

Lebensqualität mithilfe von Selbsthypnose und Selbstfürsorge bessern

Datum: 27.07.2018

Original Titel:

Efficacy of a hypnosis-based intervention to improve well-being during cancer: a comparison between prostate and breast cancer patients

MedWiss - Ein Gruppenprogramm basierend auf Selbsthypnose und Selbstvorsorge verbesserte verschiedene Aspekte der Lebensqualität bei Brustkrebspatientinnen, nicht aber bei Prostatakrebpatienten. Ein unterschiedlicher Leidensdruck vor Beginn des Programms und unterschiedliche Krebsbehandlungen könnten für diese Unterschiede mitverantwortlich sein. Auch das Geschlecht könnte eine Rolle spielen.

Eine Krebserkrankung geht oft mit zahlreichen Einschränkungen der Lebensqualität durch z. B. Fatigue (chronische Erschöpfung), Schlafprobleme und emotionalen Stress einher. Krebspatienten stehen häufig Gruppenprogramme zur Verfügung, bei denen Methoden wie Verhaltenstherapie, Yoga oder auch z. B. Selbsthypnose zum Einsatz kommen. Diese Programme eignen sich nicht für jedermann gleichermaßen gut und es ist auch denkbar, dass Patienten mit verschiedenen Krebserkrankungen unterschiedlich gut darauf ansprechen.

Eignen sich Gruppenprogramme zur Selbsthypnose und Selbstfürsorge für Brust- und auch Prostatakrebpatienten?

Forscher aus Belgien interessierten sich für die Frage, inwiefern Gruppenprogramme für Patientinnen mit Brustkrebs auf der einen Seite und Patienten mit Prostatakrebs auf der anderen Seite gleichermaßen gut geeignet sind.

Im Rahmen der Studie der belgischen Forscher wurden 25 Männer mit Prostatakrebs und 68 Frauen mit Brustkrebs zu einem Gruppenprogramm mit Selbsthypnose und Selbstfürsorge zugeteilt. Als Kontrollgruppe dienten 24 Brustkrebspatientinnen und 21 Prostatakrebpatienten, die nicht am Gruppenprogramm teilnahmen. Das Gruppenprogramm umfasste 6 120-minütige Gruppensitzungen. Ziel des Programms war es vor allem, den Patienten zu vermitteln, dass sie selbst eine Rolle für ihr Wohlergehen spielen und dieses durch ihre Gedanken und ihr Verhalten beeinflussen können. Dadurch sollten Fatigue, Schlafprobleme, emotionaler Stress und letztlich die Lebensqualität der Patienten verbessert werden.

Brustkrebspatientinnen konnten verschiedene Aspekte der Lebensqualität durch das Gruppenprogramm verbessern

Nach dem Ende des Gruppenprogramms konnte bei den Patientinnen mit Brustkrebs zahlreiche Vorteile gesehen werden: Ängste, Depressionen, chronische Erschöpfung, Schlafprobleme und der allgemeine Gesundheitsstatus der Frauen verbesserten sich. Bei den Patienten mit Prostatakrebs konnte keine solchen positiven Effekte gesehen werden.

Die belgischen Forscher fanden heraus, dass die Brustkrebspatientinnen bereits vor Beginn des Gruppenprogramms einem höheren Leidensdruck ausgesetzt waren. Dies könnten eine Rolle für die beobachteten Unterschiede gespielt haben. Ebenso hatten die Patienten verschiedene Behandlungen für ihre Krebserkrankung erhalten. Auch dies könnte mitverantwortlich für die Unterschiede sein. Denkbar sind ebenso geschlechtsspezifische Unterschiede, da Frauen bekannterweise mehr als Männer auf psychologische Hilfe ansprechen.

Ein Gruppenprogramm basierend auf Selbsthypnose und Selbstfürsorge konnte bei Brustkrebspatientinnen die Lebensqualität auf vielfältige Weise wie z. B. durch eine Abnahme von Ängsten oder erholsameren Schlaf verbessern. Prostatakrebspatienten profitierten nicht von dem Gruppenprogramm. Diese Unterschiede könnten zum Teil durch ungleich verteilten Leidensdruck und verschiedene Krebsbehandlungen erklärt werden. Ebenso könnten auch Unterschiede im Ansprechen auf psychologische Hilfe zwischen Männern und Frauen die Ergebnisse beeinflussen.

Referenzen:

Grégoire C, Nicolas H, Bragard I, Delevallez F, Merckaert I, Razavi D, Waltregny D, Faymonville ME, Vanhauzenhuyse A. Efficacy of a hypnosis-based intervention to improve well-being during cancer: a comparison between prostate and breast cancer patients. BMC Cancer. 2018 Jun 22;18(1):677. doi: 10.1186/s12885-018-4607-z.