

Kenntnis der Krebsrisikofaktoren fördert gesunden Lebensstil

Woran liegt es, dass viele Menschen sich nicht darum bemühen, durch einen gesunden Lebensstil ihr eigenes Krebsrisiko zu reduzieren? Weil sie nicht ausreichend über Krebsrisikofaktoren informiert sind? Oder ignorieren sie die Empfehlungen der Krebsprävention trotz Kenntnis der Risikofaktoren? Dies untersuchten Wissenschaftlerinnen vom Nationalen Krebspräventionszentrum und vom Deutschen Krebsforschungszentrum (DKFZ).

Das Nationale Krebspräventionszentrum ist eine strategische Partnerschaft des DKFZ und der Deutschen Krebshilfe.

Weltweit geht mindestens einer von drei Krebsfällen auf das Konto von bekannten Krebsrisikofaktoren, berichtet die WHO. Dazu zählen Alkohol, körperliche Aktivität, ungesunde Ernährung, Übergewicht, rotes und verarbeitetes Fleisch, zuckerhaltige Getränke, Tabakexposition und Tabakkonsum und UV-Strahlung.

Nationale und internationale Empfehlungen zur Krebsprävention zielen daher schwerpunktmäßig darauf ab, über diese Risikofaktoren zu informieren und Tipps zur Vermeidung zu geben. Fachleute sprechen von „Verhaltensprävention“.

Doch welcher Zusammenhang besteht überhaupt zwischen der Kenntnis dieser Risikofaktoren und dem persönlichen Engagement, sich vor Krebs zu schützen? „Es ist wichtig zu verstehen, ob Menschen nichts unternehmen, um ihr persönliches Krebsrisiko zu senken, weil sie nicht über die Risikofaktoren Bescheid wissen, oder ob sie trotz Kenntnis der Risikofaktoren nicht handeln“, sagt Pricivel Carrera vom Nationalen Krebspräventionszentrum in Heidelberg. „Diesen Zusammenhang wollten wir mit unserer aktuellen Untersuchung beleuchten.“

Auf der Grundlage einer internationalen Umfrage der UICC zum Thema Krebs* gingen Carrera und ihre DKFZ-Kollegin Silvia Calderazzo dieser Frage nach. Dabei konzentrierten sie sich auf zehn Industrieländer mit hohem Einkommen (Australien, Deutschland, Frankreich, Großbritannien, Israel, Japan, Kanada, Schweden, Spanien und USA). In diesen Ländern gibt im Durchschnitt eine von drei Personen an, keine Empfehlungen zur Krebsprävention zu befolgen.

Das Fazit der Forscherinnen: Je mehr Menschen in einem Land über Krebsrisikofaktoren Bescheid wissen, desto höher ist der Anteil an Menschen, die sich bemühen, ihr persönliches Krebsrisiko zu senken. Dieser Effekt lässt sich in Zahlen ausdrücken: Mit jedem Prozentpunkt mehr an Menschen, die gut über Krebsrisikofaktoren informiert sind, steigt die Zahl an Personen, die Maßnahmen zur Verringerung ihres Risikos ergreifen, um durchschnittlich 0,169 Prozentpunkte.

Diese Beziehung variiert erheblich zwischen den einzelnen Ländern. Carrera und Cardozzo stellten fest, dass in Frankreich der Prozentsatz an Personen, die Maßnahmen zur Prävention ergreifen, sogar niedriger ist als der Prozentsatz derer, die sich der Krebsrisikofaktoren bewusst sind. Den höchsten Anteil an Menschen, die Wissenslücken in Bezug auf die Krebsrisikofaktoren zeigten, fanden die Präventionsforscher in Japan. Dementsprechend hoch ist dort auch der Anteil an Menschen, die angeben, keine Anstrengungen zur Reduktion ihres Krebsrisikos zu unternehmen. Deutsche wussten über fast alle Krebsrisikofaktoren weniger gut Bescheid als der Durchschnitt der

untersuchten Länder.

„In Deutschland gelten an die 40 Prozent aller Krebsfälle als vermeidbar – durch einen gesunden Lebensstil und die Nutzung von Impfungen. Doch die besten Empfehlungen zur Krebsprävention nutzen nichts, wenn Menschen nicht danach handeln“, sagt Pricivel Carrera. „Wir wollen mit unserer Forschung herausfinden, welche Voraussetzungen gegeben sein müssen, damit mehr Menschen die Empfehlungen zur Krebsprävention auch tatsächlich umsetzen.“

Die bekannten Krebsrisikofaktoren sind größtenteils auch an der Entstehung weiterer schwerer chronischer Erkrankungen beteiligt. Wenn es gelingt, in der Bevölkerung das Bewusstsein für diese Risikofaktoren zu schärfen, könnte der Effekt der Verhaltensprävention weit über die Reduktion der Krebsneuerkrankungen hinausgehen, betonen die Autorinnen.

Carrera, P.M., Calderazzo, S.: Knowledge of cancer risk factors and risk-reduction in high-income countries.

Preventive Medicine 2023, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2023.107583>

* Public Opinion Survey on Cancer 2020 der Union for International Cancer Control (UICC)
World Cancer Day 2020 International Public Opinion Survey on Cancer 2020 | UICC

Das Deutsche Krebsforschungszentrum (DKFZ) ist mit mehr als 3.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern die größte biomedizinische Forschungseinrichtung in Deutschland.

Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler erforschen im DKFZ, wie Krebs entsteht, erfassen Krebsrisikofaktoren und suchen nach neuen Strategien, die verhindern, dass Menschen an Krebs erkranken. Sie entwickeln neue Methoden, mit denen Tumoren präziser diagnostiziert und Krebspatienten erfolgreicher behandelt werden können. Beim Krebsinformationsdienst (KID) des DKFZ erhalten Betroffene, Interessierte und Fachkreise individuelle Antworten auf alle Fragen zum Thema Krebs.

Um vielversprechende Ansätze aus der Krebsforschung in die Klinik zu übertragen und so die Chancen von Patientinnen und Patienten zu verbessern, betreibt das DKFZ gemeinsam mit exzellenten Universitätskliniken und Forschungseinrichtungen in ganz Deutschland Translationszentren:

Nationales Centrum für Tumorerkrankungen (NCT, 6 Standorte)

Deutsches Konsortium für Translationale Krebsforschung (DKTK, 8 Standorte)

Hopp-Kindertumorzentrum (KiTZ) Heidelberg

Helmholtz-Institut für translationale Onkologie (HI-TRON) Mainz – ein Helmholtz-Institut des DKFZ

DKFZ-Hector Krebsinstitut an der Universitätsmedizin Mannheim

Nationales Krebspräventionszentrum (gemeinsam mit der Deutschen Krebshilfe)

Das DKFZ wird zu 90 Prozent vom Bundesministerium für Bildung und Forschung und zu 10 Prozent vom Land Baden-Württemberg finanziert und ist Mitglied in der Helmholtz-Gemeinschaft Deutscher Forschungszentren.

Über die Deutsche Krebshilfe:

Die Deutsche Krebshilfe wurde am 25. September 1974 von Dr. Mildred Scheel gegründet. Ziel der gemeinnützigen Organisation ist es, Krebserkrankungen in all ihren Erscheinungsformen zu bekämpfen. Unter dem Motto „Helfen. Forschen. Informieren.“ fördert die Stiftung Deutsche Krebshilfe Projekte zur Verbesserung der Prävention, Früherkennung, Diagnose, Therapie, medizinischen Nachsorge und psychosozialen Versorgung, einschließlich der Krebs-Selbsthilfe. Ihre Aufgaben erstrecken sich darüber hinaus auf forschungs- und gesundheitspolitische Aktivitäten. Sie

ist ebenfalls Mitinitiator des Nationalen Krebsplans sowie Partner der „Nationalen Dekade gegen Krebs“. Die Deutsche Krebshilfe ist der größte private Geldgeber auf dem Gebiet der Krebsbekämpfung – unter anderem der Krebsforschung – in Deutschland. Sie finanziert ihre gesamten Aktivitäten ausschließlich aus Spenden und freiwilligen Zuwendungen der Bevölkerung. Weitere Infos: www.krebshilfe.de

www.dkfz.de