

PRESSEMITTEILUNG 04/2009 vom 2.4.2009:

Mit Krafttraining gegen ungewollten Gewichtsverlust

Bonn – Tumorerkrankungen sind oft die Ursache für einen ungewollten, raschen Gewichtsverlust mit schweren Folgeerscheinungen. Je nach Krebsart nehmen zwischen 10 und 80 Prozent der Patienten in kurzer Zeit dramatisch ab. Das Auszehren des Organismus, d. h. der Verlust von zehn Prozent des Ausgangsgewichts innerhalb eines halben Jahres, wird in der Medizin als Tumorkachexie bezeichnet.

Diese fortschreitende Schwächung des Körpers kommt insbesondere bei bösartigen Geschwulsten im Verdauungstrakt und in der Lunge vor. Dr. Holger Krakowski-Roosen, Leiter der Arbeitsgruppe Sport und Krebs vom Deutschen Krebsforschungszentrum (DKFZ) in Heidelberg, weiß, dass 30 bis 50 Prozent der Patienten mit Magen- und Darmkrebs nicht am Tumor selbst, sondern an der Kachexie sterben.

Die ungewollte Gewichtsabnahme wird durch verschiedene Faktoren ausgelöst. Hierzu zählen ein gesteigerter Energieverbrauch, mangelnder Appetit sowie wohl auch molekulare und biochemische Signale, die von den Krebszellen selber kommen. Der Körper beginnt zu Anfang der Krankheit mit dem vermehrten Abbau von Körperfett und lagert die Fettsäuren verstärkt in der Leber ein, was zur Entwicklung einer Fettleber führen kann. In der zweiten Krankheitsphase macht sich der Verlust von Muskelmasse durch den Abbau von Eiweiß bemerkbar. In der Folge ermüden die Patienten stark, werden infektanfälliger und schonen sich immer mehr. Alles samt schlechte Voraussetzungen für eine erfolgreiche Krebsbehandlung mit Chemotherapie und Bestrahlungen sowie für eine rasche Rekonvaleszenz nach einer Tumoroperation.

Wissenschaftler vom DKFZ untersuchen die Ursachen des fatalen Gewichtsverlusts und gehen unterschiedliche Wege, um die Tumorkachexie zu verhindern. Neben einer auf die Bedürfnisse des Krebspatienten abgestimmten Ernährungsform sowie Forschungsarbeiten im Bereich Medikamente und Genetik entwickelt der Sportwissenschaftler Krakowski-Roosen Bewegungsprogramme, um dem Muskelabbau entgegenzuwirken. Er hat in einer Forschungsstudie zeigen können, dass 16 kraftbetonte Trainingseinheiten die Muskelkraft der Probanden durchschnittlich um 20 Prozent steigern können. Dass der Muskelabbau beim Krebspatienten somit ein umkehrbarer Prozess ist, ist eine gute Nachricht für alle Betroffenen. Damit ein solches Aufbautraining möglichst bald in allen Rehabilitationseinrichtungen durchgeführt werden kann, entwickelt er Standards für ein optimales Krafttraining.

Die wissenschaftlichen Bemühungen zur Verbesserung des Ernährungszustandes bei Krebsleiden mit dem Ziel einer besseren Lebensqualität und längeren Überlebenszeit unterstützt der Bundesverband der Hersteller von Lebensmitteln für eine besondere Ernährung, kurz Diätverband, mit einer Aufklärungsaktion für eine regelmäßige Gewichtskontrolle von Krebspatienten. Schließlich ist gerade der ungewollte Gewichtsverlust ein erstes ernstzunehmendes Symptom für einen schlechten Ernährungszustand. Patienten wie Ärzte können bei der Gewichtskontrolle auf eine kostenlose Gewichtskarte und eine Erfassungssoftware für den PC zurückgreifen.

Beide Module wurden mit Unterstützung der Deutschen Krebsgesellschaft und der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM) entwickelt. Für Patienten stehen auch Aufklärungsbroschüren mit Ernährungstipps zur Verfügung. Broschüren, Gewichtskarte und Software können aus dem Internet unter www.ungewollter-gewichtsverlust.de herunter geladen werden.

Hinweis an die Redaktionen:

Auf Anfrage stellen wir Ihnen gern eine Infografik zum Thema zur Verfügung. Bitte rufen Sie uns an: 06257-507990.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:

Bundesverband der Hersteller von Lebensmitteln
für eine besondere Ernährung e. V.
Godesberger Allee 142 -148
53175 Bonn
Tel. 0228-30851-0
www.diaetverband.de

Postina Public Relations GmbH
Alte Bergstraße 27
64342 Seeheim-Jugenheim
Tel. 06257-50799-0
E-Mail: office@postina-pr.de