



Hilfe im Kürzelschungel bietet das Online-Lexikon.

Sport und Rauchverzicht

(ro) Körperlich aktiv zu sein, vermindert das Risiko von Lungenkreberkrankungen. Zu diesem Ergebnis kamen Wissenschaftler der Universitäten von Minnesota and Pennsylvania. Sie analysierten die Daten der renommierten »Women's Health Study«, die seit 1986 läuft und in der jetzt die Sport- und Rauchgewohnheiten von über 36 000 Frauen im Alter zwischen 55 und 70 Jahren untersucht wurden. Demnach reduzierten rauchende Frauen, die relativ häufig körperlich aktiv waren, ihr Lungenkrebsrisiko um 28 Prozent. Wie jedoch die Wissenschaftler betonen, liegt das Krebsrisiko selbst dann noch weit höher als bei Frauen, die keinen Tabak konsumieren – unabhängig von den Sportgewohnheiten. Deswegen lautet der beste Rat nach wie vor: Mit dem Rauchen aufhören! Ein erster Schritt kann vermehrte körperliche Betätigung sein.

Quelle: Fachzeitschrift *Cancer Epidemiology Biomarkers & Prevention*



Aktiv gegen Lungenkrebs.



- 4 Neues aus Forschung und Praxis
- 6 Moderne Therapie **Operieren ohne OP**
- 10 Moderne Therapie **Ein Grund zur Hoffnung**
- 14 Bewusst gesund essen **Sanft fasten – wirksam entsäuern**
- 18 GfBK-Spezial **Dem Leben Aufmerksamkeit schenken**
- 22 Ihr gutes Recht **Arzt in der Pflicht**
- 24 Forschung & Wissenschaft **Wird der Wunsch Wirklichkeit?**
- 26 Internet **Suchen und Buchen über das Internet?**
- 28 Menschen über sich **Und dann wollte ich wieder segeln**
- 31 Selbsthilfe **15 Jahre Selbsthilfe für Männer**
- 32 Miteinander leben **Sterben – eine Lebenskunst**
- 34 Klinikporträt **Wenn nach der Diagnose Krebs die Angst nicht mehr schwinden will**
- 36 Den Alltag vergessen **Jenseits von See und Sand**
- 40 GfBK-Sprechstunde **Patienten fragen – Ärzte antworten**
- 43 Marktschau
- 44 Für Sie erzählt **Schuld oder Nichtschuld ... das ist hier die Frage!**
- 47 Marktschau
- 48 Für Sie gelesen
- 54 Tagung **Klausurtagung auf hohem Niveau**
- 55 Marktschau
- 58 Kongressliste
- 59 Impressum