Hier steht eine Anzeige.

Sojaverzehr und Brustkrebsrisiko

Soja enthält Phytoöstrogene, die an Östrogenrezeptoren binden können. Ob Sojaverzehr das Mammakarzinomrisiko bei prä- und postmenopausalen Frauen senken kann, untersuchte eine große chinesische Studie.

Frauen in asiatischen Ländern haben eine niedrigere Mammakarzinomrate, was sich aber nach Migration in westliche Länder ändert. Als Ursache werden auch ernährungsbedingte Faktoren postuliert. Epidemiologische Studien zeigten, dass Sojaverzehr das Risiko für Mammakarzinome generell senkt. Jedoch sind die bisherigen Daten hinsichtlich Menopausenstatus nicht konsistent. Soja enthält Isoflavon, ein Phytoöstrogen mit Strukturähnlichkeit zu 17 β -Östradiol, das mit endogenem Östrogen um die Bindung an Östrogenrezeptoren konkurriert. Bei Östrogenmangel hat Isoflavon daher östrogenartige, bei hohen Östrogenspiegeln eher antiöstrogene Effekte. Deshalb wird vermutet, dass Soja bei hormonnassoziierten Mammakarzinomen protektiv wirken könnte.

Um den Zusammenhang von Sojaverzehr und Hormonrezeptor- und Menopausenstatus zu untersuchen, wurde die Verzehrmenge von 70.578 chinesischen Frauen (40–70 Jahre) analysiert. Die Nachverfolgung in dieser prospektiven Studie betrug 13,2 Jahre. Insgesamt traten 1.034 Brustkrebsfälle auf. Die täglich verzehrte Sojamenge war dabei invers mit dem Brustkrebsrisiko assoziiert. Bei Aufnahme von 3,5 g/Tag als Referenz mit einem Risiko von 1,0, sank das Risiko bei Aufnahme von 16,0 g/Tag auf 0,78. Am deutlichsten reduzierte sich das Brustkrebsrisiko bei prämenopausalen Frauen mit 0,46. Auch fand sich bei Verzehr von Soja im Erwachsenenalter eine deutliche Risikoreduktion für Östrogenrezeptor-positive und Progesteronrezeptor-positive Mammakarzinome (Risiko 0,72) bei postmenopausalen Frauen. Auch für Östrogenrezeptor-negative/Progesteronrezeptor-negative prämenopausale Frauen war das Risiko bei Sojaverzehr mit 0,46 reduziert. Eine hohe tägliche Aufnahme senkte auch das Risiko für ein prämenopausales Mammakarzinom (Risiko 0,53). Es fand sich keine Assoziation von Sojaverzehr und HER2-Status.

Baglia ML et al. The association of soy food consumption with the risk of subtype of breast cancers defined by hormone receptor and HER2 status. *Int J Cancer* 2016; 139:742-8

Kommentar

Diese Studie aus China liefert eindrucksvolle Hinweise, dass eine hohe tägliche Aufnahme von Soja das Brustkrebsrisiko senken könnte. Auch konnte erstmals systematisch geklärt werden, welche Untergruppen am meisten von einem Sojaverzehr profitieren. Soja findet zunehmend Eingang in die westliche Küche, sodass sich die konsequente tägliche Aufnahme positiv auf die Mammakarzinominzidenz auswirken könnte.

Prof. Tino F. Schwarz
Zentrallabor, Stiftung Juliusspital Würzburg