

Postdiagnostic dietary patterns, physical activity, and health-related quality of life and long-term survival after colorectal cancer

MSc Ilka Ratjen

1. Berichterstatter: Prof. Dr. W. Lieb

Das Kolorektale Karzinom (KRK) ist eine der häufigsten Krebserkrankungen weltweit. Aufgrund früherer Diagnosestellungen und effektiverer Therapieansätze steigt die Anzahl der KRK-Überlebenden kontinuierlich an. KRK-Überlebende haben ein großes Interesse an spezifischen Lebensstilempfehlungen, um ein erneutes Auftreten der Krebserkrankung zu verhindern und ihr Überleben zu verlängern. Darüber hinaus wird neben der Lebenszeitverlängerung auch die Lebensqualität von KRK-Überlebenden zu einem zunehmend relevanten Public Health-Thema. Die vorliegende Arbeit untersuchte die Assoziationen von definierten Ernährungsmustern, der körperlichen Aktivität und der Lebensqualität (je durchschnittlich 6 Jahre nach der Krebsdiagnose erhoben) mit der Gesamtmortalität von Langzeit-KRK-Überlebenden. Zudem wurden der Lebensqualitätsstatus und Korrelate der Lebensqualität von Langzeit-KRK-Überlebenden bestimmt.

Im Rahmen einer prospektiven Kohortenstudie mit anfänglich 2733 rekrutierten KRK-Überlebenden aus Norddeutschland wurden die Assoziationen zweier a priori-definierter Ernährungsmuster, der mediterranen Ernährung und der gesunden nordischen Ernährung, mit der Gesamtmortalität mithilfe von Cox-Regressionen untersucht. Außerdem wurde die postdiagnostische körperliche Gesamtaktivität, verschiedene Arten der körperlichen Aktivität, die Schlafenszeit während des Tages und in der Nacht und die Zeit, die vor dem Fernseher verbracht wurde, im Zusammenhang mit der Gesamtmortalität analysiert. Darüber hinaus wurde der Lebensqualitätsstatus der Langzeit-KRK-Überlebenden ermittelt und soziodemographische und klinische Korrelate der Lebensqualität im Querschnittsdesign mithilfe von logistischen Regressionsanalysen identifiziert. Cox-Regressionsanalysen wurden eingesetzt, um die Assoziation zwischen der Lebensqualität und der Gesamtmortalität zu untersuchen.

Eine Ernährung, die sich stärker an der mediterranen oder an der gesunden nordischen Ernährung orientierte, war mit einer geringeren Gesamtmortalität assoziiert. Ein höherer Umfang an körperlicher Gesamtaktivität und vor allem an Sport, Spaziergehen und Gartenarbeit zeigte ebenfalls eine Assoziation mit geringerer Gesamtmortalität. Längere Schlafenszeit am Tag und höherer Fernsehkonsum waren hingegen mit höherer Gesamtmortalität assoziiert. Die Lebensqualität der Langzeit-KRK-Überlebenden zeigte sich als relativ hoch. Geschlecht, Alter, Bildung, Tumorklassifikation, Metastasen, andere Krebserkrankungen, Therapieart und Stoma-Anlage wurden als statistisch signifikante Korrelate der Gesamt-Lebensqualität und verschiedener Lebensqualitätsbereiche identifiziert. Höhere Lebensqualität und bessere Funktionalität waren mit geringerer Gesamtmortalität assoziiert, während stärkere Symptomatik mit höherer Gesamtmortalität assoziiert war.

Aufgrund der vorhandenen Evidenz ist es sinnvoll, KRK-Überlebende zu einer gesunden Ernährungsweise und regelmäßiger körperlicher Aktivität zu ermutigen. Zukünftige Studien sind notwendig, die Lebensstilfaktoren bei Langzeit-KRK-Überlebenden (>5 Jahre nach der Diagnose) in Zusammenhang mit dem Gesundheitszustand erforschen, um spezifische Lebensstilempfehlungen für Krebsüberlebende entwickeln zu können. Die Untersuchung der Lebensqualität von Langzeitkrebsüberlebenden könnte die Implementierung gezielter Gesundheitsprogramme für Krebsüberlebende ermöglichen.