KRITISCH GELESEN

Prof. Dr. med.
H. S. Füeßl
Privatpraxis für
Integrative Innere
Medizin, München

Prof. Dr. med.
H. Holzgreve
Internist,
Kardiologische
Praxis, München

Prof. Dr. med.
M. Gross
Internistische Klinik
Dr. Müller,
München

Dr. med.
J. de Zeeuw
Internist,
Pneumologische
Praxis, Köln

Treue Gottesdienst-Besucher leben länger

Studien zur Bedeutung der Religiosität für die Gesundheit werden oft methodische Mängel vorgeworfen. Jetzt bestätigt eine anspruchsvolle Langzeitstudie eine positive Verknüpfung.

— In der prospektiven Nurses' Health Study gaben Frauen im Alter von 30–55 Jahren zwischen 1992 und 2012 ausführlich zu Lebensstil und medizinischer Vorgeschichte Auskunft. 74.534 Teilnehmerinnen, die anfangs frei von kardiovaskulären und malignen Erkrankungen waren, berichteten alle vier Jahre auch über die Teilnahme an religiösen, mehrheitlich christlichen Gottesdiensten. 14.158 besuchten mehrmals pro Woche eine solche Zeremonie, 30.401 einmal pro Woche, 12.103 seltener und 17.872 nie. Innerhalb der Beobachtungszeit verstarben 13.537 Probandinnen, darunter 2.721 an kardiovaskulären und 4.479 an malignen Krankheiten.

Die Gesamtmortalität der Frauen, die mehrmals pro Woche einen Gottesdienst besuchten, lag 33% niedriger als bei den Gottesdiens-Abstinenzlern. Die Sterblichkeit mit kardialer Ursache war um 27% verringert, jene mit maligner Ursache um 21%. Es zeigte sich eine gute Korrelation zur Häufigkeit der Besuche, auch Änderungen im Laufe der Jahre bildeten sich ab. Zahlreiche Einflussfaktoren wie Lebensstil, Risikofaktoren, Begleiterkrankungen und ethnische Herkunft wurden berücksichtigt.

■ Li S et al. Association of religious service attendance with mortality among women. *JAMA Intern Med.* 2016;176:777–85

KOMMENTAR

Untersuchungen zum Zusammenhang zwischen Religiosität und Gesundheit sind methodisch schwierig und werden vielfach skeptisch beurteilt. Auch die vorliegende Untersuchung hat Schwächen: Es wurden nur Frauen befragt, und nur ein Einzelaspekt der Frömmigkeit, der Gottesdienstbesuch, wurde analysiert. Doch überwiegen die positiven Aspekte: Es ist eine sehr umfangreiche Studie über einen langen Zeitraum mit regelmäßigen Zwischenbefragungen. Die Ergebnisse

stimmen für Gesamtmortalität und zwei ursachenspezifische Todesarten überein, es ergibt sich eine inverse „Dosiswirkungskurve“ zwischen der Sterblichkeit und der Häufigkeit von Gottesdienstbesuchen sowie ihren Änderungen im Laufe der Zeit, und die statistische Analyse ist robust.

Wer nicht an Wunder glaubt, dem bleibt die Ursache der Korrelation unklar. Zweifellos hat Religiosität viele positive emotionale, kognitive und soziale Stimuli und kann Verhalten und Wohlbefinden beeinflussen. Allerdings kann sie auch Schuldgefühle, Ängste, Intoleranz und Gewalt verursachen.

Prof. Dr. med. H. Holzgreve

Wird hier Langlebigkeit verströmt?

© Paolo Toffanin / Getty Images / iStock