

Krebs und Ernährung

Siegfried Knasmüller (Hrsg.)
Risiken und Prävention – wissen-
schaftliche Grundlagen und
Ernährungsempfehlungen

unter Mitarbeit von
Miroslav Misik,
Wolfram Parzefall und
Karl-Heinz Wagner

Stuttgart: Thieme Verlag 2014,
1. Auflage
ISBN: 978-3-13-154211-3
440 Seiten, gebunden mit 159
Abbildungen, vielen Tabellen
und Exkursen
Preis: 69,99 Euro

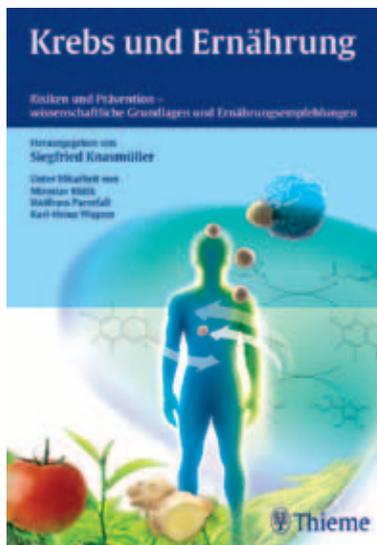
Herausgeber Siegfried Knasmüller – Professor an der Universitätsklinik für Innere Medizin I der Medizinischen Universität Wien – und Mitarbeiter legen ein interessantes Fachbuch mit dem Titel „Krebs und Ernährung“ erschienen im Georg Thieme Verlag Stuttgart im April 2014 vor.

Der Titel lässt aufhorchen, denn die Ernährung ist ein wichtiges Lebenselixier aller Menschen und die Furcht vor einer Krebserkrankung im Zusammenhang mit der Nahrungsaufnahme geht an keinem spurlos vorüber.

Das Buch ist in 7 Kapitel gegliedert:

1. Allgemeine Grundlagen
2. Methoden und Modelle der Krebsforschung und ihr Einsatz zur Untersuchung von Nahrungsmitteln
3. Chemie der Nahrungsverarbeitung
4. Risikofaktoren
5. Stabilisierende Faktoren
6. Schutzfaktoren in der Nahrungsaufnahme
7. Schlussbetrachtung: Fragen, Irrtümer und Empfehlungen

Ein Sachverzeichnis schließt sich an. Die ersten drei Kapitel beleuchten die Grundlagen der Krebsentstehung und die wissenschaftlichen Methoden welche die Zusammenhänge zwischen den Ernährungsformen und den Krebserkrankungen plausi-



bel machen.

Die folgenden Kapitel beschreiben ausführlich, wie das Risiko an Krebs zu erkranken durch eine gesunde und bilanzierte Ernährung minimiert werden kann. Der Autor zeigt auf, dass die Ernährung und Zubereitung der Speisen zu den wichtigen gesundheitlichen Risiken für Krebserkrankungen zählen. Nach wissenschaftlichen Schätzungen könnten vielfach Krebserkrankungen durch eine richtige und ausgewogene Ernährung vermieden werden. Dabei wird insbesondere auf den Verzehr von rotem Fleisch, überhaupt auf die Gefahren durch Fleischkonsum ebenso hingewiesen wie auf die Schädlichkeit von übermäßigem Alkoholkonsum, und es wird mit alten Vorstellungen von guten oder weniger guten Ernährungsgewohnheiten aufgeräumt. Ein Abschnitt im Fachbuch ist dankenswerter Weise auch dem Übergewicht und den daraus resultierenden Gefahren gewidmet. Der Autor und seine Mitarbeiter zeigen auf, dass vor allem in den westlichen Industrieländern Ernährungsfaktoren für etwa 35 Prozent aller Krebstoten verantwortlich zu machen sind. Dabei wird auch darauf verwiesen, dass ein Großteil der Bevölkerung nur ein unzureichendes Wissen über die Zusammenhänge zwischen falscher Ernährung und Krebserkrankungen hat.

Dem Herausgeber des Buches und seinen Mitarbeitern ist durchaus daran gelegen, einen Beitrag für Ärzte und Studenten und auch für

die Mitarbeiter der Ernährungswissenschaften zu befördern. Dies ist nach Ansicht des Rezensenten auch gut gelungen, besonders durch die insgesamt 62 Exkursionen zu interessanten Details aus dem Bereich Krebs und Ernährung wie beispielsweise der Exkurs „Schützen Antioxidantien den Menschen vor Krebs“ oder der Exkurs „Gefährdung von Bewohnern des EU-Raumes durch Konsum von radioaktiv belasteten Lebensmitteln aus Japan“.

Das recht flüssig und schlüssig geschriebene Fachbuch setzt allerdings erhebliches Fachwissen aus Chemie, Biochemie und Ernährungsphysiologie voraus. Die zahlreichen Abbildungen, Tabellen und Zusammenfassungen beleben das Buch und die an die Kapitel und Abschnitte anschließenden Literaturhinweise bzw. Zitierquellen zeigen den fleißigen und umfangreichen Aufwand der Wissenschaftler, den sie bei der Entstehung des Buches walten ließen, auf. Die Kenntnis dieses Fachbuches ist insbesondere für die klinische Ernährungsberatung und die Onkologie von Tragweite. Natürlich ist das Buch vorwiegend auf europäische Verhältnisse geschrieben. Im Zeitalter besonders intensiver Bevölkerungsverschiebungen, auch über Kontinente hinweg, sollte vielleicht in einer folgenden Auflage auch Bezug genommen werden auf Ernährungsgewohnheiten und daraus resultierender Risiken bei anderen Bevölkerungsgruppen.

Der Rezensent wünscht dem vorliegenden Fachbuch eine rasche Verbreitung und Kenntnisnahme durch alle an Ernährung interessierten Leser beziehungsweise Spezialisten, die sich mit Krebs und Ernährung befassen. Dabei muss durchaus immer auch daran gedacht werden, dass mit der richtigen Ernährungsweise die gut funktionierenden Schutzmechanismen im Körper nur im Zusammenhang mit regelmäßiger Bewegung und sportlicher Betätigung und einem gesunden Lebensstil gesehen werden sollten.

Dr. med. Hans-Joachim Gräfe
Kohren-Sahlis