

Volgens een studie uitgevoerd aan de Universiteit van Texas, kan een mediterrane voeding progressie van de gleasonscore bij mannen met een plaatselijke prostaatkanker die actief gevolgd worden, afremmen.



© iStock

De mediterrane voeding staat vooral bekend voor haar heilzame metabole en cardiovasculaire effecten en zou ook borstkanker kunnen tegengaan. Nu is aangetoond dat zo'n voeding ook progressie van prostaatkanker kan tegengaan, althans als de diagnose in een vroeg stadium wordt gesteld, in het stadium van plaatselijke prostaatkanker. Prostaatkanker is na huidkanker de frequentste kanker bij mannen in de Verenigde Staten.

De vorsers hebben 410 (overwegend blanke) mannen met een vroege prostaatkanker (gleasonscore 1 of 2) gevolgd. De mediane leeftijd was 64 jaar. 15% had diabetes en 44% gebruikte statines. Bij alle patiënten was geopteerd voor een 'actieve surveillance', dus zonder chirurgie of andere behandeling. Er werd een biopsie uitgevoerd in het begin van de studie. Ze patiënten werden om de zes maanden teruggezien (klinisch onderzoek, meting van het PSA-gehalte en de testosteronspiegel). Via een vragenlijst werd informatie verzameld over hun voeding. De patiënten werden in drie groepen ingedeeld naargelang ze de mediterrane voeding goed, matig of weinig naleefden.

Na correctie voor mogelijke vertekenende factoren waarvan bekend is dat ze het risico op en de evolutie van kanker verhogen zoals de leeftijd, het PSA-gehalte en het tumorvolume, was het risico op verergering van de

prostaatkanker waarvoor dan een actieve behandeling vereist was, lager bij de mannen die meer fruit, groenten, peulgewassen, graangewassen en vis aten. Een soortgelijke daling werd waargenomen bij de diabetespatiënten en de patiënten die een statine kregen.

Na een mediane follow-up van 36 maanden was de gleasons score toegenomen bij 76 mannen. Hoe beter de mediterrane voeding werd nageleefd, des te lager was het risico op stijging van de gleasons score. Bij elke stijging van de score van naleven van een mediterrane voeding met één punt daalde het risico op verergering van de gleasons score met meer dan 10%.

"Een mediterrane voeding is niet-invasief, goed voor de gezondheid in het algemeen en kan, zoals uit onze studie blijkt, invloed hebben op de evolutie van prostaatkanker. Een mediterrane voeding zou progressie van de prostaatkanker kunnen afremmen, waardoor de levenskwaliteit van patiënten die actief worden gevolgd, zou kunnen toenemen", concludeert Justin Gregg, adjunct-hoogleraar urologie en hoofdauteur van de studie.

(referentie: [Cancer](#), 7 januari 2021, doi: 10.1002/cncr.3318)