

Vitamin D für jeden über 50 – ließen sich so 30.000 Krebstote verhindern?

DKFZ-Epidemiologen mit aufsehenerregender Analyse

Text: Michael van den Heuvel

15. Februar 2021

0-Kommentar:

„Schon länger ist bekannt, dass niedrige Vitamin-D-Spiegel bei Patienten mit einem höheren Mortalitätsrisiko in Verbindung stehen. Forscher um Prof. Dr. Hermann Brenner vom Deutschen Krebsforschungszentrum Heidelberg haben jetzt 3 große Metaanalysen randomisierter klinischer Studien ausgewertet und Zahlen auf Deutschland übertragen [1]. Das Ergebnis: Durch eine bundesweite Vitamin-D-Supplementierung aller Menschen über 50 könnte die Zahl an Todesfällen durch Krebs um 30.000 pro Jahr vermindert, und es könnten 300.000 Lebensjahre gewonnen werden – bei Einsparungen von 254 Millionen Euro durch weniger Krebstherapien.“ *Prof. Dr. Hermann Brenner*

Deutschlandweit starben im Jahr 2019 rund 231.000 Menschen an den Folgen maligner Erkrankungen, berichtet das Statistische Bundesamt. Damit war Krebs die Ursache für jeden 4. Todesfall. „Aus zahlreichen, auch aus eigenen Studien ist bekannt, dass Patienten mit Krebs sehr häufig einen deutlichen Vitamin-D-Mangel haben“, sagt Brenner im Gespräch mit Medscape.

Besonders ausgeprägt sei dies kurz nach der Behandlung, etwa einer chirurgischen Intervention. „Und wir dürfen nicht vergessen, dass die Prävalenz eines Vitamin-D-Mangels in der älteren Bevölkerung generell recht hoch ist“, ergänzt Brenner.

Die Ergebnisse sprechen dafür, dass durch die Vitamin-D-Supplementierung insbesondere die Prognose nach Diagnose einer Krebserkrankung verbessert wird. Prof. Dr. Hermann Brenner

„In den eingeschlossenen Metaanalysen sehen wir eine deutliche und hoch signifikante Reduktion der Krebsmortalität um 13%, während für die Krebsinzidenz eine allenfalls geringfügige, statistisch nicht signifikante Verringerung beobachtet wurde“, so der Experte. „Die Ergebnisse sprechen dafür, dass durch die Vitamin-D-Supplementierung insbesondere die Prognose nach Diagnose einer Krebserkrankung verbessert wird.“

Was können Ärzte für die Praxis daraus lernen? Brenner: „Personen mit ausreichend hohem Vitamin-D-Spiegel brauchen zwar keine Substituierung, für die Mehrheit der älteren Bevölkerung mit erniedrigtem Vitamin-D-Spiegel wäre sie aber von großem potenziellem Nutzen.“ Ideal sei deshalb, den Wert bei älteren Menschen zu testen und dann eine individuell dosierte Supplementierung durchzuführen.

Doch diese Untersuchung koste mehr als eine Jahresdosis an Vitamin D und werde in der Praxis oft nicht durchgeführt. „Pragmatisch könnte man durchaus auch vorschlagen, Menschen ab 50 Jahren generell eine Supplementierung mit Dosierungen zwischen 400 und 2.000 Einheiten pro Tag zu empfehlen“, so Brenner.

Diese Mengen seien auch in randomisierten, klinischen Studien ohne vorherige Vitamin-D-Bestimmung eingesetzt worden, da Vitamin D in dieser Dosierung auch bei langfristiger Einnahme als sicher gelte. „In einigen Ländern werden sogar Nahrungsmittel seit vielen Jahren mit Vitamin D angereichert – etwa in Finnland, wo die Sterberaten an Krebs um rund 20 Prozent niedriger sind als in Deutschland.“ Ein besonders großes Potenzial sieht Brenner dabei besonders in der supportiven Vitamin-D-Supplementierung bei Krebspatienten.