



© Jupiter Images/photos.com plus

## FITNESS-STUDIE

## Heiraten macht schlapp

## Fitness in Gefahr!

**Wie viel Puste kostet es, verheiratet zu sein? Glaubt man den Ergebnissen einer Studie, müssen Eheleute nach der Heirat erhebliche Einbußen an kardiorespiratorischer Fitness gewärtigen, und zwar vor allem die Männer. Um wieder zu Kräften zu kommen, hilft nur eines: Scheidung.**

Den Zusammenhang verschiedener Übergangsformen im Familienstand mit der körperlichen Fitness – gemessen an der O<sub>2</sub>-Aufnahme in ml/kg Körpergewicht/Minute – hat ein internationales Team von Forschern unter Führung von Francisco

Ortega (Huddinge/Schweden) untersucht. Die Wissenschaftler bedienten sich dabei der Daten von 8871 Erwachsenen, die zwischen 1987 und 2005 an der Aerobic Center Longitudinal Study in Dallas, Texas, teilgenommen hatten. Zu Beginn und nach durchschnittlich dreijährigem Follow-up wurde die Fitness der Probanden während eines Belastungstests gemessen. Zudem fragte man sie jeweils nach ihrem Familienstand: Single, verheiratet, geschieden oder wiederverheiratet.

Männer, die während des Follow-up in den Stand der Ehe eingetreten waren, zeigten deutlichere Einbußen an Fitness (–1,4 ml/kg/min) als standhafte Junggesellen, die ihr Fitnessniveau halten konnten. Dagegen wuchsen die körperlichen Kräfte von Männern, die sich hatten scheiden lassen (+0,7 ml/kg/min). Nach eventueller

Wiederverheiratung ging es erneut signifikant bergab (–1,8 ml/kg/min).

Frauen, die Single geblieben waren, hatten an Fitness zugelegt (+1,9 ml/kg/min); immerhin wirkte sich eine Heirat bei ihnen weniger negativ auf die Kondition aus (–0,3 ml/kg/min). Doch der Unterschied zu den Singlefrauen war signifikant. Insgesamt erwiesen sich Frauen im Vergleich zu Männern als resistenter gegenüber Veränderungen der Familienverhältnisse.

An verbesserten Futterverhältnissen bzw. Ehespeck lässt sich der Konditionsverlust der zum Gatten avancierten Männer übrigens nicht festmachen. Denn etwaige Differenzen im Body-Mass-Index hatten die Forscher in alle Berechnungen einkalkuliert.

RB ■

Ortega FB et al. *Am J Epidemiol* 2011; 173: 337–334

## KARZINOM ENTDECKT

## Wie oft ist das Brustkrebs-Screening lebensrettend?

Das Mammografie-Screening habe ihr Leben gerettet, glauben viele Frauen, bei denen auf diese Weise Brustkrebs entdeckt wurde. In den meisten Fällen trifft das jedoch nicht zu.

Wahrscheinlich werde nur jede zehnte Frau durch den Screening-Befund vor dem Tod infolge eines Mammakarzinoms bewahrt. Meist handele es sich um Früh- oder Überdiagnosen ohne Auswirkung auf die Mortalität, so H. Gilbert Welch und Brittney A. Frankel, Hanover/New Hampshire.

Die beiden Mediziner haben mithilfe des amerikanischen Krebsregisters SEER die Wahrscheinlichkeit für eine Brustkrebsdiagnose per Screening sowie für den Tod durch Brustkrebs abgeschätzt. Daraus haben sie unter der Annahme verschiedener Mortalitätsreduktionen durch die Screening-Mammografie (relative Risikoreduktion von 5–25%) den Nutzen für Frauen verschiedener Altersstufen errechnet.

Ein Beispiel: Bei einer 50-Jährigen liegt die Wahrscheinlichkeit, dass das Screening in den nächsten zehn Jahren ein Mammakarzinom zutage fördert, bei 1910 pro 100 000. Ihr 20-Jahres-Risiko für einen brustkrebsbedingten Tod beträgt 990 pro 100 000. Wenn man optimistisch davon ausgeht, dass die (beobachtete) Mortalität als Folge des Screenings bereits

um 20% reduziert ist, wäre ohne Mammografie eine Brustkrebssterblichkeit von 1240 pro 100 000 zu erwarten. Das Screening würde damit also 250 krebsbedingte Todesfälle pro 100 000 Frauen verhindern. Damit wäre die Wahrscheinlichkeit, dass eine Frau, deren

Brustkrebs durch das Screening ans Licht gebracht wurde, tatsächlich durch das Screening vor dem Krebstod gerettet wurde, gerade einmal 13% (250/1910). Diese Wahrscheinlichkeit reduziert sich auf 3%, wenn man annimmt, dass das Screening die Brustkrebsmortalität nur um 5% reduziert.

Unabhängig vom Ausmaß der Risikoreduktion und dem Alter der Frau lag die Wahrscheinlichkeit jedoch immer unter 25%. Die Autoren gehen eher von einer Wahrscheinlichkeit unter 10% aus. „Es ist weitaus wahrscheinlicher, dass eine Frau mit einem im Screening entdeckten Brustkrebs von der Untersuchung keinen Nutzen hat“, so ihr Fazit.

BS ■

Welch HG et al. *Arch Int Med* 2011; publ. online October 24.; doi:10.1001/archinternmed.2011.476



© arteria photography

## Mammografie entdeckt Brustkrebs, aber rettet sie auch Leben?

Welch HG et al. *Arch Int Med* 2011; publ. online October 24.; doi:10.1001/archinternmed.2011.476