News für die Auflage: Kurz, simpel und neuer-ist- immer-besser.

So berichten die Medien

Die Berichterstattung in den Medien über Vitamine ist nur auf den ersten Blick irritierend. Medien handeln vor allem den Neuigkeitswert einer Nachricht. Dieser muss kurz & simpel sein und funktioniert nach dem Prinzip „neuer-ist-immer-besser." Wissenschaftlicher Fortschritt geht aber anders voran. Es gibt immer wieder Studien mit gegensätzlichen Ergebnissen. Erst die Bewertung aller Studien gibt dann eine Richtung, die sich dann an die Wirklichkeit annähert. Journalisten fehlt dieses Gesamtbild. Ich werde sehr häufig von Journalisten interviewt. Natürlich muss man hier besonders freundlich sein. Aber ich bin immer erschüttert welch einfältige Fragen ich bekomme und wie viel Unwissen in diesen Fragen steckt. Schnell schnell wird dann ein Artikel zusammengeschustert. 4000 Zeichen. Für mehr ist nicht Platz. Und hier muss alles rein: simpel & einfach und vor allem „anders neu" muss es sein. Der Aufbau dieser Artikel ist immer gleich:

- Am Anfang ein Einzelfall, der möglichst polarisiert und in Deutschland gerne noch mit der Zutat Sozialneid oder Verschwörung des Großkapitals gewürzt wird.
- Dann ein Paar Meinungen von angeblichen Experten, die in die gewünschte Richtung gehen.
- Zum Schluss noch ein paar Fakten aus Studien, die aber nicht genauer recherchiert werden oder aus anderen Medien und DPA Meldungen abgeschrieben werden.

Jüngstes Beispiel ist der Artikel der bekannten medizinischen Wochenzeitschrift aus Hamburg:
Der Spiegel 16.11.2012 Die Vitamin Lüge

- Erst der Einzelfall: Vitamininfusionen für „Bessergestellte….für Preise ab 200 Euro kann man wählen..."
- Spiegeltypisch dann die Geschichte der Vitamine durch den Nationalsozialismus und der Macht des Großkapitals der Vitaminindustrie. Das ist einfach Spiegeltradition.
- Dann noch ein Komplott zwischen einer Institution und dem Großkapital: Selbst die DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) gebe jetzt zu hohe Vitamin-Richtwerte vor. Und nur deswegen habe ein Großteil der Bevölkerung Vitaminmangel. 12% für Vitamin A, 28% für Vitamin C und bei Frauen 87% für Folsäure. Spannend wie ein Krimi.
- Zum Schluss zwei negative Studien von 1994, 1996 und dann weiter im Jahr 2008 mit zwei Studien.

Fertig ist ein Artikel der richtig Auflage macht, denn 28% der Bevölkerung nehmen Vitamine ein in Deutschland und natürlich wollen sie wissen, ob sich das lohnt.
Dass Vitaminmangel vielleicht mit den Ernährungsgewohnheiten der Bevölkerung zu tun hat, wird nicht erwähnt. Ich empfehle: Begutachten Sie öfters einmal was der Kunde vor Ihnen im Supermarkt aufs Fließband legt. Ganz sicher nicht die Menge für 5-mal Obst und Gemüse am Tag. Und haben Sie es heute 5-mal geschafft?

Schnell zusammengesuchte Fakten
Es werden zwei Studien von 1994, 1996 zitiert, die mit Rauchern und Asbest belasteten Arbeitern gemacht wurden. Studien mit solchen Hochrisikogruppen, die meist schon entartet Zellen haben, lassen sich aber nicht auf die Allgemeinbevölkerung übertragen. Es gibt zu viele statistische Fehlerquellen. 30% der Krebsfälle in der EU sind die Folge des Rauchens. Nicht erwähnt im Spiegel: Die Neuauswertung der Studie von 1994 ergab, dass nur Raucher, die einen hohen Alkoholkonsum

hatten, mit Vitaminen häufiger Lungenkrebs bekamen. Rauchen+Alkohol steigert aber das Krebsrisiko schon um 400% bei Rauchern.

Dann machen wir einen 18 Jahres-Sprung und ignorieren weitere 10000 Vitaminstudien in das Jahr 2008. Eine Studie über Vitamin E und Prostatakrebs wird zitiert. Spiegel O-Ton (16.1.2012 S. 73): „Vitamin E Pillen erhöhen signifikant das Prostatakrebsrisiko unter gesunden Männern". Ich habe die Originalstudie angesehen[i]. Tatsächlich konnte kein statistisch signifikantes Ergebnis gefunden werden. Uphhs - zu schnell irgendwo abgeschrieben? Und leider wurde auch nicht berichtet, dass es eine Meta-Analyse aus dem Jahr 2007 gibt: 12 Studien mit 167025 Patienten, bei denen Vitamin E Prostatakrebsrisiko gesenkt hat.[ii] Upphs- naja woher soll ein Spiegeljournalist das auch wissen.

Die vierte zitierte Studie ist besonders interessant.[iii] Denn sie wird in allen Medien immer wieder erwähnt und stammt aus dem Jahr 2008. Sie werden mit dieser auch in den nächsten 20 Jahren immer wieder genervt werden. Hier wird anhand von 67 Studien gezeigt, dass Vitamine die Mortalität um 5% steigern. Beindruckend. Bis man die genauen Daten der Studie sich anschaut.

Erst einmal wurde aus 747 Studien 67 ausgewählt in denen überhaupt Todesfälle vorkamen. Leider konnte man aber in diesen 67 Studien nicht das finden was man statistisch finden wollte. Also hat man noch mal 21 eliminiert und fand dann endlich endlich, dass Multivitamine die Sterblichkeit angeblich um 5% erhöhen. Nur hat diese Berechnung noch mehre „kleine Schönheitsmakel". Die Studienteilnehmer waren im Schnitt nur 2,7 Jahren auf den Vitaminen. Zum Teil sogar nur wenige Tage. Sie sehen schon wie gefährlich Vitamine wirklich sind. Zusätzlich waren 47 von 67 Studien mit Vorerkrankten Patienten und in 12 der 67 Studien waren die Teilnehmer über 70 Jahren und in 4 sogar über 80 Jahre. Bei der kurzen Einnahmedauer von zum großen Teil kranken und älteren Patienten sind schon genügend Fehlerquellen enthalten, um jede Statistik ad absurdum zu führen. Aber das Beste kommt noch: die Todesursache wurde nicht weiter erhoben. Wer also in einem Autounfall oder durch einen schweren Sturz (ältere Patienten) gestorben ist, ist natürlich an den 2.7 Jahren auf Vitaminen gestorben. Schon am Tag nach dem Spiegelartikel zitierten 7 weitere Zeitungen den Spiegelartikel mit großen Schlagzeilen. So schreibt ein Journalist vom anderen ab. Jeder will bei der „News" für die Auflage dabei sein.

Spiegel: „In der nach Ansicht der Experten qualitativ besten Studie erhöhte die Zufuhr….."

Die Meinung von Professor Hassford, der Universität München ist eine ganz andere: „Es ist erstaunlich wie selten gerade Studien, die viel öffentliche Beachtung finden, einer Nachprüfung von Kriterien für wissenschaftliche Solidität und Seriosität nicht standhalten."

Ich habe dem nichts hinzuzufügen.

Bedenken Sie immer: kurz, simpel und neuer-ist- immer-besser müssen die Medienschnipsel sein. Die Journalisten haben keine Ahnung wie Sie Fakten in den Gesamtzusammenhang einordnen sollen und recherchieren schlecht, da sie maximal die Zusammenfassung von Studien lesen oder diese als DPA Meldung bekommen. So gut wie nie wird in die tatsächlichen Daten einer Studie hineinlesen und damit die Qualität einer Studien beurteilt. Dann vermarkten die Medien die „News" für die bestmögliche Auflage oder Einschaltquote.

So zieht das Medien-Format eines kurzen Artikels, bestimmte kurze & simple Inhalte nach sich. Ich habe mich daher schon vor Jahren entschieden Bücher zu schreiben, da ich hier ausführlicher die tatsächlichen Fakten und Zusammenhänge darstellen kann.

Andreas Jopp









Neu: **www.nichtraucherin30Tagen.de**





www.jopp-online.com

www.facebook/andreasjopp

[i] Goodman et al. Effect of selenium and vitamin E on risk of prostate cancer and other cancers. Jama *2009;301(1):39-51.*

[ii] Hafez K et al. The role of Vitamin E in the prevention of cancer: a meta-analysis of randomized controlled trials. Ann S. Med. 2007; 6:409-14.

[iii] Bjelakovic G et al. Moratlity in randomized trials of antioxidant supplements for primary and secondary prevention. JAMA. 2007; 297: 842 -857.