

## Senkt Fast Food die Fruchtbarkeit?

**Datum:** 20.04.2021

**Original Titel:**

Association Between the Frequency of Eating Non-home-prepared Meals and Women Infertility in the United States

**Kurz & fundiert**

- Auswirkungen von Fast Food, Tiefkühl- und Fertiggerichten auf die Fruchtbarkeit
- Fast Food erhöhte das Risiko für Unfruchtbarkeit

**DGP - Die Studie gibt Hinweise darauf, dass der Verzehr von Fast Food, Tiefkühl- und Fertiggerichten zu Unfruchtbarkeit beitragen könnte. Weitere Studien müssen die Ergebnisse jetzt bestätigen.**

---

Die Ursachen für Unfruchtbarkeit bei Frauen sind vielfältig. Eine Studie analysierte jetzt das Essverhalten US-amerikanischer Frauen. Dabei beschäftigten sie sich mit Fertiggessen und Fast Food, beziehungsweise Mahlzeiten, die nicht frisch zu Hause zubereitet worden waren.

### **Die Wissenschaftler untersuchten 2143 Frauen**

Die Wissenschaftler untersuchten, ob Fast-Food, Tiefkühl- und Fertiggerichte die Fruchtbarkeit beeinflussen. Dafür untersuchten sie Daten zur Ernährung und Unfruchtbarkeit bei 2143 Frauen zwischen 20 und 49 Jahren. Diese hatten zwischen 2013 und 2016 an einer nationalen Umfrage teilgenommen und Fragen zu ihrer Ernährung, der Häufigkeit und Art der Mahlzeiten beantwortet. Außerdem galten die Frauen als unfruchtbar, wenn sie für mindestens ein Jahr nicht schwanger werden konnten.

### **Fast Food erhöhte das Risiko für Unfruchtbarkeit**

Es zeigte sich eine positive Assoziation zwischen Unfruchtbarkeit und mehr als einer Mahlzeit Fast Food, Tiefkühl- und Fertiggerichte pro Tag (OR 2,82 bei mehr als einer Mahlzeit am Tag vs. keine Mahlzeit am Tag). Andere Faktoren wurden als Ursache für die Unterschiede ausgeschlossen. Die Wahrscheinlichkeiten für Unfruchtbarkeit war 2 bis 3 mal höher bei Frauen, die Fast Food konsumierten, als bei denen, die kein Fast Food konsumierten (OR 2,73 bei mehr als einer Mahlzeit am Tag vs. keine Mahlzeit am Tag).

Der Verzehr von Fast Food, Tiefkühl- und Fertiggerichten könnte daher zu Unfruchtbarkeit beitragen. Weitere Studien müssen die Ergebnisse jetzt bestätigen.

**Referenzen:**

Lee, S., Min, J., Kim, H.-J., & Min, K. (2020). Association Between the Frequency of Eating Non-home-prepared Meals and Women Infertility in the United States. *Journal of Preventive Medicine and Public Health*, 53(2), 73-81.  
<https://doi.org/10.3961/jpmph.19.218>

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“