

Akupressur mildert Erschöpfungszustand bei Brustkrebs nach Chemotherapie

Datum: 23.04.2018

Original Titel:

Effect of therapeutic care for treating fatigue in patients with breast cancer receiving chemotherapy

Die Therapie von Brustkrebs wird je nach Größe und Eigenschaften des Tumors individuell an die betroffene Patientin angepasst. Häufig sind Bestrahlung und Chemotherapie Bestandteile der Behandlung. Diese vielversprechenden Maßnahmen führen zwar mit hoher Wahrscheinlichkeit zum erfolgreichem Krankheitsrückgang, sind jedoch körperlich sehr belastend für die Patientinnen. Bei einer Chemotherapie werden Medikamente verabreicht, welche die bösartigen Krebszellen abtöten sollen. Sie wirken aber auch auf das gesunde Gewebe und gehen oft mit unangenehmen Nebenwirkungen einher. Diese Behandlung zehrt an den Energiereserven der Patientinnen, sodass sie sich ständig müde und antriebslos fühlen. Sie können kaum schlafen, finden keine Erholung und haben Konzentrationsprobleme. Mediziner nennen diesen chronischen Erschöpfungszustand das Fatigue-Syndrom. Folge dieser ständigen körperlichen Überforderung sind psychische Störungen wie Depressionen und Angstzustände, die bis zur völligen emotionalen Erschöpfung führen und das alltägliche Leben, beruflich und auch privat, maßgeblich beeinträchtigen können. Bisher hat sich kein Medikament als wirksam gegen das Fatigue-Syndrom gezeigt. Ein bei körperlichen und seelischen Beschwerden anwendbares Behandlungsverfahren ist die sogenannte Akupressur. Durch Ausüben von Druck an speziellen Stellen des Körpers soll die Selbstheilung angeregt werden.

In einer chinesischen Studie haben nun Mediziner die Wirksamkeit therapeutischer Akupressur gegen Fatigue nach Chemotherapie bei Frauen mit Brustkrebs untersucht. Dazu wurden 48 Patientinnen in zwei Gruppen mit je 24 therapeutisch behandelten (Therapie-Gruppe) bzw. scheinbehandelten Frauen (Kontroll-Gruppe) unterteilt. Die 30-minütigen Akkupressur-Behandlungen erfolgten an 3 Tagen in der Woche über einen Zeitraum von 12 Wochen. Der Erschöpfungszustand wurde durch einen speziellen Fatigue-Fragebogen (MFI, *Multidimensional Fatigue Inventory*), mithilfe des auf Depression und Angstzustände abzielenden HADS-Tests (*Hospital Anxiety and Depression Scale*) und des PSQI Index für Schlafqualität (*Pittsburgh Sleep Quality Index*) erhoben und ausgewertet. Alle Bewertungen wurden jeweils vor sowie 6 und 12 Wochen nach der Akkupressur-Behandlung vorgenommen.

Die Ergebnisse zeigten, dass das Fatigue-Syndrom in der Patientengruppe mit Akupressur bereits nach 6 Wochen deutlich vermindert war. Eine weitere Verbesserung war nach 12 Wochen Akupressur-Behandlung zu beobachten. Auch die psychischen Beschwerden und die Schlafprobleme waren in der mit Akupressur behandelten Patientengruppe nach 12 Wochen deutlich geringer als in der Kontroll-Gruppe.

Diese Studie zeigt, dass die therapeutische Akupressur eine geeignetes Behandlungsverfahren sein könnte, um nach Chemotherapie auftretende Fatigue-Beschwerden, Depressionen und Angstzustände bei Patientinnen mit Brustkrebs zu mildern.

Referenzen:

Zhang B, Dong JN, Sun P, Feng C, Liu YC. Effect of therapeutic care for treating fatigue in patients with breast cancer receiving chemotherapy. *Medicine (Baltimore)*. 2017 Aug;96(33):e7750. doi: 10.1097/MD.0000000000007750.