

Internetbasierte Psychotherapie verbessert die Lebensqualität bei Brustkrebs

Datum: 16.10.2017

Original Titel:

The efficacy of Internet-based cognitive behavioral therapy for severely fatigued survivors of breast cancer compared with care as usual: A randomized controlled trial.

Die Behandlung von Brustkrebs ist meist mit körperlich sehr belastenden Therapien wie Operationen, Bestrahlung oder Chemotherapie verbunden. Sie führen zwar zu einem erfolgreichen Krankheitsrückgang, gehen aber mit körperlichem und seelischem Stress einher. Die Folgen sind chronische Erschöpfung und psychische Störungen wie Depressionen und Angstzustände. Mediziner sprechen hier vom Fatigue-Syndrom. Etwa ein Viertel aller an Brustkrebs erkrankten Frauen ist davon betroffen und leidet unter beträchtlichen Einschränkungen im alltäglichen Leben. Bisher gibt es kein wirksames Medikament gegen das Fatigue-Syndrom. Eine neue Form der Behandlung stellen psychotherapeutische Online-Angebote dar, die sogenannten internetbasierten Interventionsprogramme (IBI).

In einer niederländischen Studie haben Forscher nun die Wirksamkeit solcher internetbasierten Verhaltenstherapien mit den herkömmlichen psychologischen Therapieangeboten bei Brustkrebspatientinnen untersucht.

Sie haben zwischen Januar 2014 und März 2016 insgesamt 132 krankheitsfreie, vom Fatigue-Syndrom betroffene Patientinnen, deren letzte Krebstherapie mindestens 3 Monate zurück lag, in zwei gleich große Gruppen unterteilt. Die psychologische Behandlung erfolgte dann entweder mittels der internetbasierten Verhaltenstherapie (IBI) oder einer herkömmlichen Psychotherapie mit computergestützten Elementen. Die Fatigue-Beschwerden wurden zu Beginn und nach 6 Monaten bewertet, wobei Körperfunktionen, psychische Störungen und die Lebensqualität mitberücksichtigt wurden.

Die Ergebnisse zeigten, dass die mit IBI behandelten Patientinnen nach 6 Monaten deutlich weniger Fatigue-Beschwerden hatten als die mit herkömmlicher Psychotherapie behandelten. Der Großteil der Patientinnen (76 %) zeigte eine klinisch nachweisbare Verbesserung. IBI führte auch zu einer deutlich geringeren Einschränkung der körperlichen Leistungsfähigkeit, zu weniger psychischen Störungen und hatte eine deutlich verbesserte Lebensqualität zur Folge.

Die Wissenschaftler schlussfolgern aus diesen Ergebnissen, dass IBI eine effektive Behandlungsmöglichkeit darstellen könnte, um Fatigue-bedingten Beschwerden bei Brustkrebspatientinnen entgegenzuwirken. Ein großer Vorteil der online verfügbaren IBI ist, dass sie für eine Vielzahl von Patientinnen leicht zugänglich ist und dass auch Gesundheitsexperten für dieses Medium aufgeschlossen sind.

Referenzen:

Abrahams HJG, Gielissen MFM, Donders RRT, Goedendorp MM, van der Wouw AJ, Verhagen CAHHVM, Knoop H. The efficacy of Internet-based cognitive behavioral therapy for severely fatigued survivors of breast cancer compared with care as usual: A randomized controlled trial. *Cancer*. 2017 Oct 1;123(19):3825-3834. doi: 10.1002/cncr.30815. Epub 2017 Jun 16.