

## Joghurt gegen Darmkrebs

**Datum:** 28.03.2025

**Original Titel:**

Long-term yogurt intake and colorectal cancer incidence subclassified by Bifidobacterium abundance in tumor

**Kurz & fundiert**

- Senkt Joghurtkonsum Darmkrebshäufigkeit?
- Welche Auswirkung hat Bifidobakterium-Häufigkeit im Tumorgewebe?
- Prospektive Kohortenstudie aus den USA
- Womöglich Tumor-unterdrückende Wirkung von Joghurt
- Ernährungsgewohnheiten beeinflussen Darmkrebsrisiko

**MedWiss - Ein langfristiger Joghurtkonsum steht mit seltenerem Auftreten von proximalem Dickdarmkrebs in Zusammenhang, was auf eine Antitumorwirkung des Joghurtkonsums schließen lässt. Die Assoziation zwischen Joghurtkonsum und der Inzidenz von Darmkrebs war je nach Bifidobakteriengehalt im Tumorgewebe unterschiedlich.**

---

Es gibt Hinweise auf eine tumorsupprimierende Wirkung von Joghurt, welcher typischerweise Bifidobakterien enthält. US-amerikanische Autoren haben nun die Hypothese aufgestellt, dass ein langfristiger Joghurtkonsum mit einem unterschiedlichen Auftreten von Darmkrebs in Tumorsubgruppen verbunden ist, je nach Menge an Bifidobakterien im Gewebe.

### **Kann Joghurt das Darmkrebsrisiko senken?**

Es wurde die prospektive Kohorten-Inzidenztumor-Biobank-Methode und die Daten von 2 prospektiven Kohortenstudien verwendet. Desweiteren wurden die Zusammenhänge zwischen Joghurtkonsum und dem Auftreten von Darmkrebs, untergliedert nach der Häufigkeit von Bifidobakterium im Tumorgewebe, ermittelt. Es erfolgte eine Subgruppenanalyse von proximalem Dickdarmkrebs, welcher auch als Kolonkarzinom bezeichnet wird.

### **Ermittlung der Darmkrebsinzidenz je nach Bifidobakterien-Häufigkeit im Tumorgewebe**

Während der Nachbeobachtungszeit von 132 056 Personen wurden 3 079 Fälle von Darmkrebs dokumentiert, darunter 1 121 mit verfügbaren Bifidobakterium-Gewebdaten. Der Zusammenhang zwischen langfristigem Joghurtkonsum und Darmkrebsinzidenz war je nach Bifidobakterium-Häufigkeit unterschiedlich ( $p_{\text{Heterogenität}} = 0,0002$ ). Das Risiko für Bifidobakterium-positive Tumore war bei Menschen, die  $\geq 2$  Portionen/Woche (vs.  $< 1$  Portion/Monat) Joghurt verzehrten, geringer (Hazard Ratio, HR: 0,80; 95 % Konfidenzintervall, KI: 0,50 - 1,28). Das Risiko für Bifidobakterium-negative Tumore war bei Menschen mit häufigerem Joghurtkonsum hingegen nicht geringer (HR: 1,09; 95 % KI: 0,81 - 1,46). Eine Untergruppenanalyse von Personen mit proximalem Dickdarmkrebs

bestätigte diese Ergebnisse ( $p_{\text{Heterogenität}} = 0,018$ ).

## **Joghurtkonsum beeinflusst Darmkrebsinzidenz je nach Bifidobakterien-Häufigkeit**

Ein langfristiger Joghurtkonsum war somit mit der Inzidenz von proximalem Dickdarmkrebs assoziiert, allerdings nur bei nach Bifidobakterien-positiven Tumoren. Dies deutet laut der Autoren auf eine mögliche Antitumorwirkung des Joghurtkonsums bei spezifischen Tumoruntergruppen hin.

### **Referenzen:**

Ugai S, Liu L, Kosumi K, Kawamura H, Hamada T, Mima K, Arima K, Okadome K, Yao Q, Matsuda K, Zhong Y, Mizuno H, Chan AT, Garrett WS, Song M, Giannakis M, Giovannucci EL, Zhang X, Ogino S, Ugai T. Long-term yogurt intake and colorectal cancer incidence subclassified by Bifidobacterium abundance in tumor. *Gut Microbes*. 2025 Dec;17(1):2452237. doi: 10.1080/19490976.2025.2452237. Epub 2025 Feb 12. PMID: 39937126; PMCID: PMC11834522.