurodegenerative Erkrankungen?
- Dosis-Wirkungs-Metaanalyse aus dem Iran
- Erhöhtes Risiko für Multiple Sklerose, Parkinson und kognitive Beeinträchtigungen
- Langfristig übermäßiger Konsum von UPF könnte neurodegenerative Erkrankungen begünstigen

MedWiss – Eine aktuelle Metaanalyse hat sich mit dem Zusammenhang zwischen dem Konsum ultrahochverarbeiteter Lebensmittel und neurodegenerativen Erkrankungen wie Multipler Sklerose, Parkinson und kognitiven Beeinträchtigungen beschäftigt. Die Metaanalyse von 28 Studien zeigte ein erhöhtes Risiko für mehrere Erkrankungen bei hoher Aufnahme ultrahochverarbeiteter Lebensmittel, jedoch nicht für Demenzerkrankungen wie die Alzheimer-Krankheit.

Wissenschaftler aus dem Iran untersuchten die Beziehung zwischen der Aufnahme ultrahochverarbeiteter Lebensmittel (UPF) und neurodegenerativen Erkrankungen. Dabei betrachteten sie Erkrankungen wie Multiple Sklerose (MS), Parkinson-Krankheit, Alzheimer-Krankheit, kognitive Beeinträchtigungen und weitere Demenzerkrankungen.

Ultrahochverarbeitete Nahrung und neurodegenerative Erkrankungen: Zusammenhang?

Die Autoren führten hierzu einen systematischen Review in den Datenbanken Scopus, PubMed/MEDLINE und ISI Web of Science durch. In einer Metaanalyse bestimmten sie relative Risiko für die jeweilige Erkrankung abhängig von der individuellen Aufnahme ultrahochverarbeiteter Nahrungsmittel.

Systematischer Review und Metaanalyse über 28 Studien

Die Metaanalyse von 28 Studien ergab, dass eine höhere UPF-Aufnahme signifikant mit einem erhöhten Risiko für MS, Parkinson-Krankheit und kognitive Beeinträchtigungen verbunden war, jedoch nicht mit dem Risiko für die Alzheimer-Krankheit oder sonstige Demenzerkrankungen.

- MS: Relatives Risiko, RR: 1,15; 95 % Konfidenzintervall, KI: 1,00 - 1,33; $I^2 = 37,5 \%$; $p = 0,050$; $n = 14$

- PD: RR: 1,56; 95 % KI: 1,21 - 2,02; $I^2 = 64,1 \%$; $p = 0,001$; $n = 15$
- Kognitive Beeinträchtigungen: RR: 1,17; 95 % KI: 1,06 - 1,30; $I^2 = 74,1 \%$; $p = 0,003$; $n = 17$

Die Autoren stellten fest, dass eine Erhöhung der UPF-Aufnahme um 25 g mit einem um 4 % höheren Risiko für MS (RR: 1,04; 95 % KI: 1,01 - 1,06; $I^2 = 0,0 \%$; $p = 0,013$; $n = 7$) verbunden war. Die Dosis-Wirkungs-Beziehung wies auf einen positiven nichtlinearen Zusammenhang zwischen UPF-Aufnahme und dem Risiko für MS hin ($P_{\text{Nichtlinearität}} = 0,031$; $P_{\text{Dosis-Wirkungs-Beziehung}} = 0,002$). Dieser Zusammenhang wurde beim Risiko für die Parkinson-Krankheit nicht beobachtet ($P_{\text{Nichtlinearität}} = 0,431$; $P_{\text{Dosis-Wirkungs-Beziehung}} = 0,231$).

Erhöhtes Risiko für neurodegenerative Erkrankungen durch ultrahochverarbeitete Lebensmittel

Die Ergebnisse der Studie weisen darauf hin, dass ein dauerhafter übermäßiger Konsum von ultrahochverarbeiteten Lebensmitteln neurodegenerative Erkrankungen begünstigen kann. Insbesondere im Alter kann dies zu einer Verschlechterung der Lebensqualität und einer verringerten Unabhängigkeit der Betroffenen führen.

Referenzen:

Pourmotabbed A, Talebi S, Mehrabani S, Babaei A, Khosroshahi RA, Bagheri R, Wong A, Ghoreishy SM, Amirian P, Zarpoosh M, Hojjati Kermani MA, Moradi S. The association of ultra-processed food intake with neurodegenerative disorders: a systematic review and dose-response meta-analysis of large-scale cohorts. *Nutr Neurosci.* 2025 Jan;28(1):73-86. doi: 10.1080/1028415X.2024.2351320. Epub 2024 May 16. PMID: 38753992.