

Kommentar Expertenbeirat



Original-Titel

Nuss-Konsum und Überleben bei Patienten mit St. III Darmkrebs – CALGB 89803 (Alliance)

Autoren:

Fadelu et al., J Clin Oncol, 2018; (36):1112-1121.

Kommentar:

PD Dr. Georgia Schilling, Hamburg, 07.05.2018

Hintergrund:

Eine Reihe kürzlich veröffentlichter Beobachtungsstudien bei Darmkrebspatienten kamen zu dem Ergebnis, dass Essgewohnheiten und Lebensstil-Faktoren einen signifikanten Einfluss auf das Rezidivrisiko und das Risiko an der Erkrankung zu versterben, haben.

Mit einem höheren Rezidivrisiko und einer erhöhten Sterblichkeit sind beispielsweise Typ II Diabetes, Fettleibigkeit, westliche Ernährungsgewohnheiten, ein erhöhter Blutzuckerspiegel, vermehrter Genuss von zuckerhaltigen Getränken und ein bewegungsarmer Lebensstil vergesellschaftet. Diese Beobachtung wird v.a. auf eine Langzeit-Insulin-Erhöhung zurückgeführt. In prospektiven Kohorten-Studien zeigte sich, dass ein vermehrter Genuss von Nüssen mit einem geringeren Risiko für Typ II Diabetes oder ein metabolisches Syndrom assoziiert ist. Nüsse sind nährstoffreiche Nahrungsmittel, reich an ungesättigten Fettsäuren, Ballaststoffen, Vitaminen, Mineralien und anderen bioaktiven Substanzen wie Z.B. Antioxidantien und Phytosterolen.

Ergebnisse:

In dieser prospektiven Beobachtungsstudie mit mehr als 800 Patienten mit einem Stadium III Kolonkarzinom wurden Ernährungsgewohnheiten bezogen auf den Nusskonsum während der adjuvanten Chemotherapiephase per Fragebögen erhoben und mit dem Auftreten von Rezidiven und Sterblichkeit korreliert. Nach einem medianen Follow-Up von 6,5 Jahren hatten Patienten, die mehr als zweimal wöchentlich Nüsse aßen ein signifikant niedrigeres Risiko für das Auftreten eines Rezidivs, eine niedrigere Mortalität und eine signifikante Verbesserung im Gesamtüberleben. Dies gilt v.a. für den Genuss von „Baum-Nüssen“, für Erdnüsse, die zu den Gemüsen zählen, konnte diese statistische Signifikanz nicht gezeigt werden!

Zusammenfassung:

Ein vermehrter Genuss von Nüssen wirkt sich positiv auf das Überleben mit Darmkrebs aus, unabhängig von anderen Risiko- oder Lifestyle-Faktoren. Nüsse scheinen einen positiven Effekt auf Hyperinsulinismus und Energiestoffwechsel zu haben. Die hier dargestellten Ergebnisse sind konsistent zu Daten aus präklinischen Studien an Zelllinien und zu den bereits bekannten günstigen Effekten von Nüssen auf eine Reihe anderer chronischer Erkrankungen.