

## Sport schützt das Herz nach einer Strahlentherapie

**Datum:** 11.11.2021

**Original Titel:**

Risk of cardiac disease after adjuvant radiation therapy among breast cancer survivors

**DGP - Wenn sich Brustkrebspatientinnen nach einer [Strahlentherapie](#) ausreichend bewegen, scheinen sie nicht häufiger als Frauen aus der Allgemeinbevölkerung unter akuten Herzerkrankungen zu leiden. In weiteren Studien sollte nun ermittelt werden, wie viel Sport für den Schutz vor Herzerkrankungen notwendig ist. Bis dahin kann schon festgehalten werden: Sport tut Brustkrebspatientinnen gut.**

---

Eine [Strahlentherapie](#) nach der Operation soll das Rückfallrisiko bei Brustkrebspatientinnen minimieren. Allerdings hat eine Strahlentherapie auch Nebenwirkungen, die u. a. das Herz betreffen können. Wissenschaftler untersuchten deshalb, ob sich das Risiko für Herzkrankheiten zwischen Brustkrebspatientinnen, die eine Strahlentherapie erhalten haben und Frauen aus der Allgemeinbevölkerung unterscheidet und wenn ja, welche Faktoren Brustkrebspatientinnen womöglich schützen können.

### Vergleich von Brustkrebspatientinnen mit Frauen ohne Krebs

Für die Studie wurden 1015 Frauen herangezogen, die mit 8120 Frauen aus der Allgemeinbevölkerung verglichen wurden. Die Frauen der beiden Gruppen wurden so angeglichen, dass sie sich in Hinblick auf Alter, Begleiterkrankungen und ehemaliges oder derzeitiges Rauchen nicht unterschieden.

### Je sportlicher die Brustkrebspatientinnen waren, desto niedriger war ihr Risiko für Herzkrankheiten

Die Nachbeobachtungszeit betrug  $6,1 \pm 3,0$  Jahre. Die Brustkrebspatientinnen mit Strahlentherapie waren nicht häufiger als die Frauen der Allgemeinbevölkerung von akuten Herzerkrankungen betroffen. Weiterführenden Analysen zeigten, dass dies aber nur der Fall war, wenn sich die Brustkrebspatientinnen regelmäßig bewegten. Denn Brustkrebspatientinnen, die eine Strahlentherapie erhalten hatten und nicht regelmäßig Sport betrieben, litten häufiger als Frauen der Allgemeinbevölkerung unter akuten Herzerkrankungen. Ebenso wurde ein höheres Risiko für akute Herzerkrankungen nach der Strahlentherapie gesehen, wenn die Brustkrebspatientinnen unter einer Behinderung litten.

Die Wissenschaftler schlussfolgerten, dass Frauen mit Brustkrebs nach einer Strahlentherapie ihr Risiko für akute Herzerkrankungen dem von Frauen aus der Allgemeinbevölkerung angleichen können, wenn sie sich ausreichend bewegen. Dies unterstreicht, wie wichtig es für Brustkrebspatientinnen ist, regelmäßig sportlich aktiv zu sein. Weitere Studien werden nun benötigt, um diese Ergebnisse zu bestätigen und das Ausmaß an Bewegung zu bestimmen, welches

für einen Schutz vor Herzerkrankungen benötigt wird.

**Referenzen:**

Chang J, Shin J, Park EC, Kim YB. Risk of cardiac disease after adjuvant radiation therapy among breast cancer survivors. Breast. 2019 Feb;43:48-54. doi: 10.1016/j.breast.2018.11.003. Epub 2018 Nov 9.

DCP DeutschesGesundheitsPortal

# MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

## Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

---

---

---

## Meine Fragen

---

---

---

## Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

---

---

---

## Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am \_\_\_\_\_:

---

---

---

---

---

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“