krebsliga

«Cancer Survivors» verdienen unsere Aufmerksamkeit

Es gibt immer mehr Krebsüberlebende, auch «Cancer Survivors» genannt, die sehr unterschiedliche Bedürfnisse haben. Die Krebsliga engagiert sich zunehmend für diese Bevölkerungsgruppe, weil man weiss, dass viele «Cancer Survivors» im Umgang mit der Krankheit grosse Herausforderungen zu bewältigen haben.

Die Anzahl der Personen, die im Laufe ihres Lebens an Krebs erkrankt sind – sie werden auch im deutschen Sprachraum zunehmend als «Cancer Survivors» bezeichnet – ist in den letzten 20 Jahren exponentiell angestiegen und sie wird weiterhin rasch grösser werden.

Aktuell geht man davon aus, dass in der Schweiz zirka vier Prozent der Gesamtbevölkerung, das sind über 320 000 Menschen, mit einer Krebsdiagnose leben. Diese Zahl wird in den nächsten zehn Jahren wahrscheinlich noch einmal um 30 Prozent steigen. Die Gruppe der sogenannten Langzeitüberlebenden, d. h. jener Menschen, die länger als 20 Jahre seit der Krebsdiagnose überlebt haben, hat in den letzten Jahren die höchste Zunahme verzeichnet. Und diese Gruppe wird in den nächsten Jahren noch stärker wachsen. «Cancer Survivors» können unter Spätfolgen der Behandlungen wie Herz-Kreislauf-Problemen, kognitiven Defiziten oder Osteoporose leiden (siehe Abschnitt zu den Spätfolgen weiter unten).

Am häufigsten sind aber jene Patientinnen und Patienten, deren Krebsdiagnose ein bis fünf Jahre zurückliegt. Das sind ca. 30 Prozent aller «Cancer Survivors». In dieser Phase stehen regelmässige Nachuntersuchungen im Sinne aufmerksamer Beobachtung und/oder intermittierender Behandlungen an. Hier sind drei Gruppen von Survivors zu erkennen: diejenigen, bei denen eine komplette Remission mit günstiger Prognose eintritt; diejenigen mit kompletter Remission, die aber weiterhin fortlaufende Therapie benötigen; und eine dritte Gruppe, bei der die terminale Phase der Krebserkrankung eingetreten ist.

Diese unterschiedlichen Verläufe führen dazu, dass «Cancer Survivors» extrem heterogene Unterstützungsbedürfnisse haben.

Zwei aufeinanderfolgende Schocks

Viele Krebsbetroffene erleiden zwei Schocks nacheinander: den Schock der Diagnose, gefolgt von einer Phase intensiver Behandlungen mit entsprechend engmaschiger medizinischer Betreuung, und einen zweiten Schock nach Abschluss der Behandlungen, also im Übergang «Zurück zur Normalität» bzw. oft «Zurück zu einer neuen Normalität».

Hier geht es darum, das Leben unter neuen Bedingungen (weiter) zu leben. Die Angst vor einem Rückfall (Rezidiv) und die Unsicherheit im Umgang mit unerklärten Symptomen und Behandlungseffekten stehen oft im Vordergrund. Nicht selten erleben «Cancer Survivors» das erste Jahr nach Abschluss der Behandlungen als schwieriger als die Zeit der Behandlungen selbst.

Krebsliga Schweiz
Effingerstrasse 40, Postfach, CH-3001 Bern
Telefon +41 (0)31 389 91 00, Fax +41 (0)31 389 91 60, info@krebsliga.ch, www.krebsliga.ch
Credit Suisse AG, Zürich, IBAN CH34 0483 5015 5480 0100 0, CHE-107.818.640 MWST

Für einige Betroffene bedeutet dieser Übergang, dass sich nebst der «Entlassung» aus dem dichten medizinischen Netz auch das Ausmass der privaten sozialen Unterstützung verringert. Denn das Umfeld – Arbeitgeber, Arbeitskolleginnen und -kollegen, Freunde und Familie – denkt und erwartet oft, dass mit dem Abschluss der Behandlungen auch die Krankheit beendet ist. Für die betroffene Person kann es ganz anders aussehen: Trotz ihrer Bemühungen schafft sie es möglicherweise nicht, an ihr früheres Leben anzuknüpfen.

Spätfolgen von Krebserkrankungen und Krebstherapien

Alle «Cancer Survivors» können von Spätfolgen ihrer Tumorkrankheit oder von Langzeit-Nebenwirkungen der Behandlungen betroffen sein. Dabei treten körperlich bedingte und psychosoziale Probleme etwa gleich häufig auf; oft sind sie gemischt. Auch viele der als geheilt geltenden Patientinnen und Patienten sind alles andere als gesund. Die Folgeerscheinungen wirken sich oft negativ auf die Lebensqualität und die Leistungsfähigkeit im Alltag und Beruf aus.

Die Langzeittoxizität und andere Folgen von Chemo- und Radiotherapie machen sich häufig erst nach mehr als zehn Jahren bemerkbar. Häufige Probleme nach multimodalen Therapien sind: Herz-, Lungen- und Nierenschäden; Beeinträchtigungen an Haut, Schleimhaut und Zähnen; Störungen des Stoffwechsels; Neuropathien mit z. B. unangenehmem Kribbeln in Händen oder Füssen, schmerzhafte Missempfindungen oder Taubheitsgefühlen; Störungen der Feinmotorik; Lymphödeme; Schädigung des Gehörs und der Augen; Knochen- und Muskelschwund; Fragen zu Intimität, Sexualität und Unsicherheit in der Partnerschaft; Schlafstörungen; tumor-assoziierte Fatigue mit hartnäckiger Müdigkeit, Kraftlosigkeit, Erschöpfung und verminderter Leistungsfähigkeit; chronische Schmerzprobleme; Angststörungen; depressive Verstimmungen und starke Stimmungsschwankungen; kognitive Defizite, besonders Konzentrationsprobleme und Gedächtnisschwäche; Beeinträchtigung des Körper- und Selbstbildes.

Nicht selten verursachen diese Folgeerscheinungen wiederum eine Reihe von psychischen Problemen, die sich negativ auf die familiäre, berufliche und finanzielle Situation auswirken.

Unterstützungsbedürfnisse von «Cancer Survivors»

Im Wesentlichen geht man heute davon aus, dass das Leben nach einer Krebskrankheit selten in vergleichbarer Weise weitergeführt wird, wie vor der Erkrankung. Langzeitüberlebende erzählen von anhaltenden Anstrengungen, damit sie ihre Lebensbalance wiedererlangen. Teilweise müssen nach der einschneidenden Erfahrung mit der Tumorerkrankung und -behandlung auch die Lebensziele neu definiert werden.

«Cancer Survivors» leiden häufig an einer insgesamt schlechteren gesundheitlichen Verfassung und stärkeren Einschränkungen im Alltag als die allgemeine Bevölkerung. Sie haben damit auch grössere und sehr unterschiedliche Bedürfnisse nach gesundheitlicher Versorgung und Betreuung. Diese Heterogenität der Bedürfnisse stellt das Gesundheitssystem vor grosse Herausforderungen.

Es gibt jedoch noch kaum Screenings (systematische Testverfahren), um die Langzeitfolgen einer Krebserkrankung und deren Behandlung systematisch zu erfassen.

Unterstützungsangebote der Krebsliga

Bereits heute können sich Betroffene und Angehörige bei Fragen zum Umgang mit Krebs und seinen Folgen, mit Sozialversicherungsfragen, für eine Beratung im Zusammenhang mit dem beruflichen Wiedereinstieg oder für eine psychoonkologische Begleitung an die Krebsliga der entsprechenden Region wenden.

In Zukunft sollen «Cancer Survivors» bezüglich ihrer ganz spezifischen Bedürfnisse aber noch vermehrt Unterstützung erhalten. Zur Verbesserung der Gesundheit und um eine qualitativ hochstehende Versorgung und Betreuung gewährleisten zu können, sind neue Konzepte gefragt.

Die kantonalen und regionalen Krebsligen möchten noch stärker als Kompetenzzentren anerkannt werden, welche innerhalb des Betreuungs-Netzwerks die Verbindungen herstellen. Ziel ist es, Fachstellen und -personen zu empfehlen, die das notwendige krebsspezifische Knowhow vorweisen können. Die Krebsliga Schweiz soll noch stärker zur Drehscheibe werden, mit deren Hilfe die Betroffenen an geeignete, qualitativ hochstehende Unterstützungsangebote gelangen können. Dazu gehört auch, dass sich die Krebsliga vermehrt für eine Sensibilisierung in der Öffentlichkeit sowie der Gesundheitsfachpersonen engagiert, um auf die vielfältigen Probleme der «Cancer Survivors» aufmerksam zu machen.

Krebsliga Schweiz, Anna Barbara Rüegsegger, Fachspezialistin Cancer Survivors

Ihre Fragen zu Krebs können Sie den Fachberaterinnen des **Krebstelefons** stellen, die unter der Nummer **0800 11 88 11** erreichbar sind.

Betroffene, Angehörige und Interessierte jeden Alters erhalten im vertraulichen Gespräch Auskünfte und persönliche Begleitung zu Prävention, Diagnostik, Therapie, Nebenwirkungen, Komplementärmedizin, Palliative Care oder Krebsforschung. Das Team unterstützt Sie einfühlsam und kompetent in Ihrer schwierigen Lebenssituation und hilft Ihnen, den für Sie besten Weg durch die Krankheit zu finden.

www.krebsliga.ch/krebstelefon

Krebstelefon & Helpline

Krebstelefon
0800 11 88 11
Montag – Freitag: 9 – 19 Uhr

E-Mail
helpline@krebsliga.ch

Chat
Chat
Montag – Freitag: 11 – 16 Uhr

Forum
www.krebsforum.ch

Skype
krebstelefon.ch
Montag – Freitag: 11 – 16 Uhr