

Studie: Zusammenhang zwischen hohem Milchkonsum und Prostatakrebsrisiko

Es liegt wohl nicht am Kalzium

Laut einer neuen Studie von Forschern der Loma Linda University Health haben Männer mit einem höheren Verzehr von Milchprodukten, insbesondere Milch, ein deutlich höheres Risiko für Prostatakrebs als Männer mit einem geringeren Verzehr. Die Studie fand keinen derartigen Zusammenhang zwischen einem erhöhten Prostatakrebsrisiko und der Aufnahme von Kalzium aus Nicht-Milchprodukten, was darauf hindeutet, dass andere Stoffe als Kalzium eine Rolle bei dem Risiko spielen, das Milchprodukte für Prostatakrebs darstellen.

„Unsere Ergebnisse sind eine wichtige Ergänzung zu anderen Erkenntnissen, die eher Milchprodukte und nicht milchfremdes Kalzium als veränderbaren Risikofaktor für Prostatakrebs ansehen“, sagte Gary Fraser, Leiter der Studie und Professor an der Loma Linda University School of Medicine and School of Public Health.

Die Dosis entscheidet

Die Ergebnisse der Studie zeigen, dass Männer, die etwa 430 Gramm Milch pro Tag (etwa zwei Gläser Milch) konsumierten, ein um 25 Prozent erhöhtes Risiko für Prostatakrebs hatten, verglichen mit Männern, die nur 20 Gramm Milch pro Tag (3/4 Glas pro Woche) konsumierten.

Es betrifft nicht Käse und Joghurt

Fraser wies darauf hin, dass die Ergebnisse nur geringfügig variierten, wenn man den Verzehr von Vollfettmilch mit dem von fettreduzierter oder fettfreier Milch verglich. Beim Verzehr

von Käse und Joghurt konnte hingegen kein nennenswerter Zusammenhang zum Prostatakrebsrisiko festgestellt werden.

Vorgehensweise der Studie

Fraser und seine Mitautoren veröffentlichten die Studie „Dairy foods, calcium intakes, and risk of incident prostate cancer in Adventist Health Study-2“ im *American Journal of Clinical Nutrition*. In der Studie wurde die Nahrungsaufnahme von mehr als 28.000 Männern in Nordamerika mit einem breiten Spektrum an Milchprodukten und Kalziumquellen ausgewertet, die alle ursprünglich frei von Krebs waren. Die Nahrungsaufnahme wurde anhand von Fragebögen zur Lebensmittelhäufigkeit (FFQ) und wiederholten 24-Stunden-Erinnerungen ermittelt. Ein Basisfragebogen enthielt demografische Angaben, Angaben zur familiären Vorgeschichte von Prostatakrebs, körperlicher Aktivität, Alkoholkonsum, Prostatakrebsvorsorge und den Body-Mass-Index (BMI). Anschließend verfolgten die Forscher den Prostatakrebsstatus der Teilnehmer über einen durchschnittlichen Zeitraum von fast acht Jahren anhand von staatlichen Krebsregistern. Am Ende des Studienzeitraums meldeten die staatlichen Krebsregister 1.254 neue Prostatakrebsfälle unter den Teilnehmern während der Nachbeobachtung.

Ein interessanter Faktor sei, dass die Ergebnisse keinen einheitlichen Anstieg des Risikos bei Männern mit schrittweise erhöhtem Milchkonsum zeigten, so Fraser. Mit anderen Worten: Die Erhöhung des Milchkonsums in 50-Gramm-Schritten führte nicht zu den gleichen Risikoerhöhungen. „Der größte Teil des anhaltenden Risikoanstiegs ist mit dem Erreichen von 150 Gramm, also etwa zwei Dritteln einer Tasse Milch pro Tag, erledigt“, so Fraser. „Es scheint fast so, als ob ein biologischer oder biochemischer Aufnahmeweg bei etwa zwei Dritteln einer Tasse Milch pro Tag gesättigt ist.“

Hormongehalt der Milch ein möglicher Faktor

Als möglichen Grund für diesen Zusammenhang zwischen Prostatakrebs und Kuhmilch nannte Fraser den Gehalt an Sexualhormonen in Kuhmilch. Bis zu 75 Prozent der laktierenden Milchkühe sind trächtig, und Prostatakrebs ist eine Krebsart, die auf Hormone reagiert. Darüber hinaus wurde in früheren Berichten der Verzehr von Milch und anderen tierischen Proteinen mit höheren Blutspiegeln eines Hormons, des insulinähnlichen Wachstumsfaktors 1 (IGF-1), in Verbindung gebracht, von dem angenommen wird, dass es bestimmte Krebsarten, einschließlich Prostatakrebs, fördert.

Weitere Studien sind in Arbeit

Eine frühere Studie der Adventist Health Study-2 über die Auswirkungen von Milchprodukten auf das Brustkrebsrisiko bei Frauen ergab ähnliche Ergebnisse, sowohl was das uneinheitliche Risiko bei erhöhtem Konsum als auch das Ausmaß des Risikos betrifft, so Fraser. „Die Parallelen zwischen unserer Studie über Brustkrebs bei Frauen von vor einem Jahr und dieser Studie über Männer sind frappierend“, sagte er. „Es scheint möglich, dass dieselben biologischen Mechanismen am Werk sind.“

Allerdings stellt Fraser klar, dass diese Studie noch nicht schlüssig belegt, dass Milch tatsächlich Prostatakrebs verursacht. (Eine Korrelation ist nicht gleichzusetzen mit einer Kausalität.)

Da in weiteren Studien noch untersucht wird, auf welche Weise der Konsum von Milchprodukten das Prostatakrebsrisiko erhöhen könnte, rät Fraser, dass umsichtige Männer mit einer familiären Vorgeschichte von Prostatakrebs oder anderen Risikofaktoren so lange „vorsichtig“ sein beim Konsum von Milch sein sollten, bis dies geklärt ist. „Wer glaubt, dass sein Risiko überdurchschnittlich hoch ist, sollte Alternativen wie Soja-, Hafer-, Cashew- und andere milchfreie Milchprodukte in Betracht ziehen“, sagte er.

Die Studie ist Teil der Adventist Health Study-2, einer Langzeit-Gesundheitsstudie, die den Zusammenhang zwischen Lebensweise, Ernährung und Krankheiten bei Mitgliedern der Kirche der Siebenten-Tags-Adventisten untersucht.

Loma Linda University Health

Die 1905 gegründete Loma Linda University Health, eine Institution der Freikirche der Siebenten-Tags-Adventisten, umfasst die acht Fakultäten der Loma Linda-Universität (mit mehr als 4.400 Studierenden aus über 80 Ländern), die sechs Krankenhäuser des LLU Medical Center sowie mehr als 1.000 Fakultätsärzte in Südkalifornien. Loma Linda University Health bietet nach eigenen Angaben über 100 akademische Programme an und versorgt jährlich über 40.000 Patienten stationär und 1,5 Millionen ambulant.