MedWiss.Online

Erschöpfung, Schlafprobleme, Sorgen: Krebsüberlebende brauchen Support und Nachsorge

Datum: 10.11.2022

Original Titel:
Health concerns of cancer survivors after primary anti-cancer treatment

Kurz & fundiert

- Über eine überstandene Krebserkrankung hinaus belasten häufig chronische Erschöpfung und Schlaflosigkeit
- Auch Ängste und die Sorge vor einer Rückkehr der Krebserkrankung sind häufig
- Die Nachsorge ist bei ehemaligen Krebspatienten wichtig
- Förderung von Schlaf, Entspannung und einem gesundem Lebensstil wesentlich zm Support für Krebsüberlebende

MedWiss – **Wissenschaftler befragten Krebsüberlebende, die eine spezielle Klinik zur Nachsorge besuchten, zu ihren Sorgen und Beschwerden. Es zeigte sich, dass viele der ehemaligen Krebspatienten unter chronischer Erschöpfung und Schlaflosigkeit litten. Auch Ängste und die Sorge vor einer Rückkehr der Krebserkrankungen waren stark ausgeprägt und sollten behandelt werden. Nach Abschluss der Krebsbehandlungen ist demnach auch die Förderung von Schlaf, Entspannung und einem gesundem Lebensstil wesentlich zm Support der Krebsüberlebenden.**

Eine Krebserkrankung belastet Körper und Seele – und dass häufig viele Jahre lang. Denn nach dem Abschluss der Krebsbehandlungen sind viele Krebspatienten besorgt, dass der Krebs zurückkehren könnte. In einer australischen Spezialklinik, der *Sydney Survivorship Clinic* (SSC), arbeiten Experten verschiedener Fachrichtungen zusammen, um ehemaligen Krebspatienten dabei zu helfen, mit den langfristigen Nebenwirkungen von Krebsbehandlungen zurechtzukommen. Die Experten unterstützen die Krebsüberlebenden außerdem dabei, einen gesunden Lebensstil zu beherzigen.

Wissenschaftler befragten nun ehemalige Krebspatienten vor ihrem Besuch der *Sydney Survivorship Clinic* zu ihrer Lebensqualität, ihren Symptomen, ihrem Stresslevel sowie zu ihren Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten. Bevor die Patienten die Klinik wieder verließen, befragten die Wissenschaftler die Patienten erneut und fragten ihre Zufriedenheit ab.

Insgesamt 385 Krebsüberlebende, die die Klinik zwischen September 2013 und April 2018 aufgesucht hatten, wurden von den Wissenschaftlern befragt. Die ehemaligen Krebspatienten waren 18 bis 86 Jahre alt, 69 % der Patienten waren Frauen. Die meisten Patienten waren an Brustkrebs (43 %) erkrankt, gefolgt von Darmkrebs (31 %) und Blutkrebs (19 %). Seit der Diagnose waren im

Alle Rechte: © MedWiss.Online / HealthCom | MWI | www.medwiss.de

Schnitt 12 Monate vergangen.

Fast die Hälfte der Patienten berichtete von 5 oder mehr Symptomen

Die Patienten berichteten über eine Vielzahl von Symptomen. Zu den häufigsten zählten chronische Erschöpfung (45 %), Schlaflosigkeit (37 %), Schmerzen (34 %) und Ängste (31 %). Mehr als die Hälfte der Patienten (56 %) litt an 5 oder mehr Symptomen in mittlerer bis schwerer Ausprägung. Der Psychologe des Krankenhauses schätzte ein, dass 62 % der Klinikbesucher Angst vor einer Rückkehr der Krebserkrankung hatten. Im Vergleich zum Populationsdurchschnitt wiesen die Krebsüberlebenden eine geringere Lebensqualität auf – besonders das emotionale und körperliche Wohlergehen war vermindert.

61 % der Krebsüberlebenden waren übergewichtig oder adipös (= stark übergewichtig); der *Body Mass Index* (BMI) lag im Durschnitt bei 28,2. Nur 31 % der Patienten trieben ausreichend Sport.

Große Zufriedenheit mit dem Aufenthalt in der *Sydney Survivorship Clinic*

Fast alle der ehemaligen Krebspatienten (98 %) gaben, dass sie übereinstimmten/komplett damit übereinstimmten, dass der Besuch der Klinik für sie lohnend war. 99 % der Patienten würden die Klinik weiterempfehlen.

Diese Untersuchung zeigt, dass viele Krebsüberlebende von chronischer Erschöpfung, Schlaflosigkeit und der Sorge vor einer Rückkehr vom Krebs geplagt sind. Kliniken wie die australische *Sydney Survivorship Clinic* können den ehemaligen Krebspatienten dabei helfen, besser mit den Nachwirkungen der Krebserkrankung umzugehen. Im Rahmen der Nachsorge sollte auch Wert auf einen gesunden Lebensstil der Patienten gelegt werden.

Referenzen:

Tan SY, Turner J, Kerin-Ayres K. Health concerns of cancer survivors after primary anti-cancer treatment. Support Care Cancer. 2019 Oct;27(10):3739-3747. doi: 10.1007/s00520-019-04664-w. Epub 2019 Feb 1.

Alle Rechte: © MedWiss.Online / HealthCom | MWI | www.medwiss.de