

Brustkrebs: Sport in der Hormontherapie fördert Denkleistung

Datum: 16.09.2024

Original Titel:

Effects of aerobic exercise on neurocognitive function in postmenopausal women receiving endocrine therapy for breast cancer: The Exercise Program in Cancer and Cognition randomized controlled trial

Kurz & fundiert

- Kann Sport die Denkleistung von Frauen in hormoneller Brustkrebstherapie verbessern?
- Randomisiert-kontrollierte Studie mit 153 postmenopausalen Frauen
- Besseres Gedächtnis durch 6 Monate wöchentlich 150 Minuten Sport

MedWiss - 6 Monate eines aeroben Trainings mittlerer Intensität verbesserten die Denkleistungsgeschwindigkeit bei Frauen nach der Menopause in hormoneller Brustkrebstherapie. Besonders interessant war, dass die Frauen erst innerhalb von 2 Jahren nach ihrer primären Brustkrebsbehandlung (Operation mit oder ohne Chemotherapie) sportlich aktiv wurden.

Frauen mit Hormontherapie bei Brustkrebs nach der Menopause berichten manchmal unter Einbußen ihrer Denkleistung. Die vorliegende randomisiert-kontrollierte Studie untersuchte, ob ein Sportprogramm die Denkleistung betroffener Frauen positiv beeinflussen könne.

Kann Sport die Denkleistung von Frauen in hormoneller Brustkrebstherapie verbessern?

Postmenopausale Frauen mit Hormonrezeptor-positivem Brustkrebs im Frühstadium wurden innerhalb von 2 Jahren nach ihrer primären Therapie (Operation mit oder ohne Chemotherapie) eine Sportprogramm oder der Standardversorgung zugewiesen. Das Sportprogramm umfasste 6 Monate mit mindestens 150 Minuten aerober Übungen mittlerer Intensität pro Woche. Die Denkleistung mit Blick auf Verarbeitungsgeschwindigkeit, Gedächtnis und Lernen sowie Arbeitsgedächtnis der Teilnehmerinnen wurden zu Beginn sowie nach Ende des Sportprogramms untersucht.

Randomisiert-kontrollierte Studie mit 153 postmenopausalen Frauen

Insgesamt nahmen 153 Frauen im durchschnittlichen Alter von 62,09 Jahren (+/- 8,27 Jahre) an der Studie teil. Die meisten Teilnehmerinnen litten an Stadium-I-Brustkrebs (64,1 %) und hatten ihre Diagnose im Schnitt vor 4,7 Monaten erhalten. Es konnte eine Veränderung der Denkleistungsgeschwindigkeit abhängig von der Gruppe und im Vergleich zum Zeitpunkt vor dem Sportprogramm festgestellt werden (Gruppe-Zeit-Interaktion; $p = 0,041$). Ebenso konnten Verbesserungen bei Lernen und Gedächtnis ($p = 0,024$) sowie im Arbeitsgedächtnis ($p = 0,01$) mit der Zeit dokumentiert werden. Bessere Adhärenz bei der Intervention war mit verbesserter Verarbeitungsgeschwindigkeit assoziiert ($p = 0,017$).

Besseres Gedächtnis durch 6 Monate wöchentlich 150 Minuten Sport

Demnach verbessern 6 Monate eines aeroben Trainings mittlerer Intensität die Denkleistungsgeschwindigkeit bei Frauen nach der Menopause in hormoneller Brustkrebstherapie. Besonders interessant war, dass die Frauen erst innerhalb von 2 Jahren nach ihrer primären Brustkrebshandlung (Operation mit oder ohne Chemotherapie) sportlich aktiv wurden. In weiteren Studien sollen langfristige Effekte des Sportprogramms untersucht werden.

Referenzen:

Bender CM, Sereika SM, Gentry AL, Cuglewski C, Duquette J, Grove G, Cummings M, Cho MG, Brufsky AM, McAuliffe P, Budway RJ, Diego EJ, Evans S, Rosenzweig MQ, Marsland AL, Conley YP, Erickson K. Effects of aerobic exercise on neurocognitive function in postmenopausal women receiving endocrine therapy for breast cancer: The Exercise Program in Cancer and Cognition randomized controlled trial. *Psychooncology*. 2024 Feb;33(2):e6298. doi: 10.1002/pon.6298. Epub 2024 Jan 29. PMID: 38911475; PMCID: PMC11189639.