

## Diabetes: Mehr Bewegung, geringeres Darmkrebsrisiko

**Datum:** 10.07.2025

**Original Titel:**

Physical Activity, Genetic Susceptibility, and Risk of Colorectal Cancer in Type 2 Diabetes: A Large Population-Based Cohort Study

**Kurz & fundiert**

- Darmkrebs bei Diabetes: Kann körperliche Aktivität das Risiko senken?
- Bevölkerungsweite Kohortenstudie mit 33 733 Patienten mit Typ-2-Diabetes
- Mehr Sport mit 42 % niedrigerem Risiko für Darmkrebs assoziiert

**MedWiss - Eine Bevölkerungsweite Kohortenstudie mit 33 733 Patienten mit Typ-2-Diabetes fand, dass moderate oder hohe körperliche Aktivität mit niedrigerem Darmkrebsrisiko in dieser Patientengruppe assoziiert ist. Information zur körperlichen Aktivität könnte zudem einen Beitrag zur Einschätzung des individuellen Krebsrisikos und entsprechendem Bedarf an Vorsorgeuntersuchungen oder weiteren Präventionsmaßnahmen leisten.**

---

Menschen mit Typ-2-Diabetes haben ein erhöhtes Risiko für Darmkrebs. Präventive Maßnahmen sind daher in dieser Patientengruppe von großem Interesse. Körperliche Aktivität kommt bei den meisten Menschen oft zu kurz, kann aber typischerweise einfach im Alltag gesteigert werden. Wissenschaftler untersuchten nun, ob es einen Zusammenhang zwischen unterschiedlich starker körperlicher Aktivität und dem Risiko für Darmkrebs gibt. Dabei berücksichtigten sie auch eine genetische Veranlagung zu Darmkrebserkrankungen bei Patienten mit Typ-2-Diabetes.

**Darmkrebs bei Diabetes: Kann körperliche Aktivität das Risiko senken?**

Die Studie umfasste medizinische Daten aus der UK Biobank von Personen mit Typ-2-Diabetes-Diagnose, mit Nachbeobachtung bis 2022. Die Autoren bestimmten das Risiko für Darmkrebs (Hazard Ratios, HR) mit 95 % Konfidenzintervallen (95 % KI).

**Bevölkerungsweite Kohortenstudie mit 33 733 Patienten mit Typ-2-Diabetes**

Insgesamt umfasste die Studie 33 733 Patienten mit Typ-2-Diabetes, die im Schnitt für 13,62 Jahre nachbeobachtet wurden. In diesem Zeitraum erhielten 551 Patienten eine Darmkrebs-Diagnose. Das Risiko für Darmkrebs war bei Menschen mit mittlerer und hoher körperlicher Aktivität geringer als bei Personen mit niedriger körperlicher Aktivität.

Darmkrebs-Risiko im Vergleich zu niedriger körperlicher Aktivität:

- HR: 0,81; 95 % KI: 0,66 – 0,98
- HR: 0,74; 95 % KI: 0,58 – 0,94

Bei rechtsseitigem Darmkrebs waren mittlere Aktivitätslevel mit einer Darmkrebsrisiko-Senkung von 31 % (HR: 0,69; 95 % KI: 0,51 – 0,93), hohe körperliche Aktivität mit einer Reduktion von 42 % (HR: 0,58; 95 % KI: 0,40 – 0,85) im Vergleich zu niedriger körperlicher Aktivität assoziiert. Hohe körperliche Aktivität war zudem auch bei Menschen mit hohem polygenischen Risikoscore (PRS) mit einem deutlich reduzierten Risiko assoziiert (HR: 0,54; 95 % KI: 0,35 – 0,84). Das niedrigste Risiko für Darmkrebs bei Menschen mit Typ-2-Diabetes hatten diejenigen mit niedrigem PRS und hoher körperlicher Aktivität.

### **Mehr Sport mit 42 % niedrigerem Risiko für Darmkrebs assoziiert**

Die Studie legt somit nahe, dass moderate oder hohe körperliche Aktivität eine einfach zu nutzende präventive Maßnahme sein könnte, um das Darmkrebsrisiko bei Menschen mit Typ-2-Diabetes zu reduzieren. Zudem könnte Information zur körperlichen Aktivität von Patienten einen Beitrag zur Einschätzung des individuellen Krebsrisikos und entsprechendem Bedarf an Vorsorgeuntersuchungen oder weiteren Präventionsmaßnahmen leisten.

#### **Referenzen:**

Wu Y, Meng M, Liu Y, Zeng R, Feng J, Lian Q, Ma Y, Zhang L, Huang W, Leung FW, Duan C, Sha W, Chen H. Physical Activity, Genetic Susceptibility, and Risk of Colorectal Cancer in Type 2 Diabetes: A Large Population-Based Cohort Study. *Dtsch Arztebl Int.* 2025 Apr 4;(Forthcoming):arztebl.m2025.0013. doi: 10.3238/arztebl.m2025.0013. Epub ahead of print. PMID: 39936588.