

Unklar mit Vorteil für Zitrusfrüchte: wieviel macht die Ernährung bei Non-Hodgkin-Lymphomen aus?

Datum: 20.11.2018

Original Titel:

Impact of dietary patterns and the main food groups on mortality and recurrence in cancer survivors: a systematic review of current epidemiological literature

MedWiss - Europäische Wissenschaftler analysierten Studien zur Ernährung nach einer Krebsdiagnose und konnten speziell für Patienten mit Lymphdrüsenkrebs nur unklare Hinweise auf die Bedeutung der Ernährung geben. Generell zeichneten sich jedoch Vorteile einer gesunden Ernährung ab, die viele Früchte und grüne Blattgemüse beinhaltet. Besonders Zitrusfrüchte schienen bei bestimmte Formen von Lymphoma vorteilhaft zu sein.

Der Einfluss der Ernährung auf die Entstehung und den Verlauf einer Krebserkrankung ist Gegenstand zahlreicher wissenschaftlicher Untersuchungen. Wissenschaftler aus den Niederlanden und Großbritannien untersuchten in ihrer Studie nun den Einfluss von Ernährungsmustern und der Hauptnährstoffe Fett, Kohlenhydrate und Protein auf die Sterblichkeit und das Rückfallrisiko bei 12 verschiedenen Krebsarten. Zu den untersuchten Krebsarten zählten Brustkrebs, Darmkrebs, Blasenkrebs, Gebärmutterhalskrebs, Nierenkrebs, Kehlkopfkrebs, Prostatakrebs, Hodenkrebs, Gebärmutterkrebs, schwarzer Hautkrebs und Non-Hodgkin-Lymphome.

Untersucht wurden nur Studien über die Ernährung erwachsener Überlebender einer Krebserkrankung. Das heißt, die Untersuchung konzentrierte sich auf die Patienten, die nach einer Diagnose behandelt worden waren und entweder in Remission oder komplett vom Krebs befreit waren. Daher wurden nur die in der westlichen Welt auftretenden Krebserkrankungen betrachtet, bei denen mindestens die Hälfte der Patienten wenigstens 10 Jahre überleben. Dazu gehören auch die Lymphome.

Überlebende eines Lymphdrüsenkrebses: längeres Überleben mit gesunder Ernährung?

Nach Datenbankrecherchen fanden sich 2883 Veröffentlichungen zur Thematik. In ihre Analyse schlossen die Wissenschaftler daraus Ergebnisse aus 38 Studien ein. Allerdings lagen letztlich nur für Brustkrebspatientinnen ausreichend aussagekräftige Daten vor, um wirklich klare Schlussfolgerungen ziehen zu können.

Die Ernährung Überlebender eines Non-Hodgkin-Lymphoms wurde in zwei Kohortenstudien analysiert. Eine der Untersuchungen (Han und Kollegen, 2010 in der Fachzeitschrift *Leukemia & Lymphoma* erschienen) fand dass die Sterblichkeit niedriger lag, wenn vor der Diagnose mehr Obst und Gemüse verzehrt worden waren. Dies konnte allerdings nur für betroffene Frauen gefunden werden. Generell schien sich aber die Ernährung mit vielen Zitrusfrüchten und grünem Blattgemüse eher positiv auf das Überleben der Patienten auszuwirken. Für Patienten, die ein diffus großzelliges B-Zelllymphom überlebt hatten, schienen besonders Zitrusfrüchte eine gute Wahl zu sein. Bei

follikulärem Lymphom fiel dagegen besonders grünes Blattgemüse positiv auf. Die zweite Studie (Leo und Kollegen, 2016 im Fachjournal *European Journal of Clinical Nutrition* veröffentlicht) fand dagegen keine klaren Zusammenhänge zwischen Ernährung vor der Diagnose und dem Überleben.

Bisher unklare Zusammenhänge zwischen Ernährung und Lymphomüberleben, mit Vorteil für Zitrusfrüchte und grünem Blattgemüse

Zusammenfassend zeigten sich keine klaren Zusammenhänge zwischen den Ernährungsvorlieben und der Sterblichkeit von Lymphompatienten in Remission oder ohne messbare Krebszellen. Bisher liegen zu dieser Frage zu wenige Daten vor. Lediglich zwei Untersuchungen konnten analysiert werden und boten inkonsistente Ergebnisse. Anhand der vorliegenden Analyse konnten insgesamt nur für Brustkrebspatientinnen Empfehlungen abgeleitet werden. Generell zeichneten sich jedoch auch für andere Krebserkrankungen Vorteile einer gesunden Ernährung ab, die viele Früchte und grüne Blattgemüse beinhaltet. Besonders Zitrusfrüchte schienen bei bestimmten Formen von Lymphoma vorteilhaft zu sein.

Referenzen:

Jochems SHJ, Van Osch FHM, Bryan RT, Wesselius A, van Schooten FJ, Cheng KK, Zeegers MP. Impact of dietary patterns and the main food groups on mortality and recurrence in cancer survivors: a systematic review of current epidemiological literature. *BMJ Open*. 2018 Feb 19;8(2):e014530. doi: 10.1136/bmjopen-2016-014530.