

## Zuckergesüßte Getränke erhöhen das Prostatakrebs-Risiko

**Datum:** 10.11.2022

**Original Titel:**

Concentrated sugars and incidence of prostate cancer in a prospective cohort

**DGP - Zuckergesüßte Getränke können sich negativ auf die Gesundheit auswirken. Die vorliegende Studie zeigte, dass dies auch im Hinblick auf Prostatakrebs gilt. Wer mehr Zucker durch Getränke zu sich nahm, hatte laut der Studie nämlich ein größeres Risiko, an Prostatakrebs zu erkranken.**

Zucker und speziell zuckergesüßte Getränke stehen im Verdacht, viele Krankheiten zu verursachen. So wurde beispielsweise in einer kürzlichen Studie gezeigt, dass zuckergesüßte Getränke das Risiko, an einer koronaren Herzkrankheit zu erkranken, erhöhten ([Studie von Rivera-Paredes und Kollegen](#), 2018 in der medizinischen Fachzeitschrift *The British journal of nutrition* veröffentlicht). Und auch bei Darmkrebs scheinen zuckergesüßte Getränke eine Rolle zu spielen. Forscher fanden nämlich heraus, dass Darmkrebs-Patienten ein größeres Sterberisiko hatten, wenn sie viel zuckerhaltige Getränke zu sich nahmen ([Studie von Fuchs und Kollegen](#), 2014 in der medizinischen Fachzeitschrift *PloS one* veröffentlicht). Doch wie sieht es bei Prostatakrebs aus? Erhöhen zuckergesüßte Getränke auch das Risiko, an Prostatakrebs zu erkranken? Und wie ist es mit Zucker in anderen Lebensmitteln wie im Dessert?

### **Forscher befragten Männer, wie häufig sie zu zuckergesüßten Getränken griffen**

Um diese Fragen zu beantworten, untersuchten Wissenschaftler aus den USA 22720 Männer. Diese wurden nach ihrem Zuckerkonsum befragt - mit besonderem Augenmerk auf zuckerhaltige Getränke. Die Männer wurden im Mittel 9 Jahre lang begleitet. Die Wissenschaftler protokollierten, wie viele der Männer in diesem Zeitraum an Prostatakrebs erkrankten. Sie untersuchten, ob es einen Zusammenhang zwischen dem Erkrankungsrisiko und dem Konsum von zuckergesüßten Getränken bzw. zuckerhaltigen Desserts gab.

### **Männer, die mehr Zucker durch Getränke zu sich nahmen, hatten ein höheres Risiko für Prostatakrebs**

Während des Beobachtungszeitraumes erkrankten 1996 der Männer an Prostatakrebs. Die Wissenschaftler stellten bei ihrer Analyse der Daten fest, dass die Männer, die mehr zuckergesüßte Getränke tranken, ein höheres Prostatakrebs-Risiko aufwiesen. Dabei galt: je mehr Zucker sie durch Getränke zu sich nahmen, desto größer war das Prostatakrebs-Risiko. Kein solcher Zusammenhang konnte hingegen bei Zucker aus Dessert und bei Zucker aus Fruchtsäften beobachtet werden.

Das Verzehren von Zucker durch zuckerhaltige Getränke erhöhte somit das Risiko, an Prostatakrebs zu erkranken. Dies schien jedoch nicht für Zucker aus Fruchtsäften zu gelten. Und auch zwischen Zucker im Dessert und dem Prostatakrebs-Risiko konnte kein Zusammenhang festgestellt werden.

Die Autoren der Studie schlussfolgerten, dass möglichst auf zuckergesüßte Getränke verzichtet werden sollte, um das Risiko für Prostatakrebs so gering wie möglich zu halten.

**Referenzen:**

Miles FL, Neuhouser ML, Zhang ZF. Concentrated sugars and incidence of prostate cancer in a prospective cohort. Br J Nutr. 2018 Jul 26;1-8. doi: 10.1017/S0007114518001812. [Epub ahead of print]

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“