

Kaffee für die Lungengesundheit?

Datum: 24.09.2018

Original Titel:

Chronic coffee consumption and respiratory disease: A systematic review.

MedWiss - Egal ob mit Milch und Zucker oder schwarz: Die meisten von uns trinken gerne Kaffee. Welche Auswirkungen er auf unsere Gesundheit hat, wird immer wieder untersucht, mal mit positivem, mal mit negativem Ergebnis. Eine aktuelle Untersuchung aus Portugal legt aber nahe, dass Menschen mit Atemwegserkrankungen vom Kaffeegenuss profitieren könnten.

Kaffee ist neben Tee wohl das beliebteste Heißgetränk der Welt. Mehr als 7 Kilo Rohkaffee haben die Deutschen im Schnitt 2015 pro Kopf zu Kaffee aufgebraut. Immer wieder gibt es Untersuchungen zu den gesundheitlichen Auswirkungen des Kaffeetrinkens. Schließlich hat das bei den weltweit getrunkenen Mengen womöglich auch globale gesundheitliche Auswirkungen.

Forscher werteten verschiedene Studien zur Wirkung von Kaffee aus

Portugiesische Wissenschaftler haben sich daher einmal angesehen, welchen Einfluss regelmäßiges Kaffeetrinken auf chronische Lungenerkrankungen wie Asthma und COPD hat. Sie werteten dazu die Studienlage in medizinischen Datenbanken aus. Insgesamt fanden sie 15 Studien, die sich mit den Effekten von Kaffee oder Koffein auf eine Vielzahl von Lungenerkrankungen beschäftigten.

Kaffeetrinker mit weniger Asthma, vielleicht aber mit mehr COPD

Die Datenlage zeigte, dass im großen Ganzen Kaffeekonsum mit einem selteneren Vorkommen von Asthma verbunden war. Für die Kombination von Kaffee mit natürlichem Honig fanden die Forscher Belege, dass es eine wirksame Behandlung bei bestehendem Husten nach einer Infektion ist. Eine Studie fand ein erhöhtes Risiko für COPD im Zusammenhang mit Kaffeekonsum. Insgesamt fanden die Forscher aber keine Hinweise auf einen Einfluss auf den Krankheitsverlauf bei COPD.

Sterblichkeit aufgrund von Lungenproblemen mit Kaffee geringer

Der Konsum von Kaffee ging laut der ausgewerteten Daten mit einer geringeren Sterblichkeit aufgrund von Lungenproblemen einher und eine Studie fand gar eine verbesserte Lungenfunktion bei Kaffeetrinkern. Rauchen wirkte sich in den meisten Studien hingegen nachteilig aus.

Die Forscher fassen zusammen, dass der Konsum von Kaffee mit einigen positiven Effekten für das Atmungssystem zusammenzuhängen scheint. Die wissenschaftlichen Nachweise dafür sind aber noch nicht aussagekräftig genug. Die bisherigen Ergebnisse legten aber nahe, dass der Genuss von Kaffee vielleicht ein Teil einer gesunden Lebensweise sei, die zu weniger Einbußen in der Lebenserwartung durch Atemwegserkrankungen wie COPD oder Asthma führen könnte. Leider gab es aber keinerlei Angaben, wie viel Kaffee in den jeweiligen Studien getrunken wurde.

Referenzen:

Alfaro TM, Monteiro RA, Cunha RA, Cordeiro CR. Chronic coffee consumption and respiratory disease: A systematic review. Clin Respir J. 2018 Mar;12(3):1283-1294. doi: 10.1111/crj.12662. Epub 2017 Jul 7.