MedWiss.Online

Dank Sport nach Brustkrebs länger leben?

Datum: 28.12.2020

Original Titel:
Physical activity in breast cancer survivors: A systematic review and meta-analysis on overall and breast cancer survival

MedWiss **– Die vorliegende Analyse europäischer Forscher macht Hoffnung, dass Sport eine tolle Möglichkeit sein könnte, um das Überleben von ehemaligen Brustkrebspatientinnen zu verlängern. Sportlich aktive Frauen überlebten länger und verstarben seltener an Brustkrebs oder anderen Ursachen.**

Viele Studien haben bereits zeigen können, wie gut Sport für Frauen ist, die eine Brustkrebserkrankung überlebt haben. Vermehrt sportlich aktiv zu sein, kann sich positiv auf das allgemeine Überleben, das Überleben speziell in Bezug auf Brustkrebs und das Wiederkehren der Brustkrebserkrankung auswirken.

Wissenschaftler aus Griechenland und Italien setzen sich mit ihrer Studie das Ziel, die verfügbaren Studien zum Thema Sport und Brustkrebs zusammenzufassen, um so ein kompaktes Bild darüber zu liefern, wie empfehlenswert Sport für Brustkrebspatientinnen ist. Für ihre zusammenfassende Auswertung konnten die Wissenschaftler auf 10 Studien zurückgreifen. Die Nachbeobachtungszeit in den Studien variierte von 3,5 bis 12,7 Jahren. 23 041 Brustkrebspatientinnen wurden insgesamt betrachtet.

Sportlich aktive Frauen überlebten länger

Es zeigte sich Folgendes: Verglichen mit den Frauen mit der geringsten sportlichen Aktivität wiesen die Frauen, die am sportlichsten waren, ein reduziertes Sterblichkeitsrisiko auf (Ergebnisse von 8 Studien) ebenso wie ein reduziertes Risiko dafür, an Brustkrebs zu versterben (Ergebnisse von 5 Studien). Außerdem zeichnete sich im Trend ab, dass die sportlichen Frauen auch von einer Rückkehr der Erkrankung verschont werden könnten – allerdings waren diese Ergebnisse nicht eindeutig (Ergebnisse von 5 Studien). Da die Ergebnisse in den analysierten Studien teilweise stark variierten, empfehlen die Wissenschaftler, weitere Studien durchzuführen, um das Thema noch besser bewerten zu können.

Diese Studienergebnisse verdeutlichen, wie wichtig Sport für Brustkrebsüberlebende ist. Frauen, die besonders sportlich waren, starben seltener aufgrund von Brustkrebs und anderen Ursachen. Weitere Studien werden aber benötigt, um in Bezug auf diese Erkenntnisse sicher sein zu können, da die Ergebnisse in den 10 eingeschlossenen Studien teils stark variierten.

Referenzen:
Spei ME, Samoli E, Bravi F, La Vecchia C, Bamia C, Benetou V. Physical activity in breast cancer survivors: A systematic review and meta-analysis on overall and breast cancer survival. Breast. 2019 Feb 12;44:144-152. doi: 10.1016/j.breast.2019.02.001. [Epub ahead of print]

Alle Rechte: © MedWiss.Online / HealthCom | MWI | www.medwiss.de