

Leefstijlkeuzes kunnen het risico op borstkanker verlagen, ongeacht de genetica

Genetica Gynaecologie Oncologie



Links / Bestanden

- [Lifestyle Choices May Reduce Breast Cancer Risk Regardless of Genetics](#)

Een “gunstige” levensstijl was geassocieerd met een lager risico op borstkanker zelfs bij vrouwen met hoog genetisch risico voor de ziekte in een studie bij meer dan 90.000 vrouwen, rapporteerden onderzoekers.

De bevindingen suggereren dat vrouwen, ongeacht hun genetisch risico, hun risico op de ontwikkeling van borstkanker kunnen verlagen door voldoende te bewegen; een gezond gewicht te behouden; en het gebruik van alcohol, orale anticonceptiva en [hormonale substitutietherapie](#) te beperken of te stoppen.

[Kawthar Al Ajmi, MSc](#) en zijn team, van de University of Manchester (Engeland), [publiceerden](#) deze bevindingen in JAMA Network Open.

Aangezien wordt aangenomen dat bijna een kwart van de borstkankers in het Verenigd Koninkrijk te voorkomen is, "is het belangrijk om de bijdrage van beïnvloedbare risicofactoren te begrijpen," noteerden de onderzoekers.

In dat kader evalueerde het team 91.217 blanke, postmenopauzale vrouwen in de United Kingdom Biobank, een lopende longitudinale studie van de bijdrage van genetische, omgevingsgebonden en leefstijl risicofactoren voor de ziekte. Er waren 2.728 vrouwen die borstkanker ontwikkelden na een mediane follow-up van 10 jaar.

De onderzoekers gebruikten een polygenetische risicoscore om de personen te klasseren als laag, intermediair of hoog genetisch risico. De score werd ontwikkeld met behulp van 305 single-nucleotide varianten.

In elke risicogroep verdeelden de onderzoekers de vrouwen volgens de aan- of afwezigheid van vijf leefstijlfactoren die vroeger in verband werden gebracht met een lager risico op borstkanker: gezond gewicht, regelmatige lichaamsbeweging, geen gebruik van hormonale substitutietherapie langer dan 5 jaar, geen gebruik van orale [anticonceptiva](#), en maximum 2 keer per week alcohol gebruiken.

Vrouwen met vier of meer van deze leefstijlfactoren werden geacht een gunstige levensstijl te hebben. Vrouwen met twee of drie factoren hadden een intermediaire levensstijl en vrouwen met minder factoren hadden een ongunstige levensstijl.

Resultaten

De gegevens toonden een verband tussen borstkanker en een BMI (body mass index) van 25 of hoger (relatief risico, 1.14), geen regelmatige lichaamsbeweging (RR, 1.12), alcoholgebruik minstens driemaal per week (RR, 1.11), en gebruik van hormonale substitutietherapie gedurende 5 jaar of langer (RR, 1.23). Een voorgeschiedenis van gebruik van orale anticonceptiva was niet geassocieerd met het risico op borstkanker (RR, 1.02), maar deze factor bleef een onderdeel van de leefstijl-classificatie.

In de groep met laag genetisch risico waren een intermediaire levensstijl (hazard ratio, 1.40; 95% BI, 1.09-1.80) en een ongunstige levensstijl (HR, 1.63; 95% BI, 1.14-2.34) allebei geassocieerd met een hoger risico op borstkanker, in vergelijking met een gunstige levensstijl.

In de groep met intermediair genetisch risico waren een intermediaire (HR, 1.37; 95% BI, 1.12-1.68) en een ongunstige levensstijl (HR 1.94; 95% CI, 1.46-2.58) allebei opnieuw geassocieerd met een hoger risico op borstkanker, in vergelijking met een gunstige levensstijl.

Zelfs in de groep met hoog genetisch risico waren een intermediaire (HR, 1.13; 95% BI, 0.98-1.31) en een ongunstige levensstijl (HR, 1.39; 95% BI, 1.11-1.74) geassocieerd met een verhoogd risico op borstkanker. De resultaten werden aangepast zowel voor leeftijd als voor familiale voorgeschiedenis. Finaal bleek "een gezondere levensstijl geassocieerd te zijn met een lager risico op borstkanker, zelfs als de vrouwen een hoger genetisch risico hadden," noteerden de onderzoekers. "Onze bevindingen suggereren dat vrouwen hun risico op de ontwikkeling van borstkanker kunnen beïnvloeden of verlagen door een gezondere levensstijl aan te nemen," ongeacht hun genetische predispositie.

'Verrassende' bevindingen

Het is "verrassend dat deze leefstijlveranderingen het risico op borstkanker verlaagden," verklaarde [Charles Shapiro, MD](#), van de Icahn School of Medicine at Mount Sinai in New York, die niet betrokken was bij deze studie.

Het onderzoek "moet gereproduceerd worden", verklaarde hij. "Bovendien bevorderen deze leefstijlveranderingen de algemene gezondheid en ze zijn uiteraard geassocieerd met een verlaagd risico op hart- en vaatziekten, de belangrijkste doodsoorzaak bij vrouwen."

"Patiënten moeten weten wat ze kunnen doen naast en bovenop screening mammografieën om hun risico op de ontwikkeling van borstkanker te verlagen," verklaarde [William Gradishar, MD](#), van Northwestern University in Chicago, die niet betrokken was bij de studie.

"Deze gegevens zouden patiënten moeten sterken in de overtuiging dat ze hun algemene gezondheid kunnen beïnvloeden en hun risico op de ontwikkeling van borstkanker kunnen verlagen," verklaarde hij.

Beperkingen van de studie zijn onder meer dat het onduidelijk is of de bevindingen van toepassing zijn op niet-blanke, niet-postmenopauzale vrouwen, en dat de analyse geen onderscheid maakte tussen de subtypes van borstkanker.

Bovendien, hoewel orale anticonceptiva vroeger werden gelinkt aan borstkanker, werd er geen verband waargenomen in deze studie. Dit zou mogelijk te verklaren zijn door het feit dat de onderzoekers geen rekening hielden met de duur van het gebruik, de leeftijd op het moment van het laatste gebruik en het type orale anticonceptiva dat werd gebruikt, noteerden ze.

Dit onderzoek werd gefinancierd door het National Institute for Health Research (NIHR) Manchester Biomedical Research Centre, het Alan Turing Institute, en een beurs van het Cancer Research UK Integrated Cancer Epidemiology Programme. De onderzoekers, Dr. Gradishar en Dr. Shapiro, hebben geen relevante onthullingen.

aotto@mdege.com

BRON: Al Ajmi K et al. [JAMA Netw Open. 2020;3\(4\):e203760.](#)

Dit artikel verscheen oorspronkelijk op [MDedge.com](#).