



Vorteile von Übungen für Männer bei aktiver Überwachung

Bezug Guy DE, Vandersluis A, Klotz LH, et al. Der Gesamtenergieverbrauch und die körperliche Aktivität mit hoher Intensität sind bei Männern unter aktiver Überwachung mit einer geringeren Wahrscheinlichkeit einer Neuklassifizierung verbunden. (Link entfernt). 2018;21(2):187-195. Entwurf Retrospektive Vergleichsstudie Zielsetzung Es sollte der Zusammenhang zwischen intensiver körperlicher Aktivität und dem Fortschreiten der Krankheit bei Männern unter aktiver Überwachung auf Prostatakrebs untersucht werden. Teilnehmer Diese Studie kombiniert Daten von 2 Kohorten von Männern. Eine Gruppe wurde vom Sunnybrook Health Sciences Centre in Kanada (SHSC) und die zweite Gruppe vom Royal Marsden Hospital im Vereinigten Königreich (RMH) rekrutiert. Die SHSC-Gruppe bestand aus 131 Männern …



Bezug

Guy DE, Vandersluis A, Klotz LH, et al. Der

Gesamtenergieverbrauch und die körperliche Aktivität mit hoher Intensität sind bei Männern unter aktiver Überwachung mit einer geringeren Wahrscheinlichkeit einer Neuklassifizierung verbunden. (Link entfernt). 2018;21(2):187-195.

Entwurf

Retrospektive Vergleichsstudie

Zielsetzung

Es sollte der Zusammenhang zwischen intensiver körperlicher Aktivität und dem Fortschreiten der Krankheit bei Männern unter aktiver Überwachung auf Prostatakrebs untersucht werden.

Teilnehmer

Diese Studie kombiniert Daten von 2 Kohorten von Männern. Eine Gruppe wurde vom Sunnybrook Health Sciences Centre in Kanada (SHSC) und die zweite Gruppe vom Royal Marsden Hospital im Vereinigten Königreich (RMH) rekrutiert. Die SHSC-Gruppe bestand aus 131 Männern mit Prostatakrebs mit günstigem Risiko und die RMH-Gruppe bestand aus 112 Männern mit Prostatakrebs mit ähnlichem günstigen Risiko.

Diese 2 Gruppen wurden in 2 Untergruppen unterteilt: a) diejenigen, die einer aktiven Überwachung unterzogen wurden, und b) diejenigen, die anfänglich mit aktiver Überwachung behandelt wurden, aber später in eine Erkrankung mit höherem Risiko eingestuft und anschließend einer radikalen Behandlung unterzogen wurden. Diejenigen aus beiden Krankenhäusern, deren Krebs fortschritt und die auf eine radikale Behandlung umgestellt wurden, wurden „umklassifiziert“.

Studienparameter bewertet

Die körperliche Aktivität wurde durch Fragebögen erfasst. Der Zusammenhang mit körperlicher Aktivität wurde als Variable für

das Risiko einer Reklassifizierung des Status von der Überwachung zur Behandlung untersucht. Demografische und Lebensstil-Kovariaten wurden ebenfalls analysiert, um eine mögliche Verwirrung und Modifikation des Trainingseffekts zu bewerten.

Wichtige Erkenntnisse

Die gesamte körperliche Aktivität (Freizeitübungen plus arbeitsbezogene Übungen) war umgekehrt mit der Wahrscheinlichkeit einer Neuklassifizierung während der aktiven Überwachung assoziiert (P Trend = 0,027). Der Trend für einen inversen Zusammenhang, der nur mit körperlichem Training in der Freizeit beobachtet wurde, erreichte keine statistische Signifikanz (P Trend = 0,30). Männer, die an wöchentlicher intensiver körperlicher Aktivität teilnahmen, wurden mit signifikant geringerer Wahrscheinlichkeit neu klassifiziert als Männer, die dies nicht taten (Odds Ratio [OR]: 0,42; 95 % Konfidenzintervall [CI]: 0,20-0,85). Diese inversen Assoziationen mit der Gesamtbelastung waren nur signifikant, wenn die Daten aus beiden Krankenhauskohorten addiert wurden. Wenn jede Kohorte separat untersucht wurde, waren die Assoziationen nur starke Trends. Kräftige, hochintensive körperliche Aktivität war in beiden Kohorten signifikant mit einer Verringerung der Wahrscheinlichkeit einer Neuklassifizierung verbunden.

Implikationen üben

Bei Männern, bei denen Prostatakrebs mit geringem Progressionsrisiko diagnostiziert wurde, ist es heute zunehmend üblich, radikale Behandlungen (Bestrahlung oder Operation) hinauszuzögern und stattdessen einfach abzuwarten und zu beobachten, ob die Krankheit fortschreitet, eine Strategie, die als aktive Überwachung bekannt ist.¹ Diese Studie ist die erste, die die Vorteile von körperlicher Betätigung für Männer mit Prostatakrebs untersucht, die unter aktiver Überwachung stehen, und die Ergebnisse geben Anlass zu der Annahme, dass sie von körperlicher Betätigung profitieren werden.

Prostatakrebs widersetzt sich oft unseren fundierten Vermutungen darüber, was Vorteile bringt oder nicht, daher ziehen wir es vor, keine Annahmen auf der Grundlage anderer Krebsarten zu treffen.

Das Fazit, das diese Patienten hören und sich merken sollen, ist, dass Männer, die sich jede Woche intensiv bewegen, ein um 58 % geringeres Risiko für eine Krankheitsprogression haben als Männer, die dies nicht tun.

Basierend auf dieser Studie sollten wir Männer unter aktiver Überwachung ermutigen, Sport zu treiben, und diese Ergebnisse deuten darauf hin, dass intensives Training einen größeren Nutzen bringt.

Mehrere Mechanismen wurden vorgeschlagen, um die Auswirkungen von körperlicher Betätigung auf das Fortschreiten von Prostatakrebs zu erklären.² Erhöhte körperliche Aktivität verringert die Verfügbarkeit von Androgenen und insulinähnlichen Wachstumsfaktoren.^{3,4} Diese Hormone stimulieren die Androgenrezeptoren auf Prostatatumorzellen und lösen Zellproliferation und Krebsprogression aus.⁵ Es gibt auch Hinweise darauf, dass körperliche Aktivität die Anzahl der auf Tumorzellen vorhandenen Androgenrezeptoren verringert.⁶

Dies war keine perfekte Studie. Es war retrospektiv und stützt sich auf Patientenerinnerungen für Trainingsintensität, -dauer und -häufigkeit. Es stützt sich auch auf die Rückrufaktion des Patienten, um mögliche Störfaktoren zu berücksichtigen, insbesondere andere Lebensstilfaktoren wie Rauchen oder Ernährung, die das Risiko beeinflussen könnten. Bis sie jedoch durch größere, sorgfältiger durchgeführte Studien widerlegt werden, sind dies unsere einzigen Daten, die sich speziell mit dem Risiko der körperlichen Aktivität und dem Fortschreiten des

Prostatakrebses in der aktiven Überwachungspopulation befassen.

Das Fazit, das diese Patienten hören und sich merken sollen, ist, dass Männer, die sich jede Woche intensiv bewegen, ein um 58 % geringeres Risiko für eine Krankheitsprogression haben als Männer, die dies nicht tun. Wenn man diese Zahlen der Einfachheit halber rundet, könnte man sagen: „Übung reduziert das Risiko einer Krankheitsprogression um mehr als die Hälfte.“

1. Chen RC, Rumble RB, Jain S. Aktive Überwachung zur Behandlung von lokalisiertem Prostatakrebs (Cancer Care Ontario-Leitlinie): American Society of Clinical Oncology Clinical Practice Guideline Endorsement Summary. *J Oncol Pract*. 2016;12(3):267-269.
2. Wekesa A, Harrison M, Watson R. Körperliche Aktivität und ihre mechanistischen Auswirkungen auf Prostatakrebs. *Prostatakrebs Prostatadis*. 2015;18(3):197.
3. Barnard RJ, Ngo TH, Leung P, Aronson WJ, Golding LA. Eine fettarme Ernährung und/oder anstrengende körperliche Betätigung verändert die IGF-Achse in vivo und reduziert das Wachstum von Prostatatumorzellen in vitro. *Prostate*. 2003;56(3):201-206.
4. Schumann M, Mykkänen OP, Doma K, Mazzolari R, Nyman K, Häkkinen K. Auswirkungen von reinem Ausdauertraining im Vergleich zu kombiniertem Ausdauer- und Krafttraining in derselben Sitzung auf die körperliche Leistungsfähigkeit und Serumhormonkonzentrationen bei Freizeit-Ausdauerläufern. *Appl Physiol Nutr Metab*. 2014;40(1):28-36.
5. Heinlein CA, Chang C. Androgenrezeptor bei Prostatakrebs. *Endocr Rev*. 2004;25(2):276-308.

6. Teixeira G, Fávaro W, Pinheiro P, et al. Körperliche Übung an der ventralen Prostata der Ratte: Steroidhormonrezeptoren, Apoptose und Zellproliferation. *Scand J Med Sci Sports*. 2012;22(5):e86-e92.

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki