

Körperliche Aktivität reduziert das Risiko für Non-Hodgkin-Lymphom

Datum: 21.05.2024

Original Titel:

Physical activity and the risk of non-Hodgkin lymphoma subtypes: A pooled analysis

Kurz & fundiert

- Risiko für Non-Hodgkin-Lymphom (NHL): Hat körperliche Aktivität einen Einfluss?
- Analyse gepoolter Daten aus 9 Fall-Kontroll-Studien
- 5 653 NHL-Fälle und 9 115 Kontrollen
- Risiko für NHL 13 % geringer bei Personen mit höchstem körperlichem Aktivitätslevel
- Die Verringerung des Risikos fiel bei den unterschiedlichen Ausprägungen des NHL (u. a. chronische lymphatische Leukämie und diffuses großzelliges B-Zell-Lymphom) ähnlich aus

MedWiss - Eine Analyse über 9 Fall-Kontroll-Studien zeigte, dass körperliche Aktivität das Risiko für Non-Hodgkin-Lymphome (NHL) um bis zu 13 % senken kann. Diese Verringerung des Risikos war in allen untersuchten Ausprägungen des NHL, wie CLL und DLBCL, vergleichbar.

Studien konnten bereits nachweisen, dass das Risiko für Darm-, Brust- und Gebärmutterkrebs bei unzureichender körperlicher Aktivität erhöht ist. Mit regelmäßiger sportlicher Betätigung kann also Krebserkrankungen vorgebeugt werden. Der Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und dem Risiko für Non-Hodgkin-Lymphome (NHL) ist jedoch noch nicht vollständig geklärt. Zwar handelt es sich bei NHL um eine Gruppe von diversen Krankheiten, jedoch könnten mehrere Mechanismen einen Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und einer Risikoreduktion für maligne Lymphome nahelegen. So könnte z. B. die Stärkung des Immunsystems und die bessere Kontrolle des Körpergewichts das Erkrankungsrisiko reduzieren. Auch eine Steigerung der Insulinsensitivität und die Reduktion von Entzündungen könnten eine Rolle spielen.

Krebsrisiko durch Sport senken - gilt das auch für Non-Hodgkin-Lymphome (NHL)?

In einer Analyse der gepoolten Daten aus 9 Fall-Kontroll-Studien wurde der Zusammenhang zwischen Bewegung und dem NHL-Risiko untersucht. 5 653 NHL-Fälle und 9 115 Kontrollen wurden in die Analyse inkludiert.

Analyse über 9 Fall-Kontroll-Studien

Die Analyse zeigte, dass das Risiko, an einem NHL zu erkranken, in Personengruppen mit dem höchsten Grad an körperlicher Aktivität um etwa 13 % geringer war als in Personengruppen mit der geringsten körperlichen Aktivität.

- Hohe versus geringe Aktivität: Odds Ratio (OR): 0,87; 95 % Konfidenzintervall, KI: 0,80 - 0,95

Niedrigeres NHL-Risiko mit mehr Bewegung

Der Vorteil durch mehr Bewegung war bei allen untersuchten Ausprägungen des NHL gegeben, berichteten die Autoren: Effekte konnten bei chronischer lymphatischer Leukämie (CLL), diffusem großem B-Zellen Lymphom (DLBCL), follikulärem Lymphom, kleinem lymphatischem Lymphom, Marginalzonen-Lymphom und T-Zell-Lymphom gesehen werden.

- DLBCL: OR: 0,87; 95 % KI: 0,74 - 1,02
- CLL: OR: 0,83; 95 % KI: 0,64 - 1,09

Risikoreduktion durch Sport für jede untersuchte NHL-Art

Die Autoren schlussfolgerten, dass körperliche Aktivität mit einer Reduktion des NHL-Risikos assoziiert sei.

Referenzen:

Boyle T, Kleinstern G, Bracci PM, Cerhan JR, Benavente Y, Casabonne D, Chiu BC, Habermann TM, Holly EA, Liebow M, Norman A, Paltiel O, Robinson D, Rothman N, Abu Seir R, Slager SL, Villeneuve PJ, Wang SS, Weisenburger DD, Spinelli JJ. Physical activity and the risk of non-Hodgkin lymphoma subtypes: A pooled analysis. *Int J Cancer*. 2023 Feb 1;152(3):396-407. doi: 10.1002/ijc.34266 . Epub 2022 Sep 8. PMID: 36054546 .