

Sportliche Aktivität bei Darmkrebs Stadium III wirkt sich positiv auf das krankheitsfreie Überleben aus

Datum: 28.06.2023

Original Titel:

Physical Activity in Stage III Colon Cancer: CALGB/SWOG 80702 (Alliance)

Kurz & fundiert

- Prospektive Kohortenstudie: Auswirkung unterschiedlicher Dauer und Intensitäten physischer Aktivität auf das krankheitsfreie Überleben bei Darmkrebs Stadium III
- Hohes Aktivitätsvolumen und hohe Trainingsintensität mit höherer krankheitsfreier Überlebensrate assoziiert
- Längere Aktivitätsdauer bei leichter bis mittlerer Intensität der Aktivität mit besserer Überlebensrate verbunden

MedWiss – In einer prospektiven Kohortenstudie wurde die Auswirkung von physischer Aktivität auf das krankheitsfreie Überleben bei Darmkrebs Stadium III untersucht. Die Studie zeigte, dass hohes - im Vergleich zu geringem - Aktivitätsvolumen mit einem längeren krankheitsfreien Überleben verbunden war. Gleiches galt im Vergleich von hoher und niedriger Trainingsintensität. Bei einer geringen bis mittleren Intensität der physischen Betätigung sorgte eine längere Dauer für vergleichsweise höhere, krankheitsfreie Überlebensraten.

Frühere Studien konnten bereits zeigen, dass physische Aktivität nach der Darmkrebsdiagnose mit einer längeren krankheitsfreien Überlebenszeit assoziiert ist. Dabei ist jedoch nicht abschließend geklärt, ob eine bestimmte Intensität der Aktivität hier den größten Vorteil bietet, oder ob nur das Erreichen eines bestimmten Energieaufwands entscheidend ist.

Im Rahmen einer randomisierten Studie, die die Wirkung von unterschiedlicher Chemotherapielänge untersuchte, wurde eine prospektive Kohortenstudie bezüglich der Auswirkungen physischer Aktivität auf Stadium III-Darmkrebspatienten durchgeführt. Hierfür wurde das Level der physischen Aktivität während der ersten 3 Monate der Chemotherapie und 6 Monate nach Abschluss der Chemotherapie untersucht.

Positiver Einfluss durch mehr körperliche Aktivität

Für den Vergleich unterschiedlicher Aktivitäts- und Intensitätslevels wurde jedem Aktivitätstyp ein bestimmter Stoffwechsel-Äquivalent-Wert zugeordnet und mit der Anzahl der Aktivitätsstunden multipliziert (metabolic equivalent hours peer week, MET-h/Woche).

Nach einer durchschnittlichen Nachbeobachtungszeit von 5,9 Jahren trat bei 457 der 1 696 Patienten ein Fortschreiten der Krankheit oder der Tod ein. Die Studie zeigte, dass eine höheres Aktivitätsvolumen generell mit einer höheren krankheitsfreien Überlebensrate assoziiert war. Bei einer geringen bis mittleren Aktivitätsintensität war bereits eine Aktivitätsdauer von 1,5 Stunden pro Woche im Vergleich mit keiner Aktivität mit einer höheren krankheitsfreien Überlebensrate assoziiert.

- Vergleich krankheitsfreier 3-Jahres-Überlebensrate bei physischer Aktivität insgesamt: < 3,0 MET-h/Woche: 76,5 % versus $\geq 18,0$ MET-h/Woche: 87,1 % (Risikodifferenz, RD: 10,6 %; 95 % Konfidenzintervall, KI: 4,7 - 19,4; $p < 0,001$)
- Vergleich krankheitsfreier 3-Jahres-Überlebensrate bei geringem bis mittlerem Intensitätslevel: 0,0 h/Woche: 65,7 % versus $\geq 1,5$ h/Woche: 87,1 % (RD: 21,4 %; 95 % KI: 9,2 - 37,1; $p < 0,001$)

Bereits wenige Wochenstunden hoher Trainingsintensität wirken sich positiv auf krankheitsfreies Überleben aus

Bei hoher Trainingsintensität bewirkte bereits eine Aktivitätszeit von einer Stunde pro Woche ein verbessertes krankheitsfreies Überleben. Bei Krafttraining war dies bereits ab einer halben Stunde pro Woche der Fall.

- Vergleich krankheitsfreier 3-Jahres-Überlebensrate bei hoher Trainingsintensität: 0,0 h/Woche: 76,0 % versus $\geq 1,0$ h/Woche: 86,0 % (RD: 10,0 %; 95 % KI: 4,5 - 18,9; $p < 0,001$)
- Vergleich krankheitsfreier 3-Jahres-Überlebensrate bei Krafttraining: 0,0 h/Woche: 81,8 % versus $\geq 0,5$ h/Woche: 88,8 % (RD: 7,0 %; 95 % KI: 3,1 - 14,2; $p = 0,003$).

Die Autoren schlussfolgerten, dass bei Patienten mit Darmkrebs Stadium III häufige körperliche Aktivität, eine längere Dauer von leichter bis mittelschwerer körperlicher Aktivität oder jede Art von intensiver aerober körperlicher Aktivität mit den größten Verbesserungen des krankheitsfreien Überlebens verbunden waren.

Referenzen:

Brown JC, Ma C, Shi Q, Fuchs CS, Meyer J, Niedzwiecki D, Zemla T, Couture F, Kuebler P, Kumar P, Lewis D, Tan B, Krishnamurthi S, O'Reilly EM, Shields AF, Meyerhardt JA. Physical Activity in Stage III Colon Cancer: CALGB/SWOG 80702 (Alliance). J Clin Oncol. 2023 Jan 10;41(2):243-254. doi: 10.1200/JCO.22.00171 . Epub 2022 Aug 9. PMID: 35944235 ; PMCID: PMC9839249.