

Sport verlängert Überleben bei Brustkrebs nach den Wechseljahren

Datum: 08.04.2021

Original Titel:

Physical activity and survival following breast cancer

MedWiss - Wissenschaftler aus Schweden untersuchten, ob sportlich aktive Brustkrebspatientinnen einen Überlebensvorteil aufweisen und zeigten, dass dies durchaus der Fall war. Patientinnen, die bei der Diagnose Brustkrebs älter als 55 Jahre alt waren, profitierten von viel Sport durch ein längeres Überleben.

Brustkrebspatientinnen, die nach der Krebsdiagnose sportlich aktiv sind, haben eine bessere Prognose - dies haben Studien bereits mehrfach gezeigt (siehe z. B. Studie von [Spei et al.](#)) Wissenschaftler aus Schweden interessierten sich nun in ihrer Studie dafür, ob Sport die Prognose von allen Frauen gleichermaßen verbessert oder ob es möglicherweise Unterschiede gibt, je nachdem wie alt die Frauen beim Erhalt der Diagnose Brustkrebs waren.

Die Wissenschaftler griffen auf Daten einer Studie zurück, die 847 Frauen im Alter zwischen 34 und 84 Jahren einschloss, welche die Diagnose Brustkrebs zwischen den Jahren 1992 und 2012 erhalten hatten.

Wissenschaftler befragten die Patientinnen zu ihrem Bewegungsverhalten

Um zu erfassen, wie sportlich aktiv die Frauen waren, mussten diese 3 Fragen zu ihrem Bewegungsverhalten beantworten. Mithilfe der Antworten bildeten die Forscher einen Punktwert, der die sportliche Aktivität der Frauen abbildete.

Sport besserte das Überleben bei Patientinnen, die bei der Diagnose älter als 55 Jahre alt waren

Die Analyse der Wissenschaftler zeigte, dass sportliche Aktivität das Überleben der Frauen verbesserte. Je höher der Punktwert für die sportliche Aktivität ausfiel, desto mehr minderten die Frauen ihr Risiko, zu versterben. Subgruppenanalysen, bei denen das Alter der Frauen berücksichtigt wurde, zeigten, dass nur die Frauen, die bei der Diagnose älter als 55 Jahre alt waren, von der sportlichen Aktivität durch ein längeres Überleben profitierten. Im Alter von 55 Jahren haben viele Frauen bereits die Wechseljahre erreicht - daher könnte Sport vor allem Frauen helfen, die mit einer Brustkrebsdiagnose nach ihren Wechseljahren konfrontiert werden.

Die Wissenschaftler empfehlen, dass Ärzte und Pflegepersonal Brustkrebspatientinnen vermehrt zu sportlicher Aktivität raten. Denn sportlich aktive Frauen lebten länger, je mehr Bewegung sie in ihren Alltag integrierten. Der Schutz durch Sport schien erst ab einem Alter von 55 Jahren bei der Diagnose zu greifen, sodass besonders Frauen, die Brustkrebs nach ihren Wechseljahren erleiden, zu vermehrter sportlicher Aktivität geraten werden sollte.

Referenzen:

Johnsson A, Broberg P, Krüger U, Johnsson A, Tornberg ÅB, Olsson H. Physical activity and survival following breast cancer. *Eur J Cancer Care (Engl)*. 2019 Mar 21:e13037. doi: 10.1111/ecc.13037. [Epub ahead of print].