MedWiss.Online

Was nach einer Brustkrebsdiagnose bei der Ernährung wichtig ist

Datum: 10.11.2021

Original Titel:
Impact of dietary patterns and the main food groups on mortality and recurrence in cancer survivors: a systematic review of current epidemiological literature

MedWiss **– Europäische Wissenschaftler analysierten die Ernährung nach einer Krebsdiagnose und fanden, dass Brustkrebspatientinnen durch ein besseres Überleben und weniger Krankheitsrückfälle profitieren könnten, wenn sie sich fettarm, qualitativ hochwertig und gesund ernähren.**

Der Einfluss der Ernährung auf die Entstehung und den Verlauf einer Krebserkrankung ist Gegenstand zahlreicher wissenschaftlicher Untersuchungen. Wissenschaftler aus den Niederlanden und Großbritannien untersuchten in ihrer Studie nun den Einfluss von Ernährungsmustern und der Hauptnährstoffe Fett, Kohlenhydrate und Protein auf die Sterblichkeit und das Rückfallrisiko bei 12 verschiedenen Krebsarten. Zu den untersuchten Krebsarten zählten Brustkrebs, Darmkrebs, Blasenkrebs, Gebärmutterhalskrebs, Nierenkrebs, Kehlkopfkrebs, Prostatakrebs, Hodenkrebs, Gebärmutterkrebs, schwarzer Hautkrebs und (Non)-Hodgkin-Lymphome.

In ihre Analyse schlossen die Wissenschaftler Ergebnisse aus 38 Studien ein. Allerdings lagen letztlich nur für Brustkrebspatientinnen ausreichend aussagekräftige Daten vor, um Schlussfolgerungen ziehen zu können.

Brustkrebspatientinnen hatten bessere Prognose durch weniger Fett in der Kost und qualitativ hochwertige und gesunde Ernährungsmuster

Für die Brustkrebspatientinnen konnten folgende Erkenntnisse gewonnen werden: um eine Rückkehr der Brustkrebserkrankung zu verhindern, erwies es sich als günstig, nach der Diagnose den Fettgehalt der Kost zu reduzieren. Patientinnen, die sich nach ihrer Brustkrebsdiagnose qualitativ hochwertig ernährten, wiesen eine geringere allgemeine Sterblichkeit und Sterblichkeit aufgrund von anderen Gründen (außer der Brustkrebserkrankung) auf. Eine verminderte Sterblichkeit aufgrund von anderen Gründen zeigte sich auch, wenn die Brustkrebspatientinnen ein gesundes Ernährungsmuster beherzigten und viel Obst, Gemüse, Vollkornprodukten und z. B. Fisch verzehrten. Ungünstig war es hingegen, wenn sich die Patientinnen vor oder nach der Diagnose typisch westlich ernährten (mit z. B. viel Fleisch, einfachen Kohlenhydraten, wenig Ballaststoffen etc.): dies erhöhte bei den Frauen die allgemeine Sterblichkeit und die Sterblichkeit aufgrund von anderen Gründen.

Anhand der vorliegenden Analyse europäischer Wissenschaftler, bei der der Einfluss von Hauptnährstoffen und Ernährungsmustern auf die Prognose bei Krebserkrankungen untersucht wurde, konnte nur für Brustkrebspatientinnen Empfehlungen abgeleitet werden. Brustkrebsüberlebenden wird empfohlen, den Fettgehalt der Kost zu reduzieren und eine qualitativ

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

hochwertige, gesunde Ernährung zu beherzigen, da sich dies günstig auf das Rückfallrisiko und das Überleben auswirken könnte.

Referenzen:

Jochems SHJ, Van Osch FHM, Bryan RT, Wesselius A, van Schooten FJ, Cheng KK, Zeegers MP. Impact of dietary patterns and the main food groups on mortality and recurrence in cancer survivors: a systematic review of current epidemiological literature. BMJ Open. 2018 Feb 19;8(2):e014530. doi: 10.1136/bmjopen-2016-014530.

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