

## Wirken sich Nüsse positiv auf einen fortgeschrittenen Darmkrebs aus?

**Datum:** 09.10.2018

**Original Titel:**

Nut Consumption and Survival in Patients With Stage III Colon Cancer: Results From CALGB 89803 (Alliance)

**MedWiss - Nüssen können sich positiv auf den Krankheitsverlauf von Darmkrebs-Patienten auswirken. Dies zeigte die vorliegende Studie. Patienten mit einem fortgeschrittenen Darmkrebs hatten nämlich ein geringeres Sterberisiko und ein geringeres Risiko, dass der Tumor nach einer Operation wiederauftrat, wenn sie mehrmals die Woche Nüsse aßen.**

---

Die Ernährung spielt für die Gesundheit eine entscheidende Rolle. Es gibt Lebensmittel, denen eine positive Wirkung in Bezug auf bestimmte Erkrankungen nachgesagt wird. Hierzu zählen unter anderem Nüsse. In mehreren Studien konnte bereits gezeigt werden, dass sich der Verzehr von Nüssen positiv auf das Herz-Kreislauf-System auswirkt. So fanden Wissenschaftler beispielweise heraus, dass der Verzehr von Nüssen aller Art und auch speziell der von Erdnüssen und Walnüssen das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen reduzierte ([Studien von Guasch-Ferré und Kollegen](#), 2018 in der medizinischen Fachzeitschrift *Journal of the American College of Cardiology* veröffentlicht). Doch wie sieht das bei Darmkrebs aus? Haben Nüsse auch bei dieser schweren Erkrankung eine positive Wirkung?

### **Wissenschaftler befragten Darmkrebs-Patienten nach ihrem Nuss-Konsum**

Ein internationales Forscherteam hat sich mit dieser Frage beschäftigt. Die Wissenschaftler untersuchten, wie sich der Verzehr von Nüssen auf das Sterberisiko und das Risiko, dass der Darmkrebs nach einer Operation zurückkehrt, auswirkt. Zu diesem Zweck sammelten sie Daten von 826 Patienten mit Darmkrebs, der bereits in benachbarte Lymphknoten, jedoch noch nicht in weiter entfernt liegende Körperregionen gestreut hatte (Stadium III). Alle Patienten unterzogen sich nach einer Operation einer Chemotherapie. Sie wurden mit speziellen Fragebögen zu ihrem Essverhalten befragt und im Mittel 6,5 Jahre lang begleitet.

### **Der Verzehr von Nüssen wirkte sich positiv auf den Krankheitsverlauf aus**

Die Analysen der Patientendaten zeigte, dass sich der Verzehr von Nüssen positiv auf den Krankheitsverlauf der Patienten auswirkte. Die Patienten, die mindestens 2-mal die Woche etwa 28 g Nüsse aßen, hatten im Vergleich zu Personen, die komplett auf diese verzichteten, sowohl ein geringeres Risiko, dass die Krankheit zurückkehrt, als auch ein geringeres Sterberisiko. Bei genaueren Untersuchungen fiel auf, dass dieser positive Effekt der Nüsse jedoch auf Baumnüsse beschränkt war. Erdnüsse schienen hingegen nicht für die positive Wirkung verantwortlich zu sein. Auch wenn die Wissenschaftler die Daten so analysierten, dass andere Risikofaktoren, wie z. B. das Rauchverhalten oder der Alkoholkonsum, bei den Patientengruppen angeglichen wurden, war der positive Effekt der Nüsse noch deutlich erkennbar.

Patienten, die an Darmkrebs in einem fortgeschrittenen Stadium (Stadium III) litten, konnten somit von einem höheren Nusskonsum profitieren. Patienten, die mehrmals die Woche Baumnüsse zu sich nahmen, hatten nämlich ein geringeres Sterberisiko und ein geringeres Risiko, dass der Tumor nach einer Operation wiederauftrat.

**Referenzen:**

Fadelu T, Zhang S, Niedzwiecki D, Ye X, Saltz LB, Mayer RJ, Mowat RB, Whittom R, Hantel A, Benson AB, Atienza DM, Messino M, Kindler HL, Venook A, Ogino S, Ng K, Wu K, Willett W, Giovannucci E, Meyerhardt J, Bao Y, Fuchs CS. Nut Consumption and Survival in Patients With Stage III Colon Cancer: Results From CALGB 89803 (Alliance). *J Clin Oncol*. 2018 Apr 10;36(11):1112-1120. doi: 10.1200/JCO.2017.75.5413. Epub 2018 Feb 28.