

Proteine während der Krebstherapie

Datum: 13.08.2025

Original Titel:

Effects of high-protein supplementation during cancer therapy: a systematic review and meta-analysis

Kurz & fundiert

- Gewichtsverlust bei Krebs und Krebstherapie – Können Proteine helfen?
- Untersuchung proteinreicher Nahrungsergänzung während der Krebstherapie
- Metaanalyse von randomisiert-kontrollierten Studien mit proteinreichen Nahrungsergänzungsmitteln
- Verminderter Gewichtsverlust, verbesserte Muskelkraft, weniger Krankenhauseinweisungen
- Keine Unterschiede in der Lebensqualität und hohes Bias-Risiko bei vielen Studien

MedWiss – Aktuelle Studienergebnisse zeigen, dass eine proteinreiche Nahrungsergänzung den Gewichtsverlust während einer Krebstherapie verringern könnte. Die Nahrungsergänzung verbesserte zudem die Muskelkraft und reduzierte die Krankenhauseinweisungsrate, jedoch wurde die Qualität der bisherigen Studien bemängelt.

Menschen mit Krebs verlieren häufig an Gewicht. Dies kann einerseits Folge der Erkrankung sein, aber auch durch Therapienebenwirkungen, beispielsweise Appetitlosigkeit oder Übelkeit, verstärkt werden. Ob eine proteinreiche Nahrungsergänzung hier einen positiven Beitrag leisten könnte, war bislang nicht geklärt.

Gewichtsverlust bei Krebs - Hilft eine Protein-Nahrungsergänzung?

Ein internationales Forscherteam hat nun im Rahmen eines systematischen Reviews mit Metaanalyse die Wirksamkeit und Sicherheit einer proteinreichen Nahrungsergänzung bei Krebspatienten untersucht. Die Autoren ermittelten relevante Studien bis Juli 2023 in den medizinwissenschaftlichen Datenbanken Medline, Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL), Embase, Cochrane Central Register of Controlled Trials und Scopus. Die Analyse schloss randomisierte, kontrollierte Studien mit mindestens 20 erwachsenen Teilnehmern ein, in denen Nahrungsergänzungsmittel mit ≥ 10 g Protein pro Portion während einer Krebstherapie eingesetzt wurden. Die Metaanalyse ermittelte Auswirkungen der proteinreichen Nahrungsergänzung auf die primären Ergebnisse Körpergewicht und gesundheitsbezogene Lebensqualität (HRQoL).

Metaanalyse von Studien zur Nahrungsergänzung bei verschiedenen Krebsarten

Insgesamt wurden 35 Studien mit 3 701 Patienten mit verschiedenen Krebsarten in die Metaanalyse

einbezogen. Patienten, die eine proteinreiche Nahrungsergänzung erhielten, verloren weniger Körpergewicht als die Kontrollgruppe (Mittelwertdifferenz: 1,45 kg; 95 % Konfidenzintervall, KI: 0,42 - 2,48 kg; $p = 0,006$; $I^2 = 80 \%$). Es wurden jedoch keine Unterschiede in der gesundheitsbezogenen Lebensqualität beobachtet. Bei allen Studien zur Einschätzung der gesundheitsbezogenen Lebensqualität wurde zudem ein hohes Bias-Risiko festgestellt. In 11/13 Studien wurde eine Verbesserung der Muskelmasse festgestellt, jedoch wurde auch hier ein hohes Bias-Risiko bei den meisten Studien festgestellt. Die Autoren betrachteten gezielt Studien höherer Qualität und fanden in 5 von 5 Studien Hinweise auf positive Effekte der proteinreichen Nahrungsergänzung auf die Muskelkraft. In 3 von 4 Studien wurde zudem eine geringere Hospitalisierungsrate mit der Nahrungsergänzung berichtet. Es wurden keine schwerwiegenden unerwünschten Ereignisse gemeldet.

Proteinreiche Nahrungsergänzung bei Krebspatienten vielversprechend

Eine proteinreiche Nahrungsergänzung, so das Fazit, könne womöglich dazu beitragen, dem Gewichtsverlust in der Krebstherapie entgegenzuwirken, die Muskelkraft zu steigern und die Krankenhauseinweisungsrate zu senken. Diese Ergebnisse sowie ein günstiges Sicherheitsprofil, so die Autoren, spricht für eine proteinreiche Nahrungsergänzung als vermutlich sinnvolle Ergänzung der Standardernährung von Krebspatienten. Allerdings sollten die Ergebnisse aufgrund des Mangels an qualitativ hochwertigen Studien mit Vorsicht interpretiert werden.

Referenzen:

Orsso CE, Caretero A, Poltronieri TS, Arends J, de van der Schueren MA, Kiss N, Laviano A, Prado CM. Effects of high-protein supplementation during cancer therapy: a systematic review and meta-analysis. *Am J Clin Nutr.* 2024 Dec;120(6):1311-1324. doi: 10.1016/j.ajcnut.2024.08.016. PMID: 39631998; PMCID: PMC11619795.