

Risikofaktor für Krebs: Übergewicht

Anlässlich des Weltkrebstages am 4. Februar betonen Wissenschaftler aus dem Deutschen Krebsforschungszentrum die Bedeutung von Übergewicht für das Risiko, an Krebs zu erkranken. Übergewicht und Fettleibigkeit sowie die damit einhergehenden Stoffwechselstörungen sind ernstzunehmende Risikofaktoren bei einer Vielzahl an Krebserkrankungen. Sie könnten sogar dem Rauchen den Rang als Krebsrisikofaktor Nummer eins ablaufen. Zu den Erkrankungen, bei denen ein gesicherter Zusammenhang zu Übergewicht besteht, zählen Nierenkrebs, Darmkrebs, Brustkrebs nach den Wechseljahren sowie vor allem Krebs der Speiseröhre und der Gebärmutter Schleimhaut.

Zahlreiche epidemiologische Untersuchungen der letzten Jahrzehnte kommen zu dem Ergebnis, dass in westlichen Industrieländern etwa die Hälfte aller Krebstodesfälle durch Umwelt- und Lebensstilfaktoren verursacht werden und daher grundsätzlich vermeidbar wären. Doch der Beitrag einzelner Faktoren zum Gesamtkrebsrisiko wird heute anders eingeschätzt als noch vor einigen Jahren. So schreibt eine vielzitierte Untersuchung der Harvard-Universität aus dem Jahr 1996 dem Rauchen sowie der Ernährung jeweils einen Anteil von 30 Prozent am Gesamtkrebsrisiko zu – über Übergewicht als eigenen Krebsrisikofaktor wird jedoch nur vage spekuliert. In der Aktualisierung dieses Reports im Jahr 2002 dagegen schätzen die Autoren den Risikobeitrag von Übergewicht und Fettleibigkeit bereits auf 10 Prozent für Männer und sogar 15 bis 20 Prozent bei Frauen. „Inzwischen sind wir an einem Punkt, an dem wir die Fettleibigkeit als Krebsrisikofaktor mindestens genauso ernst nehmen müssen wie das Rauchen“, sagt Prof. Dr. Otmar D. Wiestler, der Vorstandsvorsitzende des Deutschen Krebsforschungszentrums (DKFZ).



Prof. Dr. Rudolf Kaaks
© DKFZ

Der DKFZ-Epidemiologe Prof. Dr. Rudolf Kaaks hält es für noch aussagekräftiger, die Krebsarten, bei denen Übergewicht erwiesenermaßen eine Rolle spielt, getrennt zu betrachten: So gilt in der Hälfte

der Fälle von Krebs der Gebärmutter Schleimhaut (Endometrium) Übergewicht als Ursache, beim häufigen Brustkrebs nach den Wechseljahren gehen nach heutigen Schätzungen etwa 20 Prozent auf das Konto von Übergewicht und Fettleibigkeit. Die Steigerung des Krebsrisikos durch Übergewicht genau abzuschätzen, wird auch durch uneinheitliche Definitionen erschwert. Wo endet Normalgewicht, wann beginnt Fettleibigkeit? Es mehren sich außerdem die Hinweise darauf, dass der meist verwendete „Body Mass Index“ (Körpergewicht [kg] dividiert durch das Quadrat der Körpergröße [m²]) kein ideales Maß für gefährliche Fettleibigkeit ist: „Es spricht vieles dafür, dass vor allem das so genannte viszerale Fett zwischen den Bauchorganen eine gefährliche Rolle bei der Krebsentstehung spielt. Davon können auch relativ schlanke Personen zu viel angesammelt und dadurch ein erhöhtes Krebsrisiko haben“, warnt der Experte.

Welche Zusammenhänge bestehen zwischen Übergewicht und Krebs?



Prof. Dr. Stephan Herzig
© DKFZ

Welche physiologischen Zusammenhänge zwischen Übergewicht und Krebs bestehen, erforscht Prof. Dr. Stephan Herzig, Stoffwechselexperte im DKFZ: „Veränderte Insulin- und Geschlechtshormon-Spiegel werden lange schon als Ursache diskutiert. Inzwischen wissen wir, dass auch die so genannten Adipokine, Hormone, die das Fettgewebe selbst ausschüttet, das Krebswachstum fördern.“ Außerdem gilt unter Stoffwechsel-Fachleuten die Fettleibigkeit als chronisch-entzündlicher Zustand; die zahlreichen Entzündungszellen im Fettgewebe geben entzündungsfördernde Botenstoffe ab, was die Krebsentstehung begünstigt.

Prof. Dr. Karen Steindorf, die im Deutschen Krebsforschungszentrum und im Nationalen Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) Heidelberg die Effekte von körperlicher Aktivität bei Krebs untersucht, weist darauf hin: „Belebte Menschen können ihr Krebsrisiko durch Sport auch dann senken, wenn sie dabei gar nicht deutlich abnehmen.“ Übergewicht und mangelnde körperliche Aktivität sind bei zahlreichen Krebsarten wie z.B. Darmkrebs oder Brustkrebs nach den Wechseljahren weitgehend voneinander unabhängige Risikofaktoren. Das bedeutet, dass körperliche Aktivität nicht nur vor Krebs schützt, indem sie Menschen abnehmen lässt, sondern auch über andere physiologische Mechanismen, die noch untersucht werden.

Heute schon lassen sich Verhaltensänderungen beobachten, die in Zukunft das Rauchen mit Sicherheit vom dramatischen ersten Platz unter den Krebsrisikofaktoren verbannen werden: Zwischen 2002 und 2010 hat sich in Deutschland die Rate rauchender Jugendlicher halbiert – von 28 Prozent auf 13 Prozent. „Hier haben spezifische Präventionsmaßnahmen wie Preiserhöhungen und Rauchverbote Wirkung gezeigt“, sagt die DKFZ-Expertin für Tabakprävention, Dr. Martina Pötschke-Langer, und führt aus: „Und das, obwohl Deutschland nicht zu den führenden Nationen im Bereich

der Tabakkontrolle zählt.“ Die Medizinerin freut sich besonders über diesen Trend, da die Rate jugendlicher Raucher ein guter Indikator für das Rauchverhalten der Gesamtbevölkerung ist. Über 80 Prozent der Raucher beginnen bereits vor ihrem 18. Geburtstag mit dem Rauchen. „Das wird sich in 20 bis 30 Jahren deutlich in der Lungenkrebsstatistik niederschlagen!“

Der Weltkrebstag findet jährlich am 4. Februar statt und hat zum Ziel, die Vorbeugung, Erforschung und Behandlung von Krebs ins öffentliche Bewusstsein zu rücken. Er wurde 2006 von der Union Internationale Contre le Cancer (UICC), der Weltgesundheitsorganisation WHO und anderen Organisationen ins Leben gerufen.

Pressemitteilung

06.02.2012

Quelle: DKFZ (02.02.2012)

Weitere Informationen

über Krebsprävention und Krebsrisikofaktoren gibt der Krebsinformationsdienst des Deutschen Krebsforschungszentrums:

Tel.: 0800/ 420 30 40 (täglich von 8 bis 20 Uhr)

E-Mail: [krebsinformationsdienst\(at\)dkfz.de](mailto:krebsinformationsdienst(at)dkfz.de)

- ▶ [Krebsinformationsdienst](#)
- ▶ [Index:](#)
[DKFZ](#)

The logo for the German Cancer Research Center (DKFZ) is displayed in a large, bold, blue, lowercase sans-serif font. The letters are 'dkfz.' with a period at the end. The 'd' is the largest, followed by 'k', 'f', and 'z'. The period is a solid blue circle.