Tomatensoße gegen Prostatakarzinom?

Unzählige Studien haben bereits den Wert etwa von Broccoli oder Tomatensoße gegen das Fortschreiten des Prostatakarzinoms gepriesen. Doch die meisten fanden an Zellkulturen oder Tieren statt. Nun liegt tatsächlich eine prospektive Studie an Männern zum Thema vor.

Gemüse allgemein, Gemüse aus der Familie der Kreuzblütler wie Blumenkohl und Broccoli oder Tomatensoße – sie alle wurden schon damit in Zusammenhang gebracht, das Risiko für ein Fortschreiten des Prostatakarzinoms zu senken, vor allem aufgrund von Laboraten und Tierversuchen. Doch für den Menschen gibt es nur begrenzt aussagekräftige Daten. Wie meist in ernährungswissenschaftlichen Fragen sind v.a. prospektive Daten Mangelware.

Umso wichtiger ist eine Studie, die prospektiv untersuchte, ob Männer mit einer Prostatakrebs, die besonders viel von den genannten Gemüsen essen, ein geringe-

res Risiko für ein Fortschreiten ihrer Erkrankung haben als andere. Es handelte sich allerdings nicht um eine Interventionsstudie; die Probanden wurden nur nach ihrem Gemüsekonsum befragt. Dabei wurden nicht nur die Verzehrsmengen der genannten Gemüse erforscht, sondern auch, wie viel Obst oder einzelne Fruchtgruppen wie Beeren, Äpfel und Birnen oder Fruchtsäfte die Männer aßen.

1.560 Probanden wurden in die Studie aufgenommen; bei allen lagen zum Zeitpunkt der Diagnose noch keine Metastasen vor. In 3.171 Personenjahren kam es zu 134 Progressionen. Nach der Verzehrsmenge an Kreuzblütlern in vier Quartile

eingeteilt, hatten die Männer mit dem größten Verzehr ein statistisch signifikant um 59 % verringertes Risiko für eine Progression im Vergleich zu denen in der niedrigsten Quartile. Kein anderes Gemüse und keine Frucht hatte einen Einfluss auf die Krebsprogression – auch Tomatensoße nicht.

Fazit: Der Verzehr von Kreuzblütler-Gemüse mag tatsächlich das Progressionsrisiko eines noch nicht metastasierten Prostatakarzinoms mindern. Die Autoren warnen aber selbst davor, die Ergebnisse der Studie allzu sehr in Ernährungsratschläge einfließen zu lassen, denn die Zahl der Probanden ist zu klein, um harte Aussagen zu treffen.

Christina Berndt

Richman EL et al. Vegetable and fruit intake after diagnosis and risk of prostate cancer progression. *Int J Cancer*. 2012;131(1):201-10.

Komplementärmedizin bei Prostatakrebs auch subjektiv wirkungslos

Ob Patienten mit lokalisiertem Prostatakarzinom neben etablierten Therapien auch alternative Heilverfahren anwenden, scheint selbst den subjektiven Behandlungserfolg wenig zu beeinflussen. Wichtiger für die Zufriedenheit ist eine gut funktionierende Kommunikation zwischen Ärzten und Patienten.

Wie wirksam ist Komplementärmedizin beim Prostatakarzinom?

Etwa 30–40 % der Patienten mit Prostatakrebs vertrauen auch auf die Wirkung der Komplementär- und Alterna-

tivmedizin (CAM). Davon erhoffen sie sich zumindest eine bessere Lebensqualität, häufig auch heilende und lebensverlängernde Wirkung. An einer Beobachtungsstudie beteiligten sich 714 Patienten mit neu diagnostiziertem lokalisiertem Prostatakarzinom. Alle waren in üblicher Weise behandelt worden, meist mit Prostatektomie oder externer Strahlentherapie. 39 % der Patienten wendeten zusätzlich Methoden der CAM an; rechnet man auch Gebete diesem Sonderbereich der Medizin zu, sogar 52 %. Ansonsten umfasste die CAM z.B. spezielle Diäten, Heilkräuter, Nahrungsergänzungsmittel, Vitamintabletten, Homöopathie, Physiotherapie, Akupunktur, Physiotherapie und Geist-Körper-Therapien wie Meditation. Welche Verfahren die Patienten im Einzelnen anwendeten, wurde in der Studie nicht ausgewertet.

Die Therapiezufriedenheit hing in der sechs Monate dauernden Studie vor allem davon ab, wie gut sich die Patienten von ihren Ärzten betreut fühlten. Wenn die Ärzte ihnen zum Beispiel verständliche und keine widersprüchlichen Erklärungen gaben und ausführlich mit ihnen über die weitere Versorgung sprachen, steigerte das die Zufriedenheit mit der Behandlung insgesamt. Die Anwendung von CAM trug dagegen nicht zu einer besseren Beurteilung der Behandlung bei. Lediglich in der Gruppe von Patienten, die von der Wirkung der CAM sehr überzeugt waren, bestand eine etwas höhere allgemeine Therapiezufriedenheit. Darm-, Harnwegs- und Sexualfunktion besserten sich ebenfalls unabhängig vom Gebrauch der CAM. Als entscheidend erwies sich hier die Wahl der Primärtherapie.

Fazit: Zumindest kurzfristig fühlen sich Patienten mit zusätzlicher CAM-Behandlung nicht besser als ausschließlich konventionell behandelte Patienten.

Beate Schumacher

Ramsey SD et al. Complementary and alternative medicine use, patient-reported outcomes, and treatment satisfaction among men with localized prostate cancer. *Urology* 2012;79(5):1034-41.