

## Verbesserte Lebensqualität für Überlebende: Online-Verhaltenstherapie vermindert Angst vor dem Krebs

**Datum:** 02.05.2018

**Original Titel:**

Efficacy of Blended Cognitive Behavior Therapy for High Fear of Recurrence in Breast, Prostate, and Colorectal Cancer Survivors: The SWORD Study, a Randomized Controlled Trial

Die Angst vor dem Krankheitsrückfall ist ein Problem, das viele Patienten betrifft, die eine Krebserkrankung überlebt haben. Etwa ein Drittel der Überlebenden berichtet von großer Angst vor dem Wiederauftreten der Erkrankung. Die damit verbundene Ungewissheit führt zu psychischem Stress und schränkt die Lebensqualität der Überlebenden stark ein.

Niederländische Forscher haben nun untersucht, ob eine spezielle psychologische Behandlung, die gemischte kognitive Verhaltenstherapie, das Ausmaß der erlittenen Ängste bei überlebenden Patienten, die kurativ (heilend) behandelt wurden, lindern kann. Insgesamt wurden 88 Überlebende, die entweder an Brust-, Prostata- oder Darmkrebs erkrankt waren, untersucht. Die Angst vor dem Krankheitsrückfall wurde innerhalb von 6 Monaten bis 5 Jahre nach erfolgreicher Krebsbehandlung mithilfe eines speziellen Punktesystems, dem sogenannten *Cancer Worry Score*, bewertet. Die Patienten wurden in zwei Gruppen eingeteilt, wobei 45 Patienten gemischte Behandlungen aus 5 persönlichen Sitzungen und 3 Online-Sitzungen erhielten, während 43 Patienten herkömmliche Verhaltenstherapie bekamen. Die Angstzustände wurden jeweils zu Beginn der Behandlungen und nach 3 Monaten mit dem Punktesystem erfasst und ausgewertet. Die Ergebnisse der Untersuchungen zeigten, dass die Angstzustände bei den Patienten, die eine gemischte kognitive Verhaltenstherapie bekamen, deutlich geringer ausgeprägt waren im Vergleich zur herkömmlichen Psychotherapie. Bei 29 % der mit gemischter Verhaltenstherapie behandelten Patienten (13 von 45) waren auch die klinischen Faktoren deutlich verbessert verglichen mit den herkömmlich behandelten Patienten. Die Teilnehmer der Studie sollten ihre Lebensqualität selbst einschätzen. Eine deutlich verbesserte Lebensqualität wurde von 71 % (30 von 42 Patienten) der gemischt und von nur 32 % (12 von 38 Patienten) der herkömmlich behandelten Überlebenden berichtet.

Die psychotherapeutische Behandlung der Überlebenden einer Brust-, Prostata- oder Darmkrebserkrankung mit gemischter kognitiver Verhaltenstherapie kann die Angst vor dem Krankheitsrückfall deutlich vermindern und stellt somit einen vielversprechenden neuartigen Ansatz zur Verbesserung der Lebensqualität dar.

**Referenzen:**

van de Wal M, Thewes B, Gielissen M, Speckens A, Prins J. Efficacy of Blended Cognitive Behavior Therapy for High Fear of Recurrence in Breast, Prostate, and Colorectal Cancer Survivors: The SWORD Study, a Randomized Controlled Trial. *J Clin Oncol.* 2017 Jul 1;35(19):2173-2183. doi: 10.1200/JCO.2016.70.5301. Epub 2017 May 4.