

Kardiorespiratorische Fitness korreliert mit Krebsrisiko

Eine gute kardiorespiratorische Fitness (CRF) könnte das Risiko von Männern senken, an Lungen- oder Prostatakrebs zu sterben, legen schwedische Daten nahe.

Für die prospektive Studie lagen Daten von fast 178.000 berufstätigen Männern vor, die einen Gesundheitscheck einschließlich einer CRF-Bewertung absolviert hatten. Der CRF-Wert, definiert durch die maximale Sauerstoffaufnahme, wurde mithilfe eines Ergometertests unterhalb der maximalen Belastung bestimmt.

Während der Nachbeobachtungszeit von knapp 10 Jahren wurden 499 Darm-, 283 Lungen- und 1.918 Prostatakrebskrankungen diagnostiziert, zudem kam es zu 152 darmkrebsbedingten Todesfällen, 207 aufgrund von Lungen- und 141 von Prostatakrebs. Höhere CRF-Werte waren mit einem signifikant um 2 % geringeren Darm- bzw. Lungenkrebsrisiko

assoziiert. Das krebsspezifische Mortalitätsrisiko war beim Kolorektalkarzinom um 2 %, bei Lungenkrebs um 3 % und beim Prostatakarzinom um 5 % reduziert.

Nach der Stratifizierung der Teilnehmer in 4 Gruppen nach CRF – sehr niedrig (≤ 25 ml/min/kg), niedrig (> 25 – 35 ml/min/kg), moderat (> 35 – 45 ml/min/kg) und hoch (> 45 ml/min/kg) – und vollständiger Adjustierung blieben die Assoziationen für die Darmkrebsinzidenz bestehen. Im Vergleich zu Männern mit sehr niedriger CRF war das Risiko für eine solche Erkrankung bei moderater und hoher CRF jeweils um 28 % bzw. 37 % verringert.

Bezüglich der prostatakrebsbedingten Mortalität korrelierten eine niedrige, moderate und hohe CRF mit einem jeweils signifikant um 33 %, 43 % bzw. 71 % reduzierten Sterberisiko. Das Risiko, an einem Lungenkarzinom zu sterben, war nur bei hoher CRF signifikant verringert (um 59 %). Die Adjustierung auf das Alter der Patienten wirkte sich insofern auf die As-

soziation mit Lungenkrebs und dadurch bedingten Todesfällen aus, dass geringere Risiken durch eine höhere CRF nur bei Männern ab 60 Jahren erkennbar waren. Die Ergebnisse zur Inzidenz von Prostatakarzinomen wurden durch das Alter beeinflusst, indem bei Teilnehmern unter 60 Jahren mit zunehmender CRF ein leicht erhöhtes Risiko beobachtet wurde.

Fazit: Die CRF scheint eine potenziell wichtige Rolle bei der Risikoreduktion verschiedener Krebsarten beim Mann zu spielen. Den Forschenden zufolge sollten diese Daten durch randomisierte klinische Studien gestützt werden und dabei auch die Exposition zu verschiedenen Zeitpunkten im Leben untersuchen.

Joana Schmidt

Ekblom-Bak E et al. Association Between Cardiorespiratory Fitness and Cancer Incidence and Cancer-Specific Mortality of Colon, Lung, and Prostate Cancer Among Swedish Men. *JAMA Netw Open*. 2023; 6(6):e2321102

Wie junge Menschen mit der Krebstherapie umgehen

Mit durchschnittlich neun verordneten Medikamenten mussten junge Patientinnen und Patienten mit Krebs in einer Studie zurechtkommen. Wie gut ihnen das gelang, zeigt die folgende Untersuchung.

Für krebserkrankte Jugendliche und junge Erwachsene (AYA) kann das Management ihrer Krebstherapie eine Herausforderung sein. Sie müssen mit komplexen Medikamentenschemata zurechtkommen, mit Ärzten sprechen und oftmals auch krebserbedingte Symptome ertragen. Das Selbstmanagement sowie die Hindernisse und Erleichterungen einer optimalen Medikamenteneinnahme untersuchten Forschende aus den USA.

An der Querschnittsstudie nahmen 30 krebserkrankte Menschen im Alter von 18 bis 29 Jahren teil. Alle Erkrankten erhielten eine Chemotherapie. Im Rahmen der Studie füllten sie digital einen Test zur Gesundheitskompetenz aus und be-

antworteten den PROMIS-Fragebogen zur Selbstwirksamkeit im Umgang mit Medikamenten. In einem Interview beantworteten sie Fragen zu ihrem Verhalten beim Medikamentenmanagement.

Die Auswertungen zeigen, dass über die Hälfte (63 %) der Befragten über eine begrenzte Gesundheitskompetenz verfügte, d. h. dass sie Hilfe z. B. beim Lesen von Informationen der Klinik oder beim Ausfüllen von Formularen benötigten.

Die meisten Studienteilnehmer hatten genaue Kenntnisse über ihre Medikamente und eine ähnliche Selbstwirksamkeit im Umgang mit Medikamenten wie Erwachsene. Etwa die Hälfte (53,3 %) gab an, ihren Medikamentenvorrat selbst-

ständig zu prüfen, die anderen benötigten hierfür Unterstützung. Allerdings waren viele AYA bei der Beschaffung (73,3 %) und Bezahlung (56,7 %) von Medikamenten auf die Eltern angewiesen.

Um an die Einnahme der Medikamente erinnert zu werden, nutzten die Befragten mehrere Strategien, z. B. die Uhrzeit (mittags, abends usw.), Alarmer, Kalender und Apps. 76,7 % dachten selbstständig an die Medikamenteneinnahme. 90 % gaben an, ihre Medikamente immer oder fast immer wie verordnet einzunehmen. Für 26,7 % war es nach eigenen Angaben eine Herausforderung, an die Medikamente zu denken.

Fazit: Junge Menschen mit Krebs erwiesen sich als sachkundig und zuversichtlich im Umgang mit komplexen Medikamentenregimen, benötigten aber Unterstützung. Für Ärzte bedeutet das, dass sie mit diesen Strategien zur Medikamenteneinnahme besprechen. Judith Neumaier

Erickson JM et al. Medication self-management behaviors of adolescents and young adults with cancer. *Support Care Cancer*. 2023;31(7):390