

Datum: 17.09.2018
Pressekontakt: Glorianna Bisognin-Nechwatal
E-Mail: presse@nako.de
Telefon: 06221 – 42620-61

PRESSEMITTEILUNG

Die NAKO Gesundheitsstudie und die Rolle der Ernährung für die Entstehung von Volkskrankheiten

Heidelberg, 17.09.2018: Viele Fragen ranken sich um die Bedeutung der Ernährung für die Volkskrankheiten wie z. B. Herz-Erkrankungen, Schlaganfall, Krebs, Alzheimer etc.

Wissenschaftlich erwiesen ist, dass der Verlauf von Diabetes- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen durch Änderung von Lebensstilfaktoren wesentlich beeinflusst werden kann bzw. diese Erkrankungen vielleicht sogar vermieden werden können. Dabei spielt die Ernährung eine große Rolle. Weniger erforscht ist hingegen die Bedeutung des Ernährungsverhaltens bei der Entstehung von Krebs und Alzheimer.

Typ II-Diabetes und Übergewicht können sich durch Ernährungsumstellung und körperliche Bewegung verbessern. Ähnliches trifft für Erkrankungen des Herzens und für den Schlaganfall zu. Dabei bildet einen besonderen Diskussionspunkt weiterhin die Bedeutung von Fetten, Zucker und ausgemahlene Weißmehlen sowie verschiedenen Proteintypen. "In diesem Zusammenhang kann die NAKO Gesundheitsstudie Wichtiges leisten, da von allen Teilnehmern ein ausführliches Ernährungsprotokoll erfragt wird", so Prof. Dr. Klaus Berger, Vorstandsvorsitzender der NAKO Gesundheitsstudie "Die NAKO ist eine einzigartige Studie, die mit den vielen Untersuchungen und Befragungen in eine Tiefe geht, die international einzigartig ist."

Neben der Klärung von Fragen wie "welches Öl ist das Beste und gibt es Unterschiede für verschiedene Krankheitstypen?" und "gibt es Unterschiede im Konsum von Eiweißstoffen für die Herzgesundheit?" verspricht sich Prof. Dr. Karin Michels, PI (Principal Investigator) des NAKO Studienzentrums Freiburg, vor allem neue Einsichten über die Bedeutung der Ernährung bei Krebs und bei bislang weniger untersuchten Erkrankungen wie z. B. der Alzheimer-Krankheit und dem Morbus Parkinson. "Selbst beim Schlaganfall ist die Rolle der Ernährung weniger klar als beim Herzinfarkt", betont Prof. Michels, deren besonderes Anliegen der Einfluss von Ernährung auf chronische Erkrankungen ist. "Möglicherweise gibt es noch ein beträchtliches Präventionspotenzial, das noch besser ausgeschöpft werden kann. Hier wird die NAKO mit Sicherheit einen wesentlichen Beitrag leisten, der auch internationale Beachtung finden wird." Die Ernährungsdaten von 200.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmern werden den Wissenschaftlern neue Möglichkeiten erschließen, den Einfluss der Ernährung genauer untersuchen zu können: insbesondere im Hinblick auf spezielle Untergruppen von Fett-Typen, Kohlehydraten und bestimmten Ernährungsformen wie z. B. eine vegetarische oder vegane Ernährung, die Bedeutung von Fischkonsum, den Einfluss von Gluten auf die Gesundheit und andere derzeit mit Aufmerksamkeit verfolgte Einflüsse wie z. B. den sogenannten Superfoods.

Hintergrund NAKO Gesundheitsstudie:

Seit 2014 werden in der NAKO Gesundheitsstudie zufällig aus den Melderegistern gezogene Männer und Frauen zwischen 20 und 69 Jahren bundesweit in 18 Studienzentren medizinisch untersucht und nach ihren Lebensumständen befragt. Ziel ist es, chronische Erkrankungen, wie zum Beispiel Krebs, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Rheuma, Infektionen und Depression genauer zu erforschen, um Prävention, Früherkennung und Behandlung dieser in der Bevölkerung weit verbreiteten Krankheiten zu verbessern. Das multizentrische Projekt wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung, den beteiligten Ländern und der Helmholtz-Gemeinschaft gefördert. Bis Ende August haben über 175.000 Personen (davon 24.500 an der zusätzlichen einstündigen MRT-Ganzkörperuntersuchung) an der NAKO Studie teilgenommen. Weitere Informationen unter www.nako.de.

Ansprechpartnerin für die Presse:

Glorianna Bisognin-Nechwatal

NAKO Geschäftsstelle

Projektkommunikation

Telefon: 06221- 42620-61

E-Mail: presse@nako.de www.nako.de