

### Unstatistik des Monats:

#### Frühstück beugt Herztod vor

Die Unstatistik des Monats August ist eine Meldung, wonach Menschen, die das Frühstück ausfallen lassen, ein erhöhtes Herzinfarktisiko haben. „Verzicht auf Frühstück erhöht das koronare Risiko signifikant“ meldete etwa die Ärzte Zeitung online am 2. August. „Den Tag sollte man mit einem guten Frühstück beginnen. Denn: Wer nicht frühstückt, weist ein um 27 Prozent erhöhtes Risiko für Herzinfarkt oder Herztod auf, hat eine aktuelle US-Studie ergeben.“

In Wahrheit hat die hier zitierte US-Studie nur ergeben, dass ein Verzicht auf das Frühstück und ein möglicher Herzinfarkt häufiger zusammen auftreten, als man das bei Unabhängigkeit dieser Ereignisse erwarten sollte. Eine mögliche Kausalbeziehung, ob also das ausgefallene Frühstück tatsächlich die Ursache für das gesteigerte Infarktisiko ist, lässt sich aber nicht herleiten. Besonders auffällig war der Zusammenhang bei ledigen Männern mittleren Alters. Vielleicht erleiden diese aber auch deshalb überproportional häufig einen Herzinfarkt, weil sie privat und beruflich mehr Stress ausgesetzt sind als ältere Männer (bei denen findet man den Zusammenhang nämlich nicht) und deshalb auch oft das Frühstück ausfallen lassen?

Zwar unternehmen die Autoren der Studie ihr Bestes, solche weiteren Faktoren auszuschalten. Das ist aber bei Ernährungsstudien, in denen man nicht wie bei klassischen klinischen Studien mit Versuchs- und Kontrollgruppe arbeiten kann, niemals ganz möglich und erfordert zumeist zusätzliche Annahmen. So kann man auch mit den in der Studie verwendeten Methoden nicht ausschließen, dass der Zusammenhang zwischen Frühstück und Herzinfarkt auf einen Faktor zurückgeht, den man bei dieser Untersuchung nicht beachtet hatte. Wie fast immer in seriösen Studien weisen die Autoren auch auf diese Grenzen hin. Und wie fast immer in der medialen Aufarbeitung wird dieser Hinweis ignoriert.

Ihr Ansprechpartner dazu:  
Prof. Dr. Walter Krämer

Tel.: (0231) 755-3125

*Mit der „Unstatistik des Monats“ hinterfragen der Berliner Psychologe Gerd Gigerenzer, der Dortmunder Statistiker Walter Krämer und RWI-Vizepräsident Thomas Bauer jeden Monat sowohl jüngst publizierte Zahlen als auch deren Interpretationen. Alle „Unstatistiken“ finden Sie im Internet unter [www.unstatistik.de](http://www.unstatistik.de).*