

Cancer-Survivor: Was bedeutet das fürs Leben?

Das Leben nach dem Krebs

Nach überstandener Krebserkrankung sind die betroffenen Menschen häufig nicht wie auf Knopfdruck symptom-/problemfrei. Ein ganzheitliches «Cancer Survivorship»-Modell zeigt die Kernelemente auf, die für eine hohe Qualität des Überlebens essenziell sind.

Text: Ilona Kaufmann-Molnár und Anja Hermann

Die Überlebensrate fünf Jahre nach einer Krebsdiagnose in der Schweiz stieg in den letzten Jahrzehnten stetig an. Aktuell liegt sie bei Männern bei 56 Prozent und bei Frauen 62 Prozent (BFS, 2021). Grund für den Anstieg ist der medizinische Fortschritt, die bessere Diagnostik, die Früherkennung, sowie die verbesserten Behandlungsmöglichkeiten (Weiss, 2022). Die Zunahme der Anzahl Langzeitüberlebender, sogenannter Cancer Survivors, hat Auswirkungen auf die Betroffenen und das Gesundheitssystem. Survivors haben ein höheres Risiko für Langzeit- und Spätfolgen sowie für die Entwicklung neuer Krebserkrankungen (Mayer et al., 2017).

Das ganzheitliche Survivorship-Modell

Sheikh-Wu et al. (2023) beschreiben ein ganzheitliches Survivorship-Modell, das aus einer umfassenden Literaturübersicht entstanden ist. Das Modell schil-

dert die Kernelemente, die für eine hohe Qualität des Überlebens essenziell sind. In diesem Modell werden die prädisponierenden Faktoren der Krebsüberlebenden, die Krebsdiagnose, die Cancer Survivorship Phasen (akut, erweitert und langfristig) beschrieben. Zudem werden die Einflussfaktoren auf die Behandlung und Aufrechterhaltung (z. B. medizinische und psychologische Betreuung) reflektiert sowie die Zusammenhänge zwischen den Bereichen des Wohlbefindens (z. B. körperlich, psychologisch, sozial) und weiteren Einflussfaktoren dargestellt.

Alle diese Faktoren haben Einfluss auf die Erfahrung von Krebsüberlebenden und deren Resultate (Belastung durch Symptome und Lebensqualität). Das «krebsüberlebende Kontinuum» umfasst positive, negative und lebensverändernde Ereignisse, die über die drei verschiedenen Cancer-Survivorship-Phasen (akut, erweitert und langfristig) auftre-

ten. In jeder Phase erleben die Krebsüberlebenden neue Ereignisse (Remission, Rezidiv, Erhaltungstherapien) und werden vor weitere Herausforderungen gestellt. Neue Symptome oder Ereignisse haben auch Auswirkungen auf die Familie, Freund:innen und Angehörigen.

Langzeitfolgen

«Non-small-cell lung cancer (NSCLC)»- oder Nicht-kleinzellige-Lungenkarzinom-Überlebende leiden während und lange nach Therapieabschluss unter hoher Symptomlast. In einer Vergleichsstudie von Hechtner et al. (2019) war die Lebensqualität der NSCLC-Survivors bei Symptomen wie Dyspnoe, Fatigue, Husten und Schlaflosigkeit deutlich schlechter als bei der Normalbevölkerung. NSCLC-Überlebende, die sich mehr als vier Stunden pro Woche bewegten, zeigten hingegen bessere Ergebnisse. Diese Personen waren zusätzlich weniger psychisch belastet und hatten eine bessere Lebensqualität.

Swisher et al. (2022) befragten Lungenkrebsüberlebende nach ihren Bedürfnissen und Sorgen. Die Befragten gaben mindestens eine bis sieben Sorgen an. Müdigkeit (69%), Atmung (66%) und körperliche Aktivität/Bewegung (55%) wurden am häufigsten genannt. Weitere Probleme waren Taubheit, Neuropathie und Schmerzen. Psychologische und emotionale Sorgen waren Angst/Depression (49%) sowie Angst vor einem Rückfall (45%). Ein Drittel gab Probleme mit Versicherungen und Finanzen an. Diese wurden zwar weniger häufig genannt, aber als schwerwiegendere Sorgen eingestuft als körperliche oder emotionale Probleme. Ein multiprofessionelles Team bot in der gleichen Studie einen umfassenden Behandlungsplan mit verschiedenen Angeboten an (Swisher et al., 2022). Das Programm verbesserte körperliche Symptome und die psychische Gesundheit. Finanzielle Probleme und



Nach seiner Krebserkrankung braucht Herr C. mehr Ruhepausen als vorher und er findet Freude an kleinen Dingen wie einer Tasse Kaffee (Symbolbild).

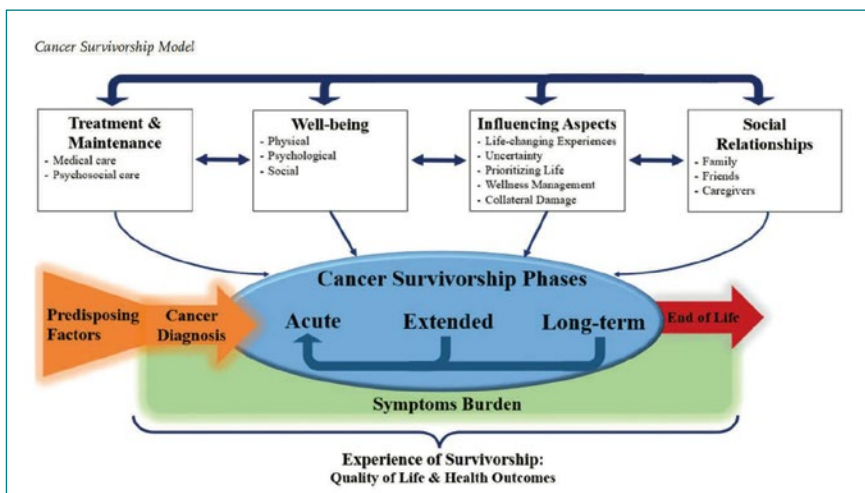


Abbildung 1 «Cancer Survivorship Model», (Quelle: Sheikh-Wu et al. (2023, p. 6). A Cancer survivorship model for holistic cancer care and research. Canadian Oncology Nursing Journal 33(1), 4-16

Schwierigkeiten mit der Versicherung verbesserten sich ebenfalls. Es wird deutlich, wie wichtig die interprofessionelle Zusammenarbeit verschiedener Berufsgruppen ist. Zudem ist die Konstanz des Behandlungsteams



Die Betreuungs-Kontinuität im Alltag ist für Krebsüberlebende sehr wichtig.



entscheidend. Anhand eines Patientenbeispiels wird im Folgenden aufgezeigt, wie eine Pflegeexpertin APN (Advanced Practice Nurse) und ein Onkologe diese Faktoren sichern können.

Der Einfluss der Pflegeexpertin

Herr C., 59 Jahre alt, erkrankte an einem nicht-kleinzelligen Adenokarzinom des Lungen-Oberlappens mit mediastinaler Lymphknotenmetastase und Stenosierung der Trachea. Er litt unter Anstrengungsdyspnoe bei körperlicher Aktivität und starkem produktivem Husten mit Auswurf. Nach drei Zyklen Chemotherapie und Bestrahlung kamen massive Schwäche, Fatigue und Kreislaufprobleme dazu. Er verlor Gewicht, weil er starke Schmerzen beim Schlucken hatte. In dieser für ihn sehr schwierigen Zeit musste er wegen einer Pneumonie hospitalisiert werden. Während seines stationären Aufenthaltes wurde Herr C. regelmässig von den Onkolog:innen und der Pflegeexpertin APN visitiert. Es wurden supportive Gespräche, zu den Themen beeinflussende Aspekte, Wohlbefinden und soziale Be-

ziehungen geführt (siehe «Krebsüberlebende Kontinuum»). Die Pflegeexpertin APN ist verantwortlich für die Begleitung, Beratung und Betreuung von Menschen mit einer Lungenerkrankung unter antitumorale Therapie. Ziel ist es, die Betroffenen und ihre Angehörigen während des ganzen Behandlungspfades psychosozial zu unterstützen und im Selbstmanagement zu fördern sowie das interprofessionelle Behandlungs- und Betreuungsteam zu koordinieren. Bei Herrn C. halfen eine wirksame Schmerztherapie, das Anpassen der Kostform, proteinreiche Ernährung und Ernährungsberatung sowie Physiotherapie für gezielten Muskelaufbau, Stabilität der Muskelgruppen und Atemübungen. Da er allein zuhause lebte, wurden eine Haushaltshilfe und die spitalexterne Onkologiepflege organisiert. Seine Schwester begleitete Herrn C. beim Einkaufen. Weiterführende Unterstützung für die Angehörigen wurde durch die APN eingeleitet. Die betagte Mutter von Herrn C., die für ihn kochte und sich sehr grosse Sorgen machte, wurde durch die Krebsliga beraten. Die psychoonkologische Betreuung lehnte er selbst allerdings ab. Nach fünf Tagen konnte er wieder nach Hause austreten und fühlte sich in seiner eigenen Umgebung, dank den organisierten Unterstützungsangeboten, wohl. In der ambulanten Pflegesprechstunde berichtete er, dass er sein Leben anders priorisiere. Er freue sich über kleinere Glücksmomente im Alltag, wie beispielsweise in einer schönen Umgebung einen Kaffee zu trinken. Sein Leben musste er anpassen, mehr Ruhepausen einlegen und alles viel langsamer machen. Heute hat er eine gute Lebensqualität, wie er berichtet. Er kann wieder arbeiten und spazieren gehen. Seine Erkrankung akzeptiert er und er ist sehr froh, dass er wieder selbstständig ist. Die Angst vor einem Rezidiv ist da, sie kommt und geht wieder. Es ist ein Aushalten, da er weiss, dass die Angst wieder vorbei gehen wird.

Das wurde in der Pflegesprechstunde thematisiert. Nun ist er seit zwei Jahren tumorfrei.

Langzeitfolgen

In jeder Phase erleben Cancer Survivors persönliche Herausforderungen und Sorgen. Gesundheitsfachpersonen fühlen sich für diese verschiedenen Herausforderungen oft nicht verantwortlich. Es gibt kaum spezifische Angebote oder eine integrierte Versorgung, die für alle Betroffenen oder Angehörigen zugänglich sind (Dolder, 2024). Nach Schätzung der Krebsliga Schweiz hat ein Drittel der Cancer Survivors einen grossen Rehabilitation- oder Nachsorgebedarf (Dolder, 2024). Die Betreuungskontinuität im Alltag ist für Cancer Survivors sehr wichtig. Eine Sprechstunde mit einer Pflegeexpertin APN für die Betreuung von Cancer Survivors für zwei Monate nach einer Initialtherapie ist sinnvoll und wichtig. Seit zehn Jahren wird in der Ostschweiz eine spezialisierte Survivorship-Expert:innensprechstunde angeboten (Dolder, 2024). Wenn solche Angebote ausgebaut und die Herausforderungen, denen sich Cancer Survivors stellen müssen, gezielt angegangen würden, könnte die Chronifizierung von Gesundheitsproblemen vermieden oder vermindert werden.

Autorinnen

- Ilona Kaufmann-Molnár** APN Onkologie, Abt. Praxisentwicklung und Forschung Pflege, Universitätsspital Basel, ilona.kaufmann-molnar@usb.ch
- Anja Hermann** Stv. Direktorin Pflege/MTT, Medizinische Direktion, Universitätsspital Basel



Das vollständige Literaturverzeichnis ist erhältlich bei der Redaktion oder bei ilona.kaufmann-molnar@usb.ch