

Melatonin und Brustkrebs

Zwei neue Studien belegen, dass Frauen die nachts arbeiten, ein um 60% erhöhtes Brustkrebsrisiko haben. Die Ärzte, die diese Studien gemacht haben vermuten, dass die Ursache von Brustkrebs, der durch Nachtarbeit entstanden ist, durch eine Verringerung der Melatonin Ausscheidung beeinflusst ist. Frauen, die um die nächtliche Dunkelheit gebracht werden, könnten besonders anfällig sein, da man weiß, dass Melatonin gegen Brustkrebs schützt. Eine dieser Studien hat sogar ergeben, dass Frauen, die helleres Licht im Schlafzimmer haben, ein erhöhtes Brustkrebsrisiko haben.

Es ist nicht nur das nächtliche Licht, das Melatonin abbaut. Mit zunehmendem Alter des Menschen, verringert sich die natürliche Melatonin-Ausscheidung. Viele Wissenschaftler glauben, dass eine Melatonin-Unterproduktion zu einer Vielzahl von Krankheiten beiträgt, die das Immunsystem angreifen und nervliche Probleme, Schlafstörungen, einige Krebsarten und vorzeitiges Altern hervorrufen.