

Fettreduzierte Ernährung verbessert Überleben bei Patientinnen mit Brustkrebs

Datum: 30.03.2018

Original Titel:

Low-Fat Dietary Pattern and Breast Cancer Mortality in the Women's Health Initiative Randomized Controlled Trial.

Der gesunden Ernährung kommt nicht nur bei der Prävention (Vorbeugung) von Brustkrebs eine große Bedeutung zu, sondern auch nach erfolgreich abgeschlossenen Therapien, die den Krankheitsrückgang erzielt haben. Eine fettreduzierte Ernährung wurde schon in früheren Studien mit verringerter Sterblichkeit bei Patientinnen mit Brustkrebs in Verbindung gebracht. Aus diesem Anlass haben Forscher nun eine Präventionsstudie durchgeführt und den langzeitigen Einfluss einer fett-reduzierten Ernährung auf die Sterberate bei Patientinnen mit Brustkrebs untersucht.

Zwischen 1993 und 1998 wurden in 40 US-amerikanischen Untersuchungszentren 48835 Frauen in der Postmenopause (Zeit nach der letzten Regelblutung) mit unauffälligen, normalen Befunden der Früherkennungsuntersuchung (Mammographie), die bisher noch keine Brustkrebserkrankung aufwiesen, in die Studie eingeschlossen. Ziel war es, die tägliche durch fetthaltige Nahrungsmittel aufgenommene Energie um 20 % zu reduzieren und den Verzehr von Obst, Gemüse und Getreide zu erhöhen. Dabei ernährten sich 40 % der Frauen fett-reduziert (Diät-Gruppe) und 60 % behielten die normale Ernährung bei.

Die Ergebnisse zeigten, dass die Fettaufnahme und das Körpergewicht in der Diät-Gruppe deutlich reduziert waren. Innerhalb von 8,5 Jahren erkrankten in der Diät-Gruppe 1764 Frauen an Brustkrebs, allerdings traten weniger Krebs-bedingte Todesfälle in dieser Gruppe auf. Die Sterberate lag bei 0,016 % (27 Fälle pro Jahr) in der Diät-Gruppe und bei 0,024 % (61 Fälle pro Jahr) in der Gruppe mit normaler Ernährung. Innerhalb des gleichen Zeitraums war die Sterberate nach der Brustkrebserkrankung (134 Fälle) in der Diät-Gruppe deutlich reduziert. Die Sterberate lag bei 0,025 % (40 Fälle pro Jahr) in der Diät-Gruppe und bei 0,0385 (94 Fälle pro Jahr) mit normaler Ernährung. Nach einer Beobachtungszeit von 16,1 Jahren erkrankten in der Diät-Gruppe 3.030 Frauen an Brustkrebs, wobei die Sterblichkeit nach der Krebserkrankung im Vergleich zur normale ernährten Gruppe deutlich von 0,11 % (443 Fälle pro Jahr) auf 0,085 % (234 Fälle pro Jahr) reduziert war.

Diesen Studienergebnissen zufolge führte eine fettreduzierte Ernährung mit erhöhtem Obst-, Gemüse- und Getreideanteil zu einer deutlich verringerten Sterblichkeit bei Patientinnen, die eine Brustkrebserkrankung erlitten hatten.

Referenzen:

Chlebowski RT, Aragaki AK, Anderson GL, Thomson CA, Manson JE, Simon MS, Howard BV, Rohan TE, Snetselaar L, Lane D, Barrington W, Vitolins MZ, Womack C, Qi L, Hou L, Thomas F, Prentice RL. Low-Fat Dietary Pattern and Breast Cancer Mortality in the Women's Health Initiative Randomized Controlled Trial. *J Clin Oncol.* 2017 Sep 1;35(25):2919-2926. doi: 10.1200/JCO.2016.72.0326. Epub 2017 Jun 27.