

Das Leben nach Krebs kann selten in gleicher Weise weitergeführt werden wie vor der Erkrankung

Cancer Survivors brauchen Ihre Unterstützung

Anna Barbara Rüeegg^a, Catherine Gasser^b

^a Fachspezialistin *Cancer Survivors*, Krebsliga Schweiz, Bern; ^b Leiterin Abteilung Nachsorge der Krebsliga, Bern

Krebsüberlebende stehen vor Herausforderungen, wenn es darum geht, nach Abschluss der Akutbehandlungen in ein normales Leben zurückzufinden und mit den Folgen der Krankheit oder der Behandlung zurechtzukommen. Die Krebsliga möchte für die besondere Situation dieser wachsenden Gruppe von Krebsbetroffenen sensibilisieren und stellt konkrete Angebote vor, die auch Ärztinnen und Ärzte nutzen können.

Die Zahl neu diagnostizierter Krebsfälle hat in den letzten 30 Jahren sowohl weltweit als auch in der Schweiz zugenommen. Gründe dafür sind: Eine allgemein höhere Lebenserwartung, Wachstum und Alterung der Bevölkerung, intensivierete Früherkennungsmassnahmen sowie ein gestiegenes Bewusstsein für die Krankheit in der breiten Öffentlichkeit. Im gleichen Zeitraum wurden zudem enorme Fortschritte in Diagnostik und Behandlung von Krebserkrankungen erzielt [1].

Multimodale Therapiekonzepte eröffnen einer immer grösseren Zahl von Krebsbetroffenen Behandlungsoptionen mit kurativer Absicht. Bei zahlreichen unheilbaren Tumorerkrankungen ermöglichen neue Behandlungsformen, unter anderem mit zielgerichteten Medikamenten, heute eine Wachstumskontrolle des Tumors über Monate bis Jahre. Krebs entwickelt sich zunehmend zu einer chronischen Erkrankung, mit der sehr viel mehr Patientinnen und Patienten deutlich länger leben können als bisher [1].

Nahezu vier Prozent der Bevölkerung sind *Cancer Survivors*

Menschen, die mit einer Krebsdiagnose leben, werden im angelsächsischen Raum unter dem Begriff *Cancer Survivors* umschrieben. Es handelt sich um eine heterogene Gruppe von Krebsbetroffenen mit verschiedenen Diagnosen und Behandlungen, aber bei aller Unterschiedlichkeit durch oft ähnliche Folgeprobleme und Symptome belastet.

Aktuell geht man davon aus, dass in der Schweiz und in anderen Ländern wie Deutschland, Italien, Grossbritannien, Skandinavien und in den USA zirka 4% der Ge-

samtbevölkerung mit einer Krebsdiagnose leben [2]. In der Schweiz geht man zurzeit von zirka 320 000 Personen aus, bei denen in der Vergangenheit eine Krebserkrankung diagnostiziert wurde. 55 000 Personen erhielten innerhalb der letzten zwei Jahre die Diagnose Krebs. Diese Gruppe braucht meist noch intensive medizinische Nachsorge und Betreuung. Bei 60 000 Personen liegt die Diagnose zwei bis fünf Jahre zurück. Sie benötigen weiterhin Nachbetreuung und -kontrollen. Die 200 000 Personen, bei denen vor mehr als fünf Jahren Krebs diagnostiziert wurde, gelten zwar in der Regel als «geheilt», doch viele von ihnen leiden trotz Tumorfreiheit unter vielfältigen physischen und psychischen Problemen [3].

Folgen einer Krebsbehandlung

Cancer Survivors können von Langzeit-Nebenwirkungen und Spätfolgen ihrer Krebserkrankung betroffen sein. Das Risiko für Spätfolgen hängt von der Krebserkrankung selbst und der Art der Behandlung ab. Die Langzeittoxizität und andere Folgen von Chemo- und Radiotherapie machen sich häufig erst nach mehr als zehn Jahren bemerkbar.

Jedes Organsystem kann von körperlichen Langzeitfolgen und Spätkomplikationen betroffen sein. Entscheidend ist das Ausmass, das von tolerablen Beeinträchtigungen bis hin zu schwerster Symptomatik reichen kann. Häufige Probleme nach multimodalen Therapien sind: Herz-, Lungen- und Nierenschäden; Beeinträchtigungen an Haut, Schleimhaut und Zähnen; Störungen des Stoffwechsels; Neuropathien; Lymphödeme; Schädigung des Gehörs und der Augen; Knochen- und Muskelschwund; Infertilität und sexuelle Störungen;

Schlafstörungen; tumorassoziierte Fatigue; chronische Schmerzen; kognitive Einschränkungen, besonders Konzentrationsprobleme; Störungen der Feinmotorik; Beeinträchtigung des Körperbildes. Nicht selten sind diese Folgeerscheinungen die Ursache für eine Reihe von psychischen Problemen (z.B. Angst, Depression), die sich negativ auf die familiäre, soziale, berufliche und finanzielle Situation auswirken [4].

Unterstützungsbedürfnisse von *Cancer Survivors*

Heute geht man davon aus, dass das Leben nach einer Krebserkrankung selten in vergleichbarer Weise weitergeführt wird wie vor der Erkrankung [5]. *Cancer Survivors* sind häufig in einer schlechteren gesundheitlichen Verfassung und leiden unter stärkeren Einschränkungen im Alltag im Vergleich mit der allgemeinen Bevölkerung. Knapp 80% der Krebspatientinnen und -patienten berichten innerhalb des ersten Jahres nach Abschluss der initialen Behandlung von gesundheitlichen Beschwerden. Diese Zahl nimmt über den krankheitsfreien Verlauf von einem Jahrzehnt nur marginal ab: 70% leiden unter Spätfolgen der Krebserkrankung oder klagen über Nachwirkungen der Krebsbehandlung. Dabei treten gesundheitliche Probleme und nicht medizinische Schwierigkeiten etwa gleich häufig auf [4]. *Cancer Survivors* haben deshalb grössere und sehr unterschiedliche Bedürfnisse nach gesundheitlicher Versorgung und Betreuung. Als Folge suchen sie deutlich häufiger ihren Hausarzt oder auch Spezialärzte auf als die gesunde Bevölkerung [1].

Die Rolle der Hausärztinnen und Hausärzte

Hausärzte spielen bei der Begleitung von *Cancer Survivors* eine wichtige Rolle. Idealerweise werden sie regelmässig über den Verlauf der akuten onkologischen Versorgung ihrer Patientinnen und Patienten informiert. Besonders nach Abschluss der Krebsbehandlungen unterstützen sie die *Cancer Survivors*, teils gemeinsam mit Onkologen, im Übergang zu einem neuen normalen Leben. In dieser Phase kommt auch der Interprofessionalität zentrale Bedeutung zu. Langfristig stellen aber Hausärztinnen die Nachsorge sicher. Sie tragen wesentlich dazu bei, dass *Cancer Survivors* die gesundheitlichen und psychosozialen Herausforderungen möglichst erfolgreich meistern können.

Hausärztinnen und Hausärzte können ihre Patientinnen und Patientinnen für Fragen zum Umgang mit Krebs und seinen Folgen, zu Sozialversicherungsfragen, für eine Beratung bei Fragen zum beruflichen Wiederein-

Kurangebot in Bad Zurzach

Neu können Ärztinnen und Ärzte ihren Patientinnen und Patienten, die Monate oder Jahre nach der Krebsbehandlung beispielsweise unter hartnäckiger Müdigkeit (Fatigue) und/oder chronischen Schlafstörungen leiden, starke Stimmungsschwankungen aufweisen, in ihrer alltäglichen Funktionalität oder Mobilität eingeschränkt sind oder unter verminderter Leistungsfähigkeit leiden, einen Kuraufenthalt in Bad Zurzach vorschlagen bzw. verschreiben. Auf Ihre Anordnung hin wird die RehaClinic Zurzach ein individuelles Programm für Ihre Patienten zusammenstellen. Die medizinischen und therapeutischen Kosten dieser Kur werden von den Krankenkassen übernommen. An die Hotelkosten im Parkhotel Bad Zurzach bezahlen verschiedene Krankenkassen Kostenbeiträge und auch die Krebsliga Schweiz ist bereit, hier finanzielle Unterstützung zu bieten.

Nähere Informationen zur Kur auf: www.primary-hospital-care.ch/de/online-magazin oder www.krebsliga.ch/kur.

stieg, für eine psychoonkologische Beratung sowie für besondere Kurse oder Seminare an die Krebsliga der entsprechenden Region verweisen.

Wiedereinstieg ins Arbeitsleben

Nach einer Krebserkrankung kann die Rückkehr an den Arbeitsplatz schwierig sein. Eine berufliche Tätigkeit ist jedoch für die soziale Integration ein wichtiger Faktor. Daher ist es für die Betroffenen von Vorteil, während der Behandlung weiter zu arbeiten oder die Arbeit danach wieder aufnehmen zu können. Doch der Verbleib im Erwerbsleben oder die Rückkehr an den Arbeitsplatz stellt sowohl für die Arbeitgeber als auch für die Arbeitnehmenden eine Herausforderung dar. Die Krebsliga bietet ein Coaching für Arbeitgeber und Arbeitnehmende an, das zum Ziel hat, das gegenseitige Verständnis zu verbessern und Wege zur Weiterführung des Arbeitsverhältnisses aufzuzeigen (Informationen auf: www.primary-hospital-care.ch/de/online-magazin oder www.krebsliga.ch/arbeitgeber).

Die Zahl der *Cancer Survivors* ist gross und nimmt stetig zu. Ihre Situation verdient unsere ganze Aufmerksamkeit, damit wir diese Menschen darin unterstützen zur bestmöglichen Lebensqualität zurückzufinden.

Literatur

- 1 Ess SM, Herrmann C. «Cancer Survivors» – eine stark wachsende Bevölkerungsgruppe. Schweizer Krebsbulletin. 2014;34(4):281–4.
- 2 Lorez M, Heusser R, Arndt V. Prevalence of Cancer Survivors in Switzerland. Schweizer Krebsbulletin. 2014;34(4):285–9.
- 3 Arndt V, Feller A, Hauri D, Heusser R, Junker C, Kuehni C, et al. (2016). Schweizerischer Krebsbericht 2015. Stand und Entwicklungen. Neuchâtel: Bundesamt für Statistik (BFS), Nationales Institut für Krebs epidemiologie und -registrierung (NICER), Schweizer Kinderkrebsregister (SKKR).
- 4 Schilling G, Stein A, Quidde J, Bokemeyer C. Survivorship-Programme. FORUM. 2014;29(3):202–5. doi: 10.1007/s12312-014-1111-5
- 5 Mayer DK, Nasso SF, Earp JA. Defining cancer survivors, their needs, and perspectives on survivorship health care in the USA. Lancet Oncol. 2017;18(1):e11–e18. doi: 10.1016/S1470-2045(16)30573-3

Korrespondenz:
Anna Barbara Rüeeggsegger
Krebsliga Schweiz
Fachspezialistin
Cancer Survivors
Effingerstrasse 40
CH-3001 Bern
[annabarbara.rueeggsegger\[at\]krebssliga.ch](mailto:annabarbara.rueeggsegger[at]krebssliga.ch)