

Ruth Elisa Eyl

Dr. sc.hum.

Physical activity and quality of life among long-term colorectal cancer survivors

Fach/Einrichtung: DKFZ (Deutsches Krebsforschungszentrum)

Doktorvater: Priv.-Doz. Dr. med. Volker Arndt

Darmkrebs als dritthäufigste Krebsart ist für jeden zweiten Krebstod weltweit verantwortlich. Früherkennung, verbesserte Therapiemöglichkeiten sowie das Älterwerden und Wachstum der Bevölkerung haben maßgeblich dazu beigetragen, dass sich die Anzahl der langzeitüberlebenden Darmkrebspatienten (fünf Jahre nach Diagnose oder länger) kontinuierlich erhöhte. Viele Darmkrebspatienten erleben jedoch noch lange nach ihrer Diagnose Einbußen in der Lebensqualität (dabei ist Fatigue ein Symptom, das sich besonders negativ auf die Lebensqualität von Krebspatienten auswirkt). Demzufolge ist die Verbesserung der Lebensqualität als auch die Verringerung von Fatigue von langzeitüberlebenden Darmkrebspatienten von großer klinischer Relevanz. Evident ist, dass körperliche Aktivität bzgl. Darmkrebs prognostisch relevant ist und zudem positiv mit Lebensqualität assoziiert ist. Bisherige Studien beziehen sich allerdings fast ausschließlich auf den Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und Lebensqualität bei Darmkrebspatienten binnen der ersten fünf Jahre nach Diagnose.

Um den aktuellen Wissensstand in Bezug auf den Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und Lebensqualität bei langzeitüberlebenden Darmkrebspatienten aufzuzeigen wurde ein systematischer Review durchgeführt. Darin zeigte sich, dass sowohl höhere als auch niedrigere Intensitäten körperlicher Aktivität positiv mit der Lebensqualität von langzeitüberlebenden Darmkrebspatienten assoziiert waren. Zudem schien dieser Zusammenhang bei Frauen stärker zu sein als bei Männern. Allerdings ist die Aussagekraft des systematischen Reviews begrenzt, da er hauptsächlich auf querschnittlichen Beobachtungsstudien beruht und nur zwei der sieben einbezogenen Studien sich ausschließlich auf Langzeitüberlebende fokussierten.

In anschließenden Auswertungen wurden anhand der Daten aus der bevölkerungs-bezogenen DACHS-Studie, mit Follow-up fünf Jahre nach Diagnose, die Ergebnisse des Reviews bestätigt und erweitert. Es zeigte sich keine positive Assoziation zwischen körperlicher Aktivität vor Diagnose und der Lebensqualität von Überlebenden fünf Jahre nach Diagnose. Arbeitsbedingte und schwere körperliche Aktivität vor Diagnose gingen sogar mit Beeinträchtigungen in einigen Lebensqualitätsbereichen einher. Insgesamt scheint also körperliche Aktivität vor Diagnose die Folgen von krebsbedingten Beeinträchtigungen in der Lebensqualität von langzeitüberlebenden Darmkrebspatienten weder zu verhindern noch

abzumildern. Im Gegensatz dazu war körperliche Aktivität fünf Jahre nach Diagnose stark mit verbesserter Lebensqualität assoziiert. Darüber hinaus hatten Überlebende, die sowohl vor als auch nach Diagnose körperlich aktiv waren sowie Überlebende, die ihre körperliche Aktivität nach der Diagnose steigerten, eine signifikant höhere Lebensqualität als inaktive Überlebende vor und nach Diagnose.

Aufgrund der großen Bedeutung von Fatigue in Hinblick auf die Lebensqualität von Krebspatienten wurde gezielt die Assoziation zwischen körperlicher Aktivität sowohl vor als auch nach Diagnose und Fatigue untersucht. Dabei zeigte sich analog der vorherigen Auswertung eine starke Assoziation zwischen körperlicher Aktivität nach Diagnose und signifikant verringerter körperlicher, kognitiver und affektiver Fatigue. Auch Überlebende, die vor und nach Diagnose körperlich aktiv waren und Überlebende, die nach Diagnose körperlich aktiv wurden, wiesen auf allen Fatigueskalen einen signifikant niedrigeren Wert auf als inaktive Überlebende vor und nach Diagnose. Die Ergebnisse beider Analysen unterstreichen die Notwendigkeit körperlicher Aktivität nach einer Darmkrebsdiagnose. Die querschnittlichen Assoziationen zwischen körperlicher Aktivität und Lebensqualität als auch Fatigue sollten jedoch wegen möglicher reverser Kausalität mit Vorsicht interpretiert werden.

Da gezeigt werden konnte, dass körperliche Aktivität neben einer verbesserten Prognose mit verbesserter Lebensqualität von Darmkrebspatienten assoziiert ist, wurde eine weitere Analyse durchgeführt, die sich mit den Barrieren körperlicher Aktivität bei langzeitüberlebenden Darmkrebspatienten befasste. Eine Reihe von Faktoren, wie das Leben mit einem Stoma, das Wohnen in einer bevölkerungsreicheren Gegend, ein höheres Lebensalter, Scheidung, Rauchen oder Fettleibigkeit waren fünf Jahre nach Diagnose mit einer höheren Wahrscheinlichkeit körperlicher Inaktivität assoziiert. Darüber hinaus war die körperliche Aktivität vor Diagnose ein starker Prädiktor bezüglich der körperlichen Aktivität fünf Jahre nach Diagnose.

Die Ergebnisse dieser Dissertation ergänzen den aktuellen Forschungsstand bzgl. der zentralen Rolle von körperlicher Aktivität für die Lebensqualität von langzeitüberlebenden Darmkrebspatienten. Darüber hinaus könnten die Ergebnisse genutzt werden, um Risikogruppen für körperliche Inaktivität gezielt zu unterstützen. Weitere prospektive und randomisierte kontrollierte Studien sind jedoch erforderlich, um mehr über die kausalen Zusammenhänge der gefundenen Ergebnisse aussagen zu können und um somit eine solide Grundlage für Empfehlungen zur körperlichen Aktivität und für Strategien zur Überwindung von körperlicher Inaktivität bereitzustellen. Darüber hinaus sollten prospektive Studien die Assoziation zwischen körperlicher Aktivität und Lebensqualität oder Fatigue zu mehreren Zeitpunkten vor und nach Diagnose untersuchen, um zu bestimmen, ob und in welcher Weise sich der Effekt der Assoziation verändert. Zukünftige Studien sollten objektive Messungen von

körperlicher Aktivität und auch Lebensqualitätsfragebögen in Betracht ziehen, die sowohl psychische als auch körperliche Aspekte abdecken, welche speziell für langzeitüberlebende Krebspatienten relevant sind.