

Höheres COPD-Risiko durch verarbeitetes rotes Fleisch

Datum: 03.03.2023

Original Titel:

Processed red meat intake and risk of COPD: A systematic review and dose-response meta-analysis of prospective cohort studies

DGP - Der Verzehr von verarbeitetem rotem Fleisch erhöhte das Risiko, an COPD zu erkranken. Zu diesem Ergebnis kamen die Wissenschaftler in der vorliegenden Studie, indem sie die Ergebnisse mehrerer Studien zu dieser Thematik zusammenfassten und neu auswerteten.

Was wir essen, kann sich auf unsere Gesundheit auswirken. Diese Erkenntnis ist nicht neu, daher wird generell zu einer gesunden Ernährung geraten. Eine gesunde Ernährung zeichnet sich durch viel Obst und Gemüse und möglichst wenig Fleisch aus. Fleisch - vor allem rotes Fleisch (wie z. B. Rindfleisch oder Schweinefleisch) und industriell verarbeitetes Fleisch - kann nämlich das Risiko für verschiedene Krankheiten erhöhen, wie z. B. das Risiko für Brustkrebs oder Krebs allgemein ([Studie von Diallo und Kollegen](#), 2018 in der medizinischen Fachzeitschrift *International journal of cancer* veröffentlicht). Doch gilt das auch für COPD? Erhöht der Verzehr von verarbeitetem rotem Fleisch das Risiko, an COPD zu erkranken? Mehrere Studien haben sich bereits mit dieser Fragestellung beschäftigt. Ein Forscherteam aus Teheran (Iran) fasste die Ergebnisse dieser Studien zusammen, um einen Überblick über die derzeitige Datenlage zu dieser Thematik zu erhalten.

Die Wissenschaftler fassten die Ergebnisse mehrerer Studien zusammen

Die Wissenschaftler suchten in internationalen Datenbanken nach geeigneten Studien, die bis April 2018 veröffentlicht wurden. Sie wurden fündig und konnten fünf Studien für ihre zusammenfassende Analyse nutzen. Diese Studien (aus Schweden und den USA) enthielten Daten von insgesamt 289 952 Teilnehmern, darunter 8 338 Patienten mit COPD.

Der Konsum von verarbeitetem rotem Fleisch erhöhte das COPD-Risiko

Die Wissenschaftler stellten bei der Auswertung der Studienergebnisse fest, dass verarbeitetes rotes Fleisch das Risiko, an COPD zu erkranken, erhöhte. Spezielle statistische Analysen ergaben, dass jede 50 Gramm verarbeitetes rotes Fleisch, die pro Woche mehr verspeist wurden, das Risiko für COPD um 8 % erhöhten. Es handelt sich hierbei um eine relative Risikoerhöhung - also: die Personen, die 50 Gramm die Woche mehr verarbeitetes rotes Fleisch aßen, hatten im Vergleich zu den Personen, die 50 Gramm weniger aßen, ein 1,08-mal so hohes Risiko. Es gab jedoch Hinweise, dass die Beziehung zwischen dem Konsum von rotem und verarbeitetem Fleisch und dem COPD-Risiko nicht linear war - also, dass das COPD-Risiko mit steigendem Fleischkonsum nicht immer im gleichen Maße anstieg.

Personen, bei denen verarbeitetes rotes Fleisch häufig auf dem Speiseplan stand, hatten somit ein höheres Risiko, an COPD zu erkranken, als Personen, die weniger von dieser Art Fleisch zu sich

nahmen.

Referenzen:

Salari-Moghaddam A, Milajerdi A, Larijani B, Esmailzadeh A. Processed red meat intake and risk of COPD: A systematic review and dose-response meta-analysis of prospective cohort studies. Clin Nutr. 2019 Jun;38(3):1109-1116. doi: 10.1016/j.clnu.2018.05.020. Epub 2018 Jun 1.

DCG DeutschesGesundheitsportal

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“