

Faktenblatt: Betacarotin und Vitamin A

September 2019

Methode/Wirkstoff

Vitamin A und Betacarotin, seine Vorstufe, gehören zu den sog. Antioxidantien. Mit der Nahrung werden am Tag ca. 3000 IE oder 1 mg aufgenommen. In Nahrungsergänzungsmitteln finden sich auch höhere Dosierungen.

Prävention

Für mehrere Krebsarten zeigen Untersuchungen der Bevölkerung, dass eine gute Zufuhr von Betacarotin mit der Nahrung das Risiko für eine Krebserkrankung senkt. Für eine Zufuhr von Betacarotin als höher dosiertes Nahrungsergänzungsmittel konnten aber bisher keine eindeutigen positiven Effekte gezeigt werden. Einige Untersuchungen sprechen sogar für negative Wirkungen, also für ein erhöhtes Risiko, an Krebs zu erkranken.

Einfluss auf den Verlauf der Tumorerkrankung

Die Einnahme von Betacarotin hat nach bisherigen Studien keinen Einfluss auf den Verlauf einer Brustkrebs- oder Gebärmutterhalskrebserkrankung.

Bei Patienten mit Prostatakrebs wurde nur die Einnahme während einer Strahlentherapie untersucht. Betacarotin hatte keinen Vorteil.

Bei Patienten mit Kopf-Hals-Tumoren wurden mehrere Untersuchungen durchgeführt. Es konnte kein Vorteil gezeigt werden. In einer Studie zeigte die Kombination von Beta-Carotin mit Vitamin E sogar zu mehr Rückfällen.

Bei Lungenkrebs wurden 2 Untersuchungen mit widersprüchlichen Ergebnissen durchgeführt.

Wirksamkeit bei Beschwerden

Beweise auf positive Wirkungen des Beta-Carotins und Vitamin A bei Symptomen und Nebenwirkungen sind nicht bekannt.

Wechselwirkungen

Beta-Carotin und Vitamin A sind Antioxidantien. Deshalb ist es möglich, dass die Wirkung von Chemo- und Strahlentherapie abschwächen könnten. Ausreichende Untersuchungen dazu gibt es nicht.

Nebenwirkungen

Vitamin A kann überdosiert werden. Bei Gaben von 25.000 IU/kg Körpergewicht sind Übelkeit, Erbrechen, Schläfrigkeit möglich. Eine chronische Überdosierung kann zu Appetitmangel, Reizbarkeit, Hautveränderungen und Haarausfall, Fieber, schmerzhafte Veränderungen an den Knochen und Krampfanfälle führen. Schwere Leberschäden bis zur Zirrhose und ein Ödem im Gehirn wurden beschrieben.

Bei einer gemeinsamen Gabe mit leberschädigenden Medikamenten steigt das Risiko für Nebenwirkungen.

Kontraindikationen

Es sind keine Kontraindikationen bekannt.

Fazit

Betacarotin ist ausreichend in der Ernährung vorhanden. Es gibt keine Gründe für die Einnahme von Betacarotin oder Vitamin A als Nahrungsergänzungsmittel während oder nach der Tumortherapie.

Hochdosiertes Vitamin A ist ein Medikament, das in ganz bestimmten Krankheitssituationen vom Arzt verordnet wird.