

Pressestatement Prof. Dr. med. Renate Oberhoffer-Fritz zum Weltkrebstag

Wo steht die Krebsprävention heute?

Prof. Dr. med. Renate Oberhoffer-Fritz: „Krebsprävention ist enorm wichtig, daran besteht kein Zweifel. Die tragenden Säulen der Krebsprävention sind vorbeugende Maßnahmen und Untersuchungen zur Früherkennung. Durch die Erkenntnisse aus der Forschung der letzten Jahrzehnte ist bekannt, dass wir etwa 40 Prozent aller Krebserkrankungen durch einen gesunden Lebensstil vermeiden können. Unser Lebensstil wirkt sich direkt auf die sogenannten beeinflussbaren Risikofaktoren für Krebserkrankungen aus, wie zum Beispiel körperliche Inaktivität, Übergewicht, ungesunde Ernährung, Genussmittelkonsum oder UV-Strahlung. Dies bedeutet jedoch auch, dass wir uns vor einigen Krebsarten nicht schützen können und auch durch einen gesunden Lebensstil das Risiko besteht, zu erkranken. Umfassende Beobachtungsstudien zeigen beispielsweise, dass körperliche Aktivität das Risiko an besonders häufig auftretenden Krebsarten wie unter anderem Brust-, Dickdarm-, Nieren- oder auch Blasenkrebs deutlich senken kann. Und auch über die sogenannte Primärprävention, also die Verhinderung von Krebserkrankungen, hinaus ist die positive Wirkung von körperlicher Aktivität im Hinblick auf das Überleben und das Rückfallrisiko bekannt, besonders bei Betroffenen mit Brust- und Dickdarmkrebs. Eine gesunde Ernährung in Kombination mit körperlicher Aktivität trägt zudem zu einem gesunden Körpergewicht und damit zur Krebsprävention bei. Wer Unterstützung bei der Entwicklung und Etablierung eines gesunden Lebensstils braucht, kann sich an das Präventionszentrum der Fakultät für Sport- und Gesundheitswissenschaften am TUM Campus im Olympiapark wenden. Neben wissenschaftlichen Studien werden hier unterschiedliche Untersuchungen und Beratungen angeboten (medizinische, biomechanische, motorische, leistungsphysiologische Diagnostik).“

Wann macht es Sinn, bei Kindern und Jugendlichen mit Prävention zu starten?

Prof. Dr. med. Renate Oberhoffer-Fritz: „Während die Primärprävention das Ziel verfolgt, die Krebsentstehung an sich zu verhindern, fokussieren die Sekundär- und Tertiärprävention auf die Vermeidung und Verminderung des Fortschreitens der Erkrankung und krankheitsbedingter Spätfolgen. Primärprävention sollte so früh wie möglich beginnen. Angefangen bei unseren Kindern, denn die Basis eines gesunden Lebensstils – ein bedeutender Baustein in der Krebsprävention – sollte bereits in der Kindheit geschaffen werden. Die Etablierung körperlicher Aktivität, das Erlernen eines gesunden Ernährungsstils, der verantwortungsvolle Umgang mit Genussmitteln und auch das Wissen über Maßnahmen zum UV-Schutz sollte für Kinder und Jugendliche ein fester Bestandteil des Aufwachsens sein. Erwachsene sollten hier natürlich mit gutem Beispiel vorangehen. Dadurch kann zumindest ein Teil der Krebserkrankungen im Erwachsenenalter effektiv verringert werden. Gegen Krebserkrankungen im Kindes- und Jugendalter schützen diese Präventivmaßnahmen leider nicht, da der Lebensstil bei diesen Erkrankungen keine Rolle spielt. Umso bedeutender ist bei krebserkrankten Kindern und Jugendlichen hingegen die Sekundär- und Tertiärprävention, um krankheits- und therapiebedingte Nebenwirkungen und Folgeerkrankungen zu mindern. In München wurde deshalb vor fünf Jahren in einem Kooperationsprojekt zwischen der Kinderhämatologie und -Onkologie der München Klinik Schwabing, der Kinderklinik des Klinikums rechts der Isar der TUM und dem Lehrstuhl für Präventive Pädiatrie der Fakultät für Sport- und Gesundheitswissenschaften der TUM bereits ab dem Beginn der Therapie ein Angebot zur Bewegungsförderung und Sporttherapie implementiert. Die jungen Patient*innen werden so von der Diagnose bis in die Nachsorge sportwissenschaftlich betreut. Ziel ist es, die körperliche Aktivität kontinuierlich zu fördern, um die bekannten positiven Effekte auf die geistige, körperliche und soziale Entwicklung sowie die Therapienebenwirkungen zu nutzen. Nach Abschluss der Behandlung stehen den Kindern und Jugendlichen unterschiedliche sportliche Nachsorgeangebote zur Verfügung, unter anderem eine integrative Sportgruppe am Kuratorium für Prävention und Rehabilitation. Darüber hinaus wird die Evidenz der Angebote im Rahmen wissenschaftlicher Studien in Kooperation mit den beiden Münchener Kinderonkologien gestärkt.“ (Stand: 27.01.2022)