

## Faktenblatt: Folsäure

November 2021

### Methode/Wirkstoff

Folsäure ist ein Vitamin, das an vielen Stoffwechselfvorgängen im Körper beteiligt ist. Es wird auch Folat oder Vitamin B9 genannt. Der Körper kann es selbst nicht bilden. Sie findet sich hauptsächlich in folgenden Nahrungsmitteln: in hoher Konzentration in grünen Pflanzen wie Spinat und Kohl, Getreideprodukten, Leber und Eigelb, Brokkoli, Kartoffeln, Erbsen und Hefe. Folsäure spielt eine wichtige Rolle in der Bildung der Erbsubstanz (DNA).

In der Medizin wird die aktive Form der Folsäure (Folinsäure) zur Wirkverstärkung von 5-FU sowie als Rescue-Therapie bei einer Hochdosis-MTX-Therapie eingesetzt.

### Einfluss auf den Verlauf der Tumorerkrankung

Es gibt keine Hinweise, dass die Folsäure einen Einfluss auf den Verlauf einer Krebserkrankung hat. Es gibt viele widersprüchliche Ergebnisse bezüglich Brustkrebses, Prostatakrebs und Lungenkrebs sowie Darmkrebs. Allerdings scheint die Aufnahme von Folsäure sowohl eine Rückbildung von Krebsvorstufen der Mundschleimhaut zu begünstigen, als auch einen positiven Effekt auf das Risiko für einen HNO-Tumor zu haben.

### Wirksamkeit bei Beschwerden

Es gibt keine Hinweise, dass die Folsäure einen Einfluss auf die Beschwerden einer Krebserkrankung oder die Nebenwirkungen einer Tumorthherapie hat.

### Wechselwirkungen

Es sind keine Wechselwirkungen bekannt.

## Nebenwirkungen

Es wird diskutiert, ob Folsäure evtl. das Wachstum von Krebszellen fördern kann. Ausreichende Studien hierfür fehlen. Hochdosierte Nahrungsergänzungsmittel werden in der Schwangerschaft gegeben, um das Kind vor einer Fehlbildung des Rückenmarks zu schützen. Mütter, die in dieser Zeit Folsäure einnehmen, haben kein erhöhtes Risiko, an Krebs zu erkranken. D.h. die Folsäureeinnahme in der Schwangerschaft ist sicher.

## Kontraindikationen

Es sind keine Kontraindikationen bekannt.

## Fazit

Folsäure ist meist ausreichend in der Ernährung vorhanden.

In ganz bestimmten Therapiesituationen und bei nachgewiesenem Folsäuremangel wird Folsäure bei Patienten mit einer Krebserkrankung verordnet. Hierzu gehören Patienten mit Lungenkrebs, die das Chemotherapiemittel Pemetrexed (Alimta®) bekommen, oder Patienten, die hochdosiert Methotrexat bekommen.

Folinsäure ist der Folsäure ähnlich und wird oft zusammen mit dem Chemotherapiemittel 5-Fluorouracil gegeben.

Alle anderen Patienten benötigen keine Nahrungsergänzung mit Folsäure.

Eine zu hohe, länger dauernde Einnahme von Folsäure kann möglicherweise das Risiko für einige Krebsarten erhöhen.