

Haben achtsamkeitsbasierte Interventionen einen Einfluss auf psychische Gesundheit und Lebensqualität bei Männern mit Prostatakrebs?

Datum: 02.03.2022

Original Titel:

Mindfulness-based interventions for psychological wellbeing and quality of life in men with prostate cancer: A systematic review and meta-analysis

Kurz & fundiert

- Welche Rolle können achtsamkeitsbasierte Interventionen in der Prostatakrebs-Behandlung einnehmen?
- Meta-Analyse der Wirkung von achtsamkeitsbasierten Interventionen
- Geringe bis mäßige Verbesserung der psychologischen Ergebnisse
- Bei der Verbesserung der Lebensqualität und dem posttraumatischen Wachstum wurden moderate bzw. starke Verbesserungen festgestellt
- Für verlässliche Aussagen ist mehr Forschung notwendig

MedWiss - In einer Meta-Analyse konnten potenziell vielversprechende Einflüsse von achtsamkeitsbasierten Interventionen auf psychologische Ergebnisse, Lebensqualität und posttraumatisches Wachstum bei Männern mit Prostatakrebs festgestellt werden. Mehr Forschung ist jedoch notwendig, um verlässliche Aussagen treffen zu können.

Die Diagnose Prostatakrebs führt häufig zu erheblichen psychosozialen Belastungen, die sich z. B. in Form von Angstzuständen und Depression äußern können. Achtsamkeitsbasierte Interventionen (engl. Mindfulness-based Interventions, kurz MBI) gehören zu einer Form der Therapie, die darauf abzielt, dem Patienten zu helfen, seinen Zustand zu akzeptieren und seine Emotionen zu kontrollieren. Zu ihrem Einfluss auf die Bewältigung von psychosozialen Stress bei männlichen Prostatakrebspatienten ist jedoch noch wenig bekannt. In einer Meta-Analyse haben Wissenschaftler daher versucht, einen Überblick über Kenntnisse zur Verbesserung des psychologischen Wohlbefindens und der Lebensqualität bei Männern mit Prostatakrebs zu gewinnen.

Meta-Analyse: Lebensqualität mit achtsamkeitsbasierten Interventionen bei Prostatakrebs

Für die Analyse wurden die medizinisch-wissenschaftlichen Datenbanken Embase, CINAHL, MEDLINE, PsycINFO, PsycArticles und Web of Science nach geeigneten Publikationen durchsucht, die bis zum 7. November 2020 publiziert wurden. Ähnliche Studienergebnisse wurden gepoolt und in einer Meta-Analyse verglichen, während heterogene Befunde in einer narrativen Synthese zusammengefasst wurden. Effektstärke wurde als Cohen's d (95 % Konfidenzintervall, KI) angegeben und das statistische Signifikanzniveau (p-Wert) wurde auf 0,05 festgelegt.

Verbesserung der Lebensqualität und mehr posttraumatisches Wachstum durch Achtsamkeit

Insgesamt erfüllten vier Studien, darunter eine randomisierte und eine nicht randomisierte, die Einschlusskriterien. Als primäre Endpunkte wurden psychologische Ergebnisse (insbesondere Angst, Depression, psychische Belastung und krebsspezifische Belastung) und Lebensqualität gewählt. Als sekundärer Endpunkt diente das posttraumatische Wachstum. Bei den psychologischen Ergebnissen wurden geringe bis moderate Erfolge durch MBIs erzielt, während bei der Verbesserung der Lebensqualität und dem posttraumatischen Wachstum moderate ($d: -0,29$; 95 % KI: $-1,29 - 0,71$; $p = 0,57$) bzw. starke Effekte durch MBIs beobachtet wurden ($d: 0,77$; 95 % KI: $-0,33 - 0,88$; $p = 0,000$).

Die Wissenschaftler schlussfolgerten, dass achtsamkeitsbasierte Interventionen einen potenziell vielversprechenden Einfluss auf die psychosozialen Belastungen männlicher Prostatakrebspatienten haben könnten. Aufgrund der begrenzten Forschung und der mangelnden methodischen Strenge der vorhandenen Publikationen könnten jedoch noch keine konkreten Aussagen getroffen werden.

Referenzen:

Nnate DA, Anyachukwu CC, Igwe SE, Abaraogu UO. Mindfulness-based interventions for psychological wellbeing and quality of life in men with prostate cancer: A systematic review and meta-analysis. *Psychooncology*. 2021 Oct;30(10):1680-1690. doi: 10.1002/pon.5749. Epub 2021 Jun 17. PMID: 34139035.