



Wird Krebs durch Folsäuresupplementierung gefördert?

Berichte über eine mögliche Krebs fördernde Wirkung des B-Vitamins Folsäure sind fragwürdig und beruhen auf einer Datengrundlage, die eine eindeutige Interpretation nicht zulässt. Die Gesellschaft zur Information über Vitalstoffe und Ernährung – GIVE e.V. weist darauf hin, dass die den Berichten (u. a. im Focus) zu Grunde liegende Studie* mit der statistischen Korrelation zwischen Folsäure- und Vitamin-B12-Gaben und Lungenkrebs völlig aus dem Rahmen einer großen Zahl ähnlicher Untersuchungen fällt. Darin wurden bisher fast ausschließlich positive Effekte von Folsäuregaben festgestellt.

Auffällig ist in der zitierten Studie, dass den Teilnehmern neben einer relativ hohen Dosis an Folsäure auch gleichzeitig eine hohe Dosis Vitamin B12 verabreicht worden war. Vor allem aber waren 94 Prozent der an Lungenkrebs erkrankten Studienteilnehmer, die Folsäure eingenommen hatten, Raucher, oder hatten früher geraucht. Daraus zu folgern, „Folsäure erhöht das Krebsrisiko“ ist nach Ansicht der GIVE e.V. mehr als gewagt und außerdem unverantwortlich. Die Autoren der Studie legen selbst Wert darauf, dass weitere Untersuchungen erforderlich sind, die sich auch auf Nichtraucher beziehen müssen. Würde die Einnahme von Folsäure tatsächlich mit einem erhöhten Krebsrisiko einhergehen, dann hätte sich dies beispielsweise in den USA schon nach der Einführung von mit Folsäure angereicherten Lebensmitteln seit 1998 bemerkbar machen müssen. Dies ist jedoch nicht der Fall: Im Gegenteil, dort sind Lungenkrebsfälle während der beiden letzten Jahrzehnte deutlich rückläufig. In den ersten fünf Jahren seit der Jahrtausendwende ist in den USA sogar die Gesamtzahl der Krebsneuerkrankungen zurückgegangen.

In Deutschland haben zwischen achtzig rund neunzig Prozent der Bevölkerung Folsäuredefizite. Bestimmten Risikogruppen (Schwangere, Senioren) wird deshalb seit vielen Jahren dringend geraten, ihre Versorgung mit diesem B-Vitamin durch entsprechende Präparate auszugleichen. Besonders bei Schwangeren verringert sich dadurch das Risiko, ein fehlgebildetes Kind zur Welt zu bringen. Nicht nur aus diesem Grund werden in vielen Ländern (z. B. USA, Kanada) bestimmte Lebensmittel wie Mehl mit Folsäure angereichert. In diesen Ländern ist die Zahl der fehlgebildeten Neugeborenen seither zurückgegangen. Folsäuregaben im Rahmen der offiziellen Empfehlungen sind sicher, bisher gibt es keinen Hinweis auf negative Effekte.

* Ebbing M, Bona K, Arnes E, et al; Cancer Incidence and Mortality After Treatment with Folic Acid and Vitamin B12. Journal of the American Medical Association (JAMA), 2009;302(19):2119-2126