

Praxis & Medizin



Weniger Gebärmutterkrebs durch Sport

Einer Studie von Wissenschaftlern aus Norwegen zur Folge kann regelmäßige sportliche Aktivität bei der Vorbeugung von Gebärmutterkrebs helfen. Zu diesem Ergebnis kamen sie, nachdem sie die Daten von über 52.000 Frauen über einen Zeitraum von durchschnittlich 13 Jahren untersuchten und auswerteten.

Die Frauen hatten ein Alter zwischen 30 und 70 Jahren. 687 Studienteilnehmerinnen erkrankten innerhalb des Studienzeitraums an Gebärmutterkrebs. Bei 83,8 % von ihnen handelte es sich um den östrogenabhängigen Tumor des Typs 1.

Ein wichtiger Inhalt der Studie war die Frage nach der Intensität ihrer körperlichen Aktivität sowohl zu Beginn der Studie als auch nach sechs bis acht Jahren. Entsprechende Angaben zu sportlichen Aktivitäten sowie zur körperaktiven Gestaltung des Alltags, wie beispielsweise im Haushalt oder im Beruf, fanden dabei Berücksichtigung. Bei der Auswertung wurden viele wichtige Parameter wie Körpergewicht, Genussmittelkonsum, mögliche Verhütungsmittel, Zahl der Geburten, Menopause oder mögliche Hormonersatztherapien berücksichtigt.

Im Ergebnis zeigte sich, dass Frauen, die sich über Jahre hinweg wenig körperlich bewegten, ein mindestens doppelt so hohes Risiko hatten, an Gebärmutterkrebs zu erkranken wie diejenigen, die regelmäßig aktiv waren. Wer also mehr Sport trieb oder sich anderweitig körperlich fit hielt, konnte sein Erkrankungsrisiko um etwa 20-30 % reduzieren, so die Wissenschaftler.

Wie es zum positiven Einfluss körperlicher Aktivität auf das Krebsrisiko kommt und ob man nun spezielle Empfehlungen zur optimalen körperlichen Bewegung vor diesem Hintergrund geben kann, muss in weiteren Untersuchungen beleuchtet werden. Fest steht, dass **mangelhafte körperliche**

**Bewegung mitverantwortlich ist für das Auftreten einer
Gebärmutterhalskrebserkrankung.**

Immer informiert sind Sie mit unserem monatlichen Praxis-Newsletter. HIER direkt
anmelden (jederzeit kündbar).

Ihr Medicalcenter Frankfurt

Borch KB et al.

Physical activity and risk of endometrial cancer in the Norwegian Women and Cancer (NOWAC) study
Int J Cancer 4/2017; 140(8): 1809-1818.