

Verarbeitete Lebensmittel erhöhen das Risiko für Morbus Crohn

Kurz & fundiert

- Daten von 245 112 Mitarbeitern des US-amerikanischen Gesundheitssystems wurden ausgewertet
- Es wurden 369 Fälle von Morbus Crohn und 488 Fälle von Colitis ulcerosa dokumentiert
- Der Konsum von ultra-verarbeiteten Lebensmitteln erhöhte das Risiko für Morbus Crohn, nicht aber für Colitis ulcerosa

MedWiss - In Regionen, die in den letzten Jahrzehnten den westlichen Lebensstil angenommen haben, wurde eine Zunahme von chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen sowie ein Anstieg des Konsums von ultra-verarbeiteten Lebensmitteln beobachtet.

Das Ziel einer aktuellen Studie war es, den Zusammenhang zwischen dem Konsum von ultra-verarbeiteten Lebensmitteln und dem Risiko für die chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen Morbus Crohn und Colitis ulcerosa zu untersuchen.

Langjährige Kohortenstudie zu Ernährung und Darmentzündung

Hierfür wurde eine prospektive Kohortenstudie mit drei landesweiten Kohorten von Mitarbeitern des US-amerikanischen Gesundheitssystems durchgeführt - die *Nurses' Health Study* (1986 - 2014), die *Nurses' Health Study II* (1991 - 2017) und die *Health Professionals Follow-up Study* (1986 - 2012).

Daten von 245 112 Mitarbeitern des US-amerikanischen Gesundheitssystems wurden ausgewertet

In die Studie wurden 245 112 Teilnehmer einbezogen. 369 Fälle von Morbus Crohn und 488 Fälle von Colitis ulcerosa wurden während des Beobachtungszeitraumes dokumentiert. Das Alter zum Zeitpunkt der Diagnosestellung betrug 29 bis 85 Jahre. Folgende Untergruppen von ultra-verarbeiteten Lebensmitteln zeigten die stärksten positiven Assoziationen mit dem Risiko für Morbus Crohn:

- ultra-verarbeitetes Brot und Fertigprodukte für das Frühstück
- gefrorene oder lagerstabile verzehrfertige/warme Mahlzeiten
- Industriekäse
- Fertigsoßen

Ein konsistenter Zusammenhang zwischen der Einnahme von ultra-verarbeiteten Lebensmitteln und dem Risiko für Colitis ulcerosa konnte nicht gezeigt werden.

Hoher Konsum von ultra-verarbeiteten Lebensmitteln war mit Morbus Crohn assoziiert

Eine höhere Aufnahme von ultra-verarbeiteten Lebensmitteln war mit einem erhöhten Risiko für chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen verbunden. Weitere Studien sind allerdings erforderlich, um genauer zu identifizieren, welche Nahrungsbestandteile das Risiko erhöhen.