

Schützen bestimmte Fette vor Brustkrebs?

k -- Wolk A, Bergström R, Hunter D et al. A prospective study of association of monounsaturated fat and other types of fat with risk of breast cancer. Arch Intern Med 1998 (12. Januar); 158: 41-5

[\[LINK\]](#)

Kommentar: Elisabeth Zemp

Studienziele

In Tiermodellen fand sich eine entgegengesetzte Auswirkung von einfach- und mehrfach-ungesättigten Fettsäuren auf das Brustkrebsrisiko. In dieser Kohortenstudie wurde der Einfluss einfach- bzw. mehrfach-ungesättigter Fettsäuren auf die Entstehung von Brustkrebs bei Frauen untersucht.

Methoden

Aus dem Kollektiv einer schwedischen Mammographie-Studie wurden 61'471 Frauen im Alter zwischen 40 und 76 Jahren ausgewählt. Diese Frauen hatten alle einen Fragebogen ausgefüllt, der auch über ihre Essgewohnheiten Auskunft gab. Dies ermöglichte Schlussfolgerungen auf individuell konsumierte Fettarten und -mengen. Persönliche Daten wie Alter, Körpermasse, Anzahl der Schwangerschaften, Alter bei Geburten und Familien-Anamnese bezüglich Krebserkrankungen wurden berücksichtigt.

Ergebnisse

Unter Berücksichtigung verschiedener Korrekturfaktoren wurde berechnet, wieviel gesättigte, einfach- und mehrfach-ungesättigte Fettsäuren die Frauen zu sich nahmen. Während der Studiendauer wurde bei 674 Frauen Brustkrebs diagnostiziert. Ein Zusammenhang zwischen der gesamthaft aufgenommenen Fettmenge und Brustkrebsrisiko konnte nicht festgestellt werden. Frauen, die relativ viel einfach-ungesättigte Fettsäuren zu sich nahmen, hatten jedoch ein signifikant kleineres Brustkrebsrisiko als solche, die von dieser Fettsäureart wenig konsumierten. Eine umgekehrte Korrelation bestand zwischen erhöhter Einnahme mehrfach-ungesättigter Fettsäuren und Brustkrebsrisiko. Gesättigte Fettsäuren beeinflussten das Brustkrebsrisiko nicht.

Schlussfolgerungen

Einfach- und mehrfach-ungesättigte Fettsäuren zeigen eine unabhängige und entgegengesetzte Wirkung auf das Brustkrebsrisiko. Für die zukünftige Forschung und allfällige Ernährungsempfehlungen wäre insbesondere von Bedeutung, dass einfach-ungesättigte Fettsäuren – wie sie besonders im Olivenöl vorkommen – gegen Brustkrebs schützen können.

Fett und Brustkrebs, es wird spezifischer: Ökologische Vergleiche hatten zur Fetthypothese geführt (Nord-Süd-Gradient innerhalb Europa und Amerika, Unterschiede zwischen Asien und westlichen Ländern). Während Übergewicht als gesicherter Risikofaktor für das postmenopausale Mammakarzinom gilt, ist der

Einfluss der Gesamtfettaufnahme noch umstritten. Studien aus dem südeuropäischen Raum zeigten eine Schutzwirkung von Olivenöl (reich an einfach-ungesättigten Fettsäuren). Die vorliegende Studie findet nun einen entgegengesetzten Einfluss verschiedener Fettkomponenten. Sie war gross genug, diesen Zusammenhang (trotz Kollinearität) herausarbeiten zu können. Weitere Studien müssten hormonelle Faktoren besser berücksichtigen. Falls dieses Ergebnis Bestätigung findet, ist es eines der ersten, das sich in Ernährungsempfehlungen umsetzen lässt.

Elisabeth Zemp