

NEWSLETTER – April 2008

Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin e.V.



Liebe Leserinnen und Leser,

in der monatlichen Information der DGEM e.V. geht es im April 2008 um folgende Themen:

- + **Hilfe gegen Allergien bereits im Mutterleib**
26. April 2008 Deutscher Allergie- und Asthmatag
- + **Viel Gemüse in jungen Jahren hilft gegen Allergien**
40 Gramm reichen bereits für wirksamen Schutz aus
- + **Fett-Botenstoff fördert Krebswachstum und Metastasenbildung**
Ansatz für neue Therapien bei Tumorerkrankungen
- + **Regelmäßig frühstücken hilft beim Abnehmen**
- + **Veranstaltungen**

Herausgeber:
DGEM e.V.
Präsident Prof. Dr.
Georg Kreymann
Olivaer Platz 7
10707 Berlin
infostelle@dgem.de
Tel. 030/3198 31 5006
Fax 030/3198 31 5008
www.dgem.de
© 2008 DGEM e.V.

Abdruck honorarfrei
Belegexemplar erbeten

Hilfe gegen Allergien bereits im Mutterleib

26. April 2008 Deutscher Allergie- und Asthmatag

Etwa drei Millionen Menschen leiden in Deutschland unter einer Nahrungsmittelallergie. Bereits kleine Mengen eines Lebensmittels können für eine Reaktion des Körpers wie beispielsweise Schwellungen oder Atembeschwerden sorgen. Fast jedes Lebensmittel kann eine Unverträglichkeitsreaktion hervorrufen. Säuglinge und Kinder reagieren besonders häufig auf Milch, Eier, Nüsse, Weizen, Fisch und Soja. Jugendliche und Erwachsene sind oft empfindlich gegenüber Gemüse, Obst oder Nüssen. Eine spanische Studie mit über 400 Teilnehmerinnen hat gezeigt, dass Kinder umso seltener an einer Allergie leiden, je mehr Fisch die Mütter während der Schwangerschaft gegessen haben. Auch kürzlich veröffentlichte Ergebnisse der deutschen LISA-Studie mit mehr als 2.500 Kindern zeigen: isst die Mutter in der Schwangerschaft häufig Fisch, so vermindert sich signifikant die Häufigkeit des Auftretens eines allergischen Ekzems beim Kind bis zum Alter von zwei Jahren. „Mehrere Male in der Woche fettreichen Fisch zu essen, ist besonders in der Schwangerschaft überaus sinnvoll,“ sagt Prof. Dr. Berthold Koletzko von der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM). Die darin enthaltenen Omega-3-Fettsäuren sorgen für eine bessere kindliche Entwicklung und können die Allergiefälle

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an
dgem-news@dgem.de



Gesellschaft für
Ernährungsmedizin e.V.

NEWSLETTER

April 2008

Seite 2

lichkeit vermindern. Am 26. April 2008 wird bundesweit der Deutsche Allergie- und Asthmatag begangen.

Die Studie in Spanien zeigte, dass das geringere Allergierisiko bis ins Grundschulalter erhalten blieb. So sank zum Beispiel das Risiko für einen juckenden Ausschlag im ersten Lebensjahr um 37 Prozent, wenn die Mütter statt einmal zwei- bis dreimal die Woche Fisch gegessen hatten. Das Risiko, mit sechs Jahren an einer beliebigen Allergie zu leiden, verringerte sich um 35 Prozent. Dafür sind vermutlich auch die Omega-3-Fettsäuren verantwortlich: Zum einen wirken sie entzündungshemmend. Zum anderen verändern sie die Aktivität einiger Immunzellen und dämpfen die allergiebeteiligte Immunantwort – allerdings bei demjenigen, der die ungesättigten Fettsäuren auch tatsächlich zu sich nimmt. Unklar ist zurzeit noch, wie die Wirkung von der Mutter auf das Kind übertragen wird. Wissenschaftler nehmen jedoch an, dass das Immunsystem des Kindes über die Nabelschnur zumindest teilweise von dem der Mutter beeinflusst wird. Der genaue Mechanismus ist zwar noch ungeklärt, die Ergebnisse wurden jedoch kürzlich von einer schwedischen Studie bestätigt. Hier nahmen die werdenden Mütter allerdings Fischöl-Präparate ein. Das Resultat war das gleiche: Auch ihre Kinder hatten später deutlich weniger Allergien als die Kontrollgruppe, deren Mütter lediglich ein Placebo bekamen.

Quelle: aid infodienst Verbraucherschutz, Ernährung, Landwirtschaft e.V.

Ansprechpartner:
Universität München
Dr. von Haunersches Kinderspital
Prof. Dr. Berthold Koletzko
Berthold.Koletzko@med.uni-muenchen.de

Abdruck honorarfrei.
Belegexemplar erbeten.

Viel Gemüse in jungen Jahren hilft gegen Allergien

40 Gramm reichen bereits für wirksamen Schutz aus

Kinder, die in den ersten Lebensjahren viel Gemüse essen, erkranken später deutlich seltener an allergischem Asthma. Nach einem Bericht der Gesundheitszeitschrift VITAL (Ausgabe 4/2008) haben Wissenschaftler der Universität Kreta in einer Studie mit 460 Kindern herausgefunden, dass bereits 40 Gramm Tomaten, Auberginen, Gurken, grüne Bohnen oder Zucchini täglich für einen

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an dgem-news@dgem.de



Gesellschaft für
Ernährungsmedizin e.V.

NEWSLETTER

April 2008

Seite 3

wirksamen Schutz ausreichen. Allergien haben in der vergangenen Jahrzehnten stark zugenommen. In Deutschland ist bereits jedes zweite Kind erkrankt. Allergisches Asthma ist besonders gefährlich und wird oftmals durch übertriebenen Einsatz von Reinigungsmitteln, Luffterfrischern oder auch Möbelpolituren hervorgerufen. Auch Erwachsene sind immer häufiger von Allergien betroffen. Nach Expertenschätzungen wird im Jahr 2010 jeder zweite Erwachsene an einer Allergie leiden. Studien haben ergeben, dass bereits heute bis zu 35 Prozent der Deutschen an einer Atemwegsallergie erkrankt sind.

Quelle: Redaktion VITAL

Fett-Botenstoff fördert Krebswachstum und Metastasenbildung Ansatz für neue Therapien bei Tumorerkrankungen

Fette dienen nicht nur als Bausteine für Zellmembranen und als Energielieferanten für Zellen, sondern können auch als Signalmoleküle wirken, indem sie gezielt in zelluläre Prozesse wie Zellteilung und Zelltod eingreifen. Kürzlich konnte gezeigt werden, dass dem Fett-Botenstoff Sphingosin-1-Phosphat eine mögliche das Krebswachstum fördernde Funktion zukommt. So regt es nicht nur die Zellteilung an, sondern schützt auch aktiv vor Zelltod. Zudem fördert Sphingosin-1-Phosphat die Migration von Tumorzellen, eine wichtige Voraussetzung für die Metastasierung. Damit eröffnet sich ein vielversprechendes Feld für zukünftige neue Therapieansätze bei Tumorerkrankungen.

In der Arbeitsgruppe von Professor Andrea Huwiler am Institut für Pharmakologie der Universität Bern wird untersucht, ob die zwei Sphingosin-1-Phosphat generierenden Enzyme, die Sphingosinkinase-1 und -2, als neue Angriffspunkte für zukünftige therapeutische Ansätze der Tumorbehandlung dienen können. In Kulturen von Brustkrebszellen konnte gezeigt werden, dass speziell die Sphingosinkinase-1 durch krebsrelevante Wachstumsfaktoren wie Östrogen, Prolaktin oder den epidermalen Wachstumsfaktor EGF hochreguliert wird und dieses Enzym dann Zellwachstum und Zellmigration fördert. Ebenso wurde beobachtet, dass die Sphingosinkinase-1 in verschiedenen Tumorgeweben im Vergleich zu Normalgewebe verstärkt vorkam. Die Studien in Bern werden gemeinsam Professor Josef Pfeilschifter vom Institut für Allgemeine Pharmakologie und

Abdruck honorarfrei.
Belegexemplar erbeten.

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an dgem-news@dgem.de



Gesellschaft für
Ernährungsmedizin e.V.

NEWSLETTER

April 2008

Seite 4

Toxikologie am Klinikum der Johann Wolfgang Goethe Universität Frankfurt am Main durchgeführt.

Ansprechpartnerin:

Prof. Dr. Andrea Huwiler, Bern
Tel: +41 31 632 32 14 Fax: +41 31 632 49 92
e-Mail: Huwiler@pki.unibe.ch

Regelmäßig frühstücken hilft beim Abnehmen

Ein regelmäßiges Frühstück ist ein wichtiger Schritt auf dem Weg zur schlanken Linie. Wer die erste Mahlzeit am Tag auslässt und dadurch sein Hüftgold reduzieren will, unterliegt einem Irrtum. In einer aktuellen Untersuchung der Universität von Minnesota/USA hat sich nämlich gezeigt, dass Jugendliche, die morgens gut frühstückten, nach fünf Jahren 2,3 Kilogramm weniger wogen als diejenigen, die bis zum Mittagessen nüchtern blieben. Ein vergleichbares Ergebnis stellte sich an der Universität Cambridge auch bei Menschen mittleren Alters ein.

Der Grund: Zwar nehmen die Menschen beim Frühstück Kalorien zu sich, doch sie bringen damit auch ihren Stoffwechsel auf Trab. Bei ausbleibender Nahrungsaufnahme schaltet dieser dagegen auf Sparflamme, der Körper senkt seinen Energieverbrauch und hütet die vorhandenen Fettpölsterchen als Energiereserven für Notzeiten. Arbeitet der Stoffwechsel jedoch auf Hochtouren, greift er diese Vorratskammern an und lässt damit die Pfunde auf den Hüften schwinden. Deshalb setzen effektive Abnehmkonzepte auf regelmäßige Mahlzeiten mit einem ausgewogenen Nährstoffangebot. Dazu gehören unter anderem fünf Portionen Obst und Gemüse am Tag sowie ein gutes Verhältnis von fettarmen Fleisch und Milchprodukten.

Quelle: djd (Deutscher Journalisten Dienst)

Abdruck honorarfrei.
Belegexemplar erbeten.

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an dgem-news@dgem.de

Veranstaltungen finden Sie unter www.dgem.de/veranst.htm