

Grosse prospektive Kohortenstudie:

## Stillen verhütet Brustkrebs am ehesten bei familiärer Belastung

Weltweit entwickeln mehr Frauen ein Mammakarzinom als irgendeinen anderen Krebs. Zu den bekannten Risikofaktoren gehören frühe Menarche, Kinderlosigkeit, spätes Alter bei der ersten Geburt sowie eine positive Familienanamnese auf Brustkrebs. Einige Studien lassen annehmen, dass die Laktation das Brustkrebsrisiko reduziert, aber die Evidenz sei bisher gemischt geblieben, schreiben Alison M. Stuebe und Mitautoren vom Brigham and Women's Hospital und der Harvard Medical School. Diese inkonsistente Datenlage zur Beziehung zwischen Stillen und prämenopausalem Mammakarzinom wollten sie um eine grosse prospektive Kohortenstudie erweitern. Die Ergebnisse wurden soeben in den «Archives of Internal Medicine» publiziert. Der Beobachtungsstudie liegen die Daten der Nurses' Health Study II von 1997 bis 2005 zugrunde. Während einer Beobachtungzeit von 35 756 Personenjahren traten 608 neue Fälle von prämenopausalem Brustkrebs auf. Frauen, die jemals gestillt hatten, wiesen im Vergleich zu Frauen, die niemals gestillt hatten, eine um Kovariable bereinigte Hazard Ratio von 0,75 (95%-Konfidenz-



tervall [KI] 0,56–1,00) auf. Weder für die Gesamtdauer der Laktation noch für ausschliessliches Stillen oder eine Laktationsamenorrhö ergaben sich lineare Trends. Unter Frauen mit einer Brustkrebsbelastung durch eine Familienangehörige 1. Grades war die Schutzwirkung mit einer adjustierten Hazard Ratio von 0,41 (95%-KI

0,22–0,75) statistisch noch deutlicher. Bei Frauen ohne familiäre Belastung fanden die Wissenschaftlerinnen hingegen keine Assoziation zur Laktation. ■

H.B

Alison M. Stuebe et al. Arch Intern Med 2009; 169 (15): 1364–1371.

## Studie bestätigt: Ballaststoffe lindern Reizdarmsyndrom

Das Reizdarmsyndrom ist bekanntlich oft schwierig zu behandeln. Eine der empfohlenen Massnahmen ist die ballaststoffreiche Ernährung. Viele Ärzte verordnen deshalb entsprechende pflanzliche Präparate. Im letzten Jahr hatte eine Metaanalyse deren Wirksamkeit allerdings infrage gestellt (BMJ 2008; 337: a2313). Einzig für indischen Flohsamen (*Plantago ispaghula*) konnte seinerzeit ein Nutzen nachgewiesen werden. Eine aktuelle Studie der Universität Utrecht (BMJ 2009; 339: b3154), hat diesen Befund nun grundsätzlich bestätigt. In einem hausärztlichen Forschungsnetzwerk erhielten 275 Reizdarm-Patienten im Alter von 18 bis 65 Jahren über 12 Wochen

zweimal täglich 10 Gramm Flohsamen (Psyllium), Kleie (unlösliche Fasern) oder ein Präparat mit Reismehl, das als Placebo diente. Nach einem Monat berichteten 57 Prozent der Patienten unter der Therapie mit Psyllium über eine Besserung – deutlich mehr als unter Placebo, das allerdings auch bei jedem dritten Studienteilnehmer subjektiv zu einer Linderung der Beschwerden führte. Kleie schnitt nur unwesentlich besser ab als Placebo. Im Laufe der Zeit schwand der Vorteil von Psyllium allerdings. Nach zwei Monaten betrug die Responderrate unter Psyllium 59 Prozent, Kleie hatte mit einer Ansprechrate von 51 Prozent aufgeholt, Placebo war

bei immerhin 41 Prozent in den Augen der Patienten wirksam. Nach drei Monaten schliesslich hatte Kleie mit einer Responderrate von 57 Prozent Psyllium (46%) und Placebo (32%) abgehängt. Gleichwohl sehen die Autoren klare Vorteile für das Psyllium-Präparat. Der Grund: Die Wirkung ist unter Psyllium insgesamt ausgeprägter. Der Symptomscore besserte sich um 90 Punkte, unter Kleie um 58 Punkte. Hinzu kommt, dass Kleie vor allem zu Therapiebeginn offenbar schlechter vertragen wurde, was zu einer besonders hohen Abbruchrate führte. Insgesamt beendeten nur 40 Prozent der Teilnehmer die Studie. ■

U.B