

Vitamin E

Risiko von Prostatakrebs erhöht

Um Vitamine ranken sich allerlei Erwartungen, beispielsweise, dass Vitamin E oder andere so genannte Antioxidanzien vor Krebs schützen. Das Gegenteil kann der Fall sein.

In **GPSP** Nr. 1/2009 (S. 3) erwähnten wir bereits den Verdacht, dass Vitamin E das Risiko erhöhen kann, an Krebs der Vorsteherdrüse (Prostata) zu erkranken. Damals war eine große Studie gestoppt worden, die eigentlich belegen sollte, dass Vitamin E oder Selen vor Prostatakrebs schützen können. Eine Zwischenauswertung hatte aber ergeben, dass diese Antioxidanzien bei rund 5,5-jähriger Einnahme Prostatakrebs nicht vorbeugen: Weder täglich 400 Einheiten Vitamin E oder 200 µg Selen noch die Kombination der beiden halfen. Wer Vitamin E eingenommen hatte, erkrankte sogar in der Tendenz häufiger an Prostatakrebs.

Insgesamt hatten mehr als 35.000 gesunde Männer ab 55 Jahren aus den USA, Kanada oder Puerto Rico an der vorzeitig gestoppten Studie teilgenommen. Sie wurden weiter beobachtet und ihre Erkrankungen zum Zeitpunkt des ursprünglich geplanten Studienendes ausgewertet. Die Frage war, ob sich inzwischen Unterschiede in der Gesundheit zwischen den beiden Studiengruppen ergeben haben. Das Ergebnis: Die Wahrscheinlichkeit, ein Prostatakarzinom zu entdecken, ist bei den Männern, die Vitamin E eingenommen hatten, um 17% erhöht. Das bedeutet konkret: Von 1.000 Männern, die jahrelang Vitamin E einnahmen, erkrankten innerhalb von sieben Jahren 76 an Prostatakrebs. Von denen, die ein Scheinmedikament schluckten, waren es 65. Der Unterschied

in der Häufigkeit der Krebsdiagnose wurde übrigens erstmals drei Jahre nach Beginn der Einnahme sichtbar und nahm dann – auch nach Absetzen des Vitamins – kontinuierlich zu.

Für Selen allein oder in Kombination mit Vitamin E lässt sich kein erhöhtes Risiko, aber auch kein Vorteil erkennen. Auch für Krebs von Darm und Lunge sowie Krebserkrankungen insgesamt, für Diabetes mellitus und Herz-Kreislaufschäden, lässt sich ein Nutzen der Antioxidanzien nicht belegen. Der damals bei der Zwischenauswertung beobachtete Trend, dass möglicherweise auch Selen das Risiko für Diabetes mellitus erhöht, ist in der aktuellen Auswertung nicht mehr nachzuweisen. Eine weitere Nachbeobachtung der Teilnehmer der Studie ist für die nächsten Jahre geplant.^{1,2}

Beim derzeitigen Kenntnisstand raten wir dringend davon ab, Vitamin E und andere Antioxidanzien einzunehmen, um damit Krebs oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorzubeugen.³

1 Klein EA et al. (2011) 306, S. 1549-56

2 National Cancer Institute: Questions and answers, Stand 11. Okt. 2011; www.cancer.gov/newscenter/qa/2008/selectqa#que1

3 arznei-telegramm (2011) 42, S. 99



Kriminell und weit verbreitet

Pillen, Kapseln, Tees und andere Mittel, die im Internet als „natürlich“ oder „rein pflanzlich“ beworben werden, enthalten häufig chemische Bestandteile, die nicht auf der Packung genannt sind. Obwohl diese gepanschten Produkte manchmal stark wirken und auch beträchtliche unerwünschte Effekte haben können, kommt so mancher nicht auf die Idee, dass es sich eben nicht um harmlose Kräutermittel handelt. Doch wer auf die Angaben der Anbieter vertraut, wird oft arglistig getäuscht. „Nahrungsergänzungen“ sind in Europa überflüssig (**GPSP** 1/2011, S. 12). Man sollte kein Geld dafür ausgeben, schon gar nicht für den Kauf im Internet.

Der Umsatz mit gepanschten Nahrungsergänzungsmitteln und illegalen Arzneimitteln wird inzwischen weltweit auf zig Milliarden Euro geschätzt. Dieser Handelszweig hat sich zu einem bedeutenden Geschäft für das organisierte Verbrechen entwickelt.¹

Als Hauptlieferant gepanschter Nahrungsergänzungen und illegaler Arzneimittel gilt der asiatische Raum. Dies drückt sich auch in den Namen mancher Mittel aus wie beispielsweise Huo Li Bao oder Ren Sem Tu Chon Chin Kuo. Die Namen werden von Anwendern aber nicht als Warnung zu besonderer Vorsicht