

Selen in der Krebsprävention

Studiendaten aus über 30 Jahren belegen eindeutig den Zusammenhang zwischen schlechter Selenversorgung und erhöhter Krebshäufigkeit. Große Interventionsstudien in China mit bis zu 30.000 Patienten konnten zeigen dass eine Nahrungsergänzung mit Selen die Häufigkeit von Leberkrebs und Speiseröhrenkrebs reduzieren konnte. Auch in den USA konnte bei 1300 Hautkrebspatienten das erneute Auftreten von Krebs und die Krebssterblichkeit reduziert werden.

Für einzelne Krebsarten konnte bisher eine positive Wirkung von Selen gezeigt werden. Eine Seleneinnahme kann langfristig erfolgen. Überdosierungen sind zwar grundsätzlich möglich, treten aber im allgemeinen aber nur bei mißbräuchlicher und unkontrollierter Anwendung auf. Eine sichere Gesamttageszufuhr liegt bei 300 µg/Tag für Erwachsene. Die höchste Dosis ohne beobachtete schadhafte Dosis liegt bei 850 µg/Tag, die niedrigste Dosis mit beobachteter Wirkung liegt bei 1200 µg/Tag. Für Kinder gelten sicherheitshalber niedrigere Werte. In der Krebstherapie werden allerdings kurzfristig wesentliche höhere Dosierungen eingesetzt.

Prostatakarzinom

Prävention: 100 µg/Tag

bei Prädisposition: 100 – 200 µg/Tag

bei erhöhtem PSA-Wert: 100 – 200 µg/Tag

Mammakarzinom

Prävention: 100 µg/Tag

bei Prädisposition: 100 – 200 µg/Tag

Ovarialkarzinom

Prävention: 100 µg/Tag

bei Prädisposition: 100 – 200 µg/Tag

Bronchialkarzinom

Prävention: 100 µg/Tag

Prädisposition Raucher: 100 – 200 µg/Tag

Dickdarmkrebs

Prävention: 100 µg/Tag

bei Prädisposition: 100 – 200 µg/Tag