

47. Wissenschaftlicher Kongress der DGE fokussiert ernährungsassoziierte Erkrankungen  
11.03.2010

**4/2010 | 11./12. März**



Mehr als 600 Ernährungswissenschaftler, Ernährungsmediziner und Experten angrenzender Disziplinen begrüßen die Wissenschaftlichen Leiter Dr. Volker Böhm und Prof. Dr. Peter Stehle des Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) an der Friedrich-Schiller-Universität in Jena. Schwerpunktthema der Tagung sind ernährungsassoziierte Erkrankungen wie Arteriosklerose, Krebs oder Rheuma.

Plenarreferent Dr. Patrick Borel von der Universität Aix-Marseille stellt Ergebnisse zur Bioverfügbarkeit von Carotinoiden vor. Er untersucht, wie stark genetische Aspekte deren Resorption beeinflussen. Carotinoide wie  $\beta$ -Carotin, Lycopin, Lutein oder Zeaxanthin sollen nicht nur das Risiko für die Entstehung von Krebserkrankungen senken. Schon länger wird vermutet, dass sie auch das Risiko für die altersbezogene Makula-Degeneration (AMD) senken können, einer krankhaften Veränderung des gelben Flecks (der Punkt des schärfsten Sehens) der Augennetzhaut. „Die AMD zählt in den westlichen Industrienationen zu den häufigsten Ursachen für Sehbehinderungen. Neben genetischen spielen auch Ernährungsfaktoren bei der Pathogenese eine Rolle“, berichtet Dr. Volker Böhm, Universität Jena.

Der Kongress richtet sich speziell an junge Wissenschaftler und Wissenschaftlerinnen, die Gelegenheit haben, ihre ersten oder auch fortgeschrittenen Arbeiten vor einem größeren Plenum zu präsentieren und zu diskutieren. In Jena stellen 140 Referenten in 60 Vorträgen und 87 Postern ihre Ergebnisse aus der ernährungswissenschaftlichen Forschung vor. In einer Pro- und Contra-Runde diskutieren Experten über Sinn und Nutzen von Antioxidanzien auch über die Nahrungszufuhr hinaus. Ein Novum auf dem Kongress sind Minisymposien, auf denen zur Pathogenese der Arteriosklerose, zu Inflammatorischen Erkrankungen sowie diskutierten Schutzwirkungen sekundärer Pflanzenstoffe auf Krebs, Herz-Kreislauf-Krankheiten und AMD über aktuelle Forschungsergebnisse referiert wird.

**Hintergrundinformation:**



Im Hinblick auf das Risiko für Augenerkrankungen beobachteten prospektive Kohortenstudien bei hohen Zufuhren von Lutein und Zeaxanthin über die Nahrung ein geringeres AMD-Risiko. In hohen Dosierungen führte in einer Pilotstudie die Aufnahme von 12 mg Lutein pro Tag zu einer Erhöhung der Makulapigmentdichte. Andere Studien zeigten keine Risikobeeinflussung. Für gesicherte Aussagen sind daher weitere Studien notwendig. Jedoch ist nicht nur die Zufuhr entscheidend, sondern auch die Resorption, d.h. wie viel steht dem Körper von der zugeführten Menge tatsächlich zur Verfügung.

Epidemiologische Studienergebnisse über gesundheitsfördernde Wirkungen von n-3 Fettsäuren, sekundären Pflanzenstoffen und Antioxidanzien in Bezug auf entzündliche, degenerative, chronische, ernährungsmitbedingte Krankheiten weisen auf bestimmte Assoziationen zwischen Verzehrsmenge und Krankheitsrisiko hin. Ursächliche Zusammenhänge werden damit nicht bewiesen. Weitere Daten stammen aus tierexperimentellen oder klinischen Studien. Ergebnisse aus Tierstudien lassen sich nicht direkt auf den Menschen übertragen. Es fehlt oftmals an belastbaren Daten, um für bestimmte Inhaltsstoffe der Nahrung, z. B. sekundäre Pflanzenstoffe, exakte Mengeneempfehlungen aussprechen zu können.

Dies gilt beispielsweise auch für den Zusammenhang zwischen rheumatoider Arthritis und deren Beeinflussung durch die Zufuhr langkettiger n-3 Fettsäuren wie Eicosapentaen- und Docosahexaensäure, die hauptsächlich in fettreichen Seefischen enthalten sind. Bis zu 1,5 % der Bevölkerung in Industrieländern sind von der Krankheit betroffen, bei der es erblich bedingt zu einer dauerhaft gesteigerten Entzündungsreaktion kommt. Humaninterventionsstudien zeigen, dass die Gabe langkettiger n-3 Fettsäuren in höheren Dosierungen über Kapseln oder als Lebensmittelzusätze die Krankheitsaktivität der rheumatoiden Arthritis senken kann. Durch eine an Arachidonsäure (enthalten in Fleisch) arme und an n-3 Fettsäuren reiche Ernährung werden Beschwerden wie Schwellungen, Übererwärmung und Schmerzen gelindert und in verschiedenen Studien ließ sich der Einsatz von Medikamenten reduzieren. Bei dieser Ernährung bildet der Körper nachweislich weniger entzündungsfördernde Botenstoffe.

Seinen Plenarvortrag über Phytosterole beginnt Prof. Dr. Dr. Lütjohann mit dem Satz: „Hohe Serumcholesterolspiegel sind ein bedeutender unabhängiger Risikofaktor für kardiovaskuläre Erkrankungen“. Eine nicht medikamentöse Therapie zur Senkung des LDL- und Gesamtcholesterols bestehe im Verzehr so genannter funktioneller Lebensmittel mit Zusätzen von Sterolen (z. B. Margarine, Joghurt). In hohen Dosen konkurrieren die Sterole im Darm um dasselbe Transportsystem wie Cholesterole und verdrängen es. Dadurch lässt sich der Cholesterolspiegel um etwa 10 % senken. In der Behandlung der Hyperlipoproteinämie wird vom National Cholesterol Education Program (NCEP-Panel III) als zusätzliche diätetische Maßnahme eine Supplementation mit Sterolen empfohlen. Diese Empfehlung bleibt jedoch nicht unwidersprochen, da eine solche Nahrungsergänzung zu hohen Phytosterol-Spiegeln im

Serum geführt hat und sich Sterole vermehrt im Gewebe abgelagert. Den neuesten Sachstand stellt Prof. Lütjohann in seinem Vortrag „Phytosterole - Freund oder Feind?“ vor.

<http://www.dge.de/modules.php?name=News&file=article&sid=1023>

## **Forschungsergebnis: Grünkohl hilft bei Augenleiden**

Financial Times Deutschland - 11.03.2010

... an der Augenklinik des Universitätsklinikums Jena, Jens Dawczynski, am Donnerstag auf einem **Kongress** der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE). ...

## **Forschungsergebnis: Grünkohl hilft bei Augenleiden**

Financial Times Deutschland - 11.03.2010

Dass Grünkohl sehr vitaminreich ist, dürfte bekannt sein. Nun haben Forscher herausgefunden, dass das herzhaftes Gemüse auch bei altersbedingten Sehstörungen ...

[10 Bewertungen](#) Schriftgröße: [AAA](#)

\_ 11.03.2010, 17:35

## **Forschungsergebnis**

### **Grünkohl hilft bei Augenleiden**

Dass Grünkohl sehr vitaminreich ist, dürfte bekannt sein. Nun haben Forscher herausgefunden, dass das herzhaftes Gemüse auch bei altersbedingten Sehstörungen hilft. Grund ist ein ganz bestimmter Farbstoff. Daraus soll ein adäquater Gemüsesaft entwickelt werden.

Grünkohl ist nicht nur reich an Vitamin C, sondern hilft auch bei einem Augenleiden im Alter. Ernährungswissenschaftler aus Jena haben herausgefunden, dass der auch in Grünkohl enthaltene natürliche Farbstoff Lutein das Fortschreiten einer altersbedingten Netzhautzerstörung zumindest kurzfristig stoppen kann.

Jeder dritte Rentner leide irgendwann an dieser Makula-Degeneration, sagte der Leitende Oberarzt an der Augenklinik des Universitätsklinikums Jena, Jens Dawczynski, am Donnerstag auf einem Kongress der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE). Die Betroffenen sehen dabei in der Mitte ihres Sehfelds einen grauen Punkt, außerdem erscheinen Linien unscharf.



Ein Gemüsebauer erntet Grünkohl

Eine Ursache für dieses Augenleiden sei, dass an der Makula - dem Punkt des schärfsten Sehens auf der Netzhaut - nicht mehr ausreichend Lutein vorhanden ist, sagte Dawczynski. Dadurch werde die Makula, auch gelber Fleck genannt, buchstäblich grau. Der Punkt des schärfsten Sehens auf der Netzhaut ist nur 1,5 Millimeter groß, enthält viele Millionen für das Sehen zuständigen Rezeptoren. Sie werden vom sogenannten Makula-Pigment, einer Art natürlichen Sonnenbrille des Auges, vor schädlichen Lichteinflüssen geschützt. Durch das Lutein konnte die Ausdehnung dieser schützenden Schicht vergrößert werden, fand die Gruppe heraus, die von dem Jenaer Ernährungswissenschaftlers Volker Böhm geleitet wird.

Lutein kommt unter anderem in Grünkohl, Spinat, aber auch in Rucola, Weißkohl oder Kresse vor. Die in der Studie wirksame Dosierung von Lutein entspricht etwa 150 Gramm Grünkohl am Tag, sagte Dawczynski. Ziel der Forscher sei es auf lange Sicht, einen Gemüsesaft zu entwickeln, der vorbeugend gegen dieses Augenleiden wirkt. "Da sind wir aber noch in den Anfängen." Die Wissenschaftler wollen nicht zu viel versprechen. Ob eine spezielle Ernährung mit hohen Gaben natürlichen Luteins auf lange Sicht das Krankheitsbild beeinflussen könne, sei längst noch nicht wissenschaftlich gesichert.

Seit Donnerstag tagen in Jena 600 Ernährungswissenschaftler beim jährlichen DGE-Kongress. Bis Freitag beschäftigen sie sich mit dem Einfluss von Ernährung auf Krankheiten. Ziel der Forschungen ist es nach Angaben der Universität, Strategien zur Vorbeugung und Behandlung bestimmter Erkrankungen zu entwickeln und Ernährungsempfehlungen zu geben.

- [Mehr zum Thema](#)

- [Künstliche Linsen Zeiss Meditec stärkt Augen Chirurgie](#)

(<http://www.ftd.de/unternehmen/industrie/:kuenstliche-linsen-zeiss-meditec-staerkt-augenchirurgie/50082479.html>)

- [Gentechnik Baumwolle zum Essen](#)

(<http://www.ftd.de/wissen/natur/:gentechnik-baumwolle-zum-essen/50044652.html>)

- [Forschungsergebnis Liebeshormon verstärkt Neid und Häme](#)

(<http://www.ftd.de/wissen/mensch/:forschungsergebnis-liebeshormon-verstaerkt-neid-und-haeme/50036625.html>)

## [Zehn Lebensmittel für gesunde Augen](#)

T-Online - 12.03.2010

Karotten sind gut für die Augen, sagt der Volksmund. Das stimmt auch, aber es gibt Lebensmittel, die noch besser sind. Neuen Erkenntnissen zufolge kann eine ...

## [Grünkohl gegen altersbedingte Sehstörungen](#)

ShortNews.de - 12.03.2010

Neben einer Vielzahl von Vitaminen enthält Grünkohl den Farbstoff Lutein, der wichtig für die Sehkraft ist, wie Forscher nun feststellten. ...



## [Erhält Grünkohl das Augenlicht?](#)

medizinarium - 11.03.2010

Die Ernährung hat einen bedeutenden Einfluß auf unsere Gesundheit. Vor allem kann sie helfen, bestimmte Krankheiten zu vermeiden. ...

Auswahl



[JenaTV](#)

## [Ernährungsassoziierte Erkrankungen im Mittelpunkt](#)

JenaTV - 25.02.2010

Die **DGE** veranstaltet den **Kongress** in Zusammenarbeit mit dem Institut für Ernährungswissenschaften der FSU. Über 140 junge Wissenschaftler präsentieren in 60 ...

## [Grünkohl für unser Augenlicht](#)

Informationsdienst Wissenschaft (Pressemitteilung) - 10.03.2010

Die ersten Ergebnisse ihrer Studie werden sie auf dem **Kongress** vorstellen. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (**DGE**) lädt zu einem Pressegespräch ein am ...

## Pressemitteilung

Grünkohl für unser Augenlicht

Stephan Laudien, Stabsstelle Kommunikation/Pressestelle

[Friedrich-Schiller-Universität Jena](http://www.uni-jena.de)



10.03.2010 09:55

Tagung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung am 11./12. März an der Universität Jena

Jena (10.03.10) Können Vitamine aus dem Supermarkt unsere Gesundheit fördern und gar unser Leben verlängern? Oder sind die künstlich hergestellten Nahrungsergänzungsmittel womöglich gefährlich, ist von ihrem Verzehr abzuraten? Der Ernährungswissenschaftler Prof. Dr. Michael Ristow von der Friedrich-Schiller-Universität Jena und Prof. Dr. Hans K. Biesalski von der Universität Hohenheim werden sich am Freitag (12.03.) ab 14.30 Uhr im Hörsaal 1 auf dem Uni-Campus (Carl-Zeiß-Str. 3) gegenüberstehen, um in einem Streitgespräch über Sinn oder Unsinn von Nahrungsergänzungsmitteln zu debattieren. Das öffentliche Streitgespräch gehört zum Programm des 47. Wissenschaftlichen Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, zu dem vom 11. bis 12. März nach Jena eingeladen wird.

Im Mittelpunkt des Kongresses stehen die ernährungsassoziierten Erkrankungen des Menschen - das heißt Krankheiten, die durch unsere Ernährung beeinflusst werden. "Diese Beeinflussung kann sowohl negativ als auch positiv sein", sagt PD Dr. Volker Böhm. Der Ernährungswissenschaftler von der Uni Jena ist gemeinsam mit Prof. Dr. Gerhard Jahreis wissenschaftlicher Leiter des Kongresses, der zum wiederholten Male in Jena stattfindet. Die Jenaer Ernährungswissenschaftler können am Donnerstag (11.03.) 140 Referenten begrüßen, die im Campus 60 Vorträge halten und ihre Ergebnisse auf 87 Postern den 600 Teilnehmern präsentieren werden. Der diesjährige Kongress bietet insbesondere jungen Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern die Gelegenheit, ihre Forschungsergebnisse der Fachwelt vorzustellen.

Zu den aktuellen Schwerpunkten der Jenaer Wissenschaftler gehört die altersbezogene Makula-Degeneration, die krankhafte Veränderung des gelben Flecks der Augennetzhaut. Die Patienten verlieren ihre Sehschärfe und sind deshalb extrem in ihrer Mobilität eingeschränkt. "Diese Krankheit zählt in den westlichen Industriegesellschaften zu den häufigsten Ursachen für Sehbehinderungen", sagt Volker Böhm. In der von Böhm geleiteten Arbeitsgruppe Bioaktive Pflanzenstoffe wird der Einfluss der Ernährung auf diese Erkrankung untersucht. Dabei konnten die Wissenschaftler aus Jena zeigen, dass luteinhaltige Nahrung das Makulapigment in seiner Ausdehnung vergrößert und damit dem Auge mehr Schutz bietet. Lutein ist ein Carotinoid, so werden die natürlichen Farbstoffe genannt, die eine gelbe bis rötliche Färbung verursachen. Lutein kommt u. a. in Grünkohl, Spinat und grünem Salat vor. Ob eine spezielle Ernährung mit hohen Gaben natürlichen Luteins auf lange Sicht das Krankheitsbild der Makula-Degeneration beeinflussen kann, müssen die Wissenschaftler noch erforschen. Die ersten Ergebnisse ihrer Studie werden sie auf dem Kongress vorstellen.

Hinweis für Journalistinnen und Journalisten:

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) lädt zu einem Pressegespräch ein am Donnerstag (11. März) von 13.00 bis 13.45 Uhr im Berliner Saal 1 des Steigenberger Hotels Esplanade, Carl-Zeiß-Platz 4.

Kontakt:

PD Dr. Volker Böhm

Institut für Ernährungswissenschaften der Friedrich-Schiller-Universität Jena

Dornburger Straße 25, 07743 Jena

Tel.: 03641 / 949633

E-Mail: volker.boehm[at]uni-jena.de

Weitere Informationen:

<http://www.uni-jena.de>

URL dieser Pressemitteilung: <http://idw-online.de/pages/de/news359207>