

Lichaamsbeweging verlaagt mogelijk het risico op erfelijke borstkanker

Amsterdam, 7 september 2009

Vrouwen die draagster zijn van een mutatie in het BRCA1 of BRCA2 gen hebben mogelijk een verlaagde kans op borstkanker als zij lichamelijk actief zijn (geweest). BRCA1/2 draagsters hebben door de genetische mutatie een sterk verhoogd risico op borst- en eierstokkanker. Volgens de onderzoekers ir. Anouk Pijpe en dr. Matti Rookus, verbonden aan het Nederlands Kanker Instituut – Antoni van Leeuwenhoek ziekenhuis (NKI-AvL) zal dit onderzoek eerst bevestigd moeten worden door andere onafhankelijke studies alvorens definitieve conclusies kunnen worden getrokken. Het onderzoek wordt binnenkort in het wetenschappelijke tijdschrift *Breast Cancer Research and Treatment* gepubliceerd.

In het landelijke onderzoek is aan 1120 vrouwen, allen BRCA1/2 draagsters, gevraagd een vragenlijst over hun lichamelijke activiteiten patroon en lichaamsgewicht in te vullen. Bij 524 vrouwen was borstkanker vastgesteld. Uit het onderzoek blijkt dat sporten het risico op borstkanker lijkt te verlagen. Voor BRCA1/2 draagsters die voor hun 30^{ste} levensjaar minimaal 2 uur per week een sport uitoefenden met een gemiddelde intensiteit was het risico op borstkanker 36% lager dan voor draagsters die minder of niet sportten. Na het 30^{ste} levensjaar bleek het aan sport doen (1 uur per week of meer) het risico met 37% te verlagen. Het lijkt dus van belang gedurende het hele leven lichamelijk actief te blijven. Of het gunstige effect samenhangt met het aantal uur per week dat gesport wordt of met de intensiteit van het sporten kon niet vastgesteld worden. In het onderzoek is rekening gehouden met onder andere lichaamsgewicht, de mate van activiteit op het werk en andere bekende risicofactoren voor borstkanker, dus het resultaat dat sporten de kans op borstkanker in BRCA1/2 draagsters zou kunnen verlagen is hiervan onafhankelijk.

Het is al langer bekend dat lichaamsbeweging het risico op borstkanker in de algemene bevolking vermindert. Onder BRCA1/2 draagsters is dit onderzoek echter een van de eerste is op dit gebied. De onderzoekers vinden het daarom te vroeg voor specifieke aanbevelingen. Pijpe: "Dit onderzoek betreft een betrekkelijk klein aantal vrouwen en is uitgevoerd door naar zowel borstkankerdiagnose als lichamelijke activiteit terug te vragen. Bij sommige vrouwen was de diagnose borstkanker al vele jaren geleden gesteld. Bovendien is het herinneren van lichamelijke activiteit in het verre verleden moeilijk. De resultaten van dit onderzoek dienen daarom eerst door onafhankelijke studies te worden bevestigd. Dit soort onderzoek is inmiddels in gang gezet, maar de resultaten zullen nog enkele jaren op zich laten wachten."

De Nederlandse Norm voor Gezond Bewegen adviseert tenminste 5, bij voorkeur alle dagen van de week, een half uur matig intensief lichamelijk actief te zijn. De onderzoekers Pijpe en Rookus adviseren om in elk geval deze norm aan te houden omdat lichaamsbeweging ook een belangrijk middel is ter voorkoming van andere chronische ziekten, zoals hart- en vaatziekten en diabetes mellitus type 2 (suikerziekte).