



Das Salz aus der Suppe

Kürzlich war ich mit einem Bekannten zum Restaurantbesuch verabredet, der sein Essen seit jeher freigebig nachsalzt. Das sei bei Rauchern so, man habe halt weniger Geschmack. Die offensichtlich notwendige zusätzliche Salzmenge erinnerte mich an die (früher häufiger zur Anwendung kommende) Haltbarmachung von Lebensmitteln durch Pökeln. Das derart Nachgewürzte mit Genuss zu essen, erscheint eher abwegig.

Muss ich mich um diesen Freund sorgen, nachdem eine kürzlich publizierte Studie das mit dem Nachsalzen einhergehende Risiko zur Entwicklung eines Magenkarzinoms beziffert hat (1, 2)? Darin hiess es nämlich, das diesbezügliche Risiko derer, die viel Salz essen, steige um 41 Prozent. Aber was genau bedeutet das? Entwickeln unter 100 Menschen, die gern nachsalzen, 41 ein Magenkarzinom? Mitnichten, wie in der «Unstatistik des Monats» nachzulesen ist (3). Regelmässig hinterfragen in dieser lesenswerten Rubrik des RWI – Leipzig Institut für Gesundheitsforschung der Berliner Psychologe Gerd Gigerenzer, der Dortmunder Statistiker Walter Krämer, die STAT-UP-Gründerin Katharina Schüller und RWI-Vizepräsident

Thomas K. Bauer jüngst publizierte Zahlen sowie deren Interpretationen, um – unter anderem den Ärzten – den Unterschied zwischen absolutem und relativem Risiko in Erinnerung zu rufen. Ein Beispiel dafür war eine Studie zum Wurstverzehr, in der sich das Darmkrebsrisiko mit einem täglichen Konsum von 50 g verarbeitetem Fleisch absolut von 5 auf 5,9 Prozent erhöhte, relativ hingegen um 18 Prozent (4). Für die aktuelle Unstatistik nahmen sie nun die Studie zum Nachsalzen genauer unter die Lupe, in der das Salzverhalten von mehr als 470 000 Erwachsenen aus Grossbritannien evaluiert wurde. Nach elf Jahren hatten unter denen, die nie oder selten nachsalzten, 0,123 Prozent ein Magenkarzinom entwickelt im Vergleich zu 0,231 Prozent unter denen, die immer nachsalzten. Dieser geringe absolute Unterschied entspricht relativ betrachtet 88 Prozent mehr an Magenkrebs Erkrankten unter den Salzliebhabern. Nach Bereinigung im Hinblick auf Unterschiede beispielsweise bei Ernährung, Rauchverhalten und Alkoholkonsum, reduzierte sich der relative Unterschied auf die bereits genannten 41 Prozent. Für eine realistische Einschätzung der potenziellen Gefahr aber sollte das absolute Risiko hinzugezogen werden. Dessen Anstieg lag bereinigt bei 0,05 Prozent – eine geringe Erhöhung einer ohnehin niedrigen Zahl. Was das Magenkarzinom angeht, haben andere Risikofaktoren wohl nach wie vor ein stärkeres Gewicht. ▲

Ihre
Christine Mücke

Quellen:

1. «Häufiges Nachsalzen beim Essen erhöht Risiko für Magenkrebs», Pressemitteilung der Medizinischen Universität Wien (MedUni Wien) vom 08.05.2024
2. Zur Originalpublikation: Kronsteiner-Gicevic S et al.: Adding salt to food at table as an indicator of gastric cancer risk among adults: a prospective study. *Gastric Cancer*. 2024. <https://doi.org/10.1007/s10120-024-01502-9>
3. «Mehr Magenkrebs durch mehr Salz in der Suppe», Pressemitteilung zur Unstatistik des Monats Mai 2024, www.unstatistik.de
4. <https://www.rwi-essen.de/presse/wissenschaftskommunikation/unstatistik/archiv/2015/detail/wursthysterie>