

Selen-Supplementierung vermindert das Risiko von Prostatakrebs erheblich.

Selen, ein essentielles Spurenelement, wurde das erste Mal in den späten 60er Jahren mit Krebsrisiko in Verbindung gebracht, als man herausfand, dass regionales Krebsvorkommen in den USA umgekehrt proportional zum Vorkommen von Selen war. Seit dieser Zeit haben zahlreiche Studien dokumentiert, dass **Selen-Supplementierung bei Tieren antitumorale Wirkung hat**. Mehrere große epidemiologische Studien haben höhere Selenaufnahme oder höhere Selenblutwerte mit **reduziertem Risiko für Darm-, Speiseröhren-, Magen- und Lungenkrebs assoziiert**.

Nun wurden aufregende neue Erkenntnisse eines ersten großen Versuches (zufällig, double-blind, Placebo-Kontrolle) mit Selensupplementierung beim Menschen veröffentlicht. **Fast 1000 Männer wurden zufällig ausgewählt, um ihnen entweder eine tägliche Dosis von 200µg Selensupplement oder Placebo zu verabreichen. Die Patienten wurden durchschnittlich 4,5 Jahre behandelt, und ihre Entwicklung wurde während durchschnittlich 6.5 Jahren verfolgt.**

Die Selenbehandlung wurde mit 63%iger Reduktion von Prostatakrebsfällen assoziiert. Es gab 13 Prostatakrebserkrankungen in der Gruppe, die mit Selen behandelt wurde, und 35 Fälle in der Placebogruppe (relatives Risiko (RR)=0.37, P=0.002). Reduziert man die Analyse auf die 843 Patienten, die anfänglich normale Werte des Prostata spezifischen Antigens (< 4ng/mL) aufwiesen, wurden nur 4 Fälle in der mit Selen behandelten Gruppe diagnostiziert, während zwei Jahre nach der Behandlung 16 Fälle bei der Placebogruppe diagnostiziert wurden (RR=0.26, P=0.009). wenn man die Fälle, die in den ersten zwei Jahren der Studie diagnostiziert wurden, ausschließt, ist der Behandlungseffekt noch größer (RR=0.25).

Es zeigte sich **auch ein schneller und breiter Präventionseffekt für Lungen-, Dick- und Mastdarmkrebs**. Insgesamt bewirkte Selensupplementierung eine stark signifikante, 39%ige Reduktion aller Krebsfälle und eine 48%ige Reduktion der Sterberate. Diese dramatischen Ergebnisse führten dazu, dass die "blinded phase" der Untersuchung frühzeitig beendet wurde.

In vielen europäischen Ländern (einschließlich Deutschland, Schweiz, Finnland und UK) beträgt die durchschnittliche Selenzufuhr nur 30-60 mcg / Tag, viel weniger als die 200 mcg Dosis, die in einer Studie von Clark et al. verwendet wurde. Lancet veröffentlichte kürzlich einen Kommentar von Dr. Giovannucci von der Harvard School of Public Health, in dem er die Bedeutung einer erhöhten Selenzufuhr der Bevölkerung als ein Hauptziel in der Vorsorge für die Volksgesundheit betonte. **Die Studie liefert gute Beweise dafür, dass die Anstrengungen um die Erhöhung der Selenzufuhr einen beträchtlichen Einfluss auf das Vorkommen von Prostatakrebs haben können.** Auf Grund der Resultate aus den Versuchen von Clark et al. kann angenommen werden, dass eine Schutzwirkung schnell erreicht werden kann (innerhalb von 3 Jahren).

From: Clark LC, Dalkin B, Krongrad A et al. Decreased incidence of prostate cancer with selenium supplementation: results of a double-blind cancer prevention trial. Br J Urol 81 (1998) 730.