

Was kann unseren Patienten und Patientinnen helfen?

Die meisten Patienten werden sich konkrete Ratschläge zur Reduktion ihrer Beschwerden wünschen. In diesem Zusammenhang einige Empfehlungen:

1. Sowohl Patienten als auch Angehörigen müssen über die Nebenwirkungen Denkstörung, Konzentrationsstörung, Stimmungslabilität etc. aufgeklärt werden, damit nicht der Vorwurf im Raume steht, der Patient „dürfe sich eben nicht so gehen lassen“. Ganz wesentlich für das Wohlbefinden ist die Akzeptanz der Denkstörung.
2. In der Regel ist es schon entlastend, die spontane Besserung der Einschränkungen anzusprechen: Spätestens 1 Jahr nach Therapieende geben die meisten Patienten eine Besserung an.
3. Psychische und physische Überlastungen sollen während der Zeit der Tumortherapie vermieden werden. Ggf. ist eine psychosoziale Hilfestellung zur Entlastung zu prüfen.

Was kann unseren Patienten und Patientinnen helfen?

4. Begleitende psychoonkologische Gespräche fördern die Akzeptanz der eigenen Einschränkung. Das Angebot von Paargesprächen kann genauso entlastend wirken, wie Familiengespräche mit Kindern.
5. Körperliche Aktivität, Yoga, Walking, Tanzen etc. kann zur Verbesserung des körperlichen Wohlbefindens, der Leistungsfähigkeit und sekundär zur Reduktion der Stimmungslabilität beitragen.
6. „Gehirnjogging“ (Kreuzwörterrätsel, Denkspiele u.v.m) kann im Einzelfall eine Verbesserung der Merkfähigkeit und Konzentration bewirken. Eine gute Balance zwischen Aktivität und Entspannung ist auch hier wichtig.

Herausgeber:

Tumorzentrum Berlin e.V.
Dachverband der Berliner Tumorzentren
Robert-Koch-Platz 7
10115 Berlin-Mitte
Telefon: (030) 28 53 89 0
Fax: (030) 28 53 89 40
E-Mail: tumorzentrum@tzb.de

Stand: 5/2012



TumorZentrum Berlin e.V.

Dachverband der Berliner Tumorzentren

Chemobrain

Merk- und
Konzentrationsstörungen bei
Tumorpatienten

**Eine Information für
Ärzte und medizinisches
Fachpersonal**



**Projektgruppe
Supportive Maßnahmen
in der Onkologie**

Was ist Chemobrain ?

Durch eine Chemotherapie werden Tumorzellen mit sehr wirksamen Medikamenten abgetötet. Diese Medikamente wirken auf alle sich teilenden Zellen und können somit auch unerwünschte Nebenwirkungen an gesunden Zellen verursachen: Bekannt sind Übelkeit, Erbrechen, Haarverlust, Erschöpfung, Infektionsrisiko und Blutarmut.

Viele Betroffene haben außerdem den Eindruck, dass auch ihre geistige Leistungsfähigkeit in Mitleidenschaft gezogen wird: Sie berichten, sich schlechter konzentrieren zu können und häufig Fehler zu machen. Selbst alltägliche Dinge können sich viele schlechter merken und Probleme werden langsamer erfasst. Die Fähigkeit des „Multitaskings“ sei zudem erheblich reduziert.

Begleitet werden diese Beschwerden oft von Stimmungslabilität, depressiven Symptomen und einem persistierendem Gefühl der schnellen Erschöpfbarkeit.

Für diese Beschwerden wurde der Begriff „Chemobrain“ geprägt. Wissenschaftliche Studien zu diesem Phänomen kamen bisher zu widersprüchlichen Ergebnissen.

Es war lange Zeit umstritten, ob sich die mentale Leistungsfähigkeit nach einer Krebstherapie verändert, und ob Veränderungen tatsächlich auf die Chemotherapie oder auf andere Faktoren zurückzuführen sind.

Was ist Chemobrain ?

Die Krebserkrankung stellt für den Organismus eine Stresssituation dar.

Diagnose, Operation, Bestrahlung und Begleitmedikamente unter der Chemotherapie könnten einen zusätzlichen Einfluss ausüben.

Aktuelle psychoimmunologische Forschungsergebnisse haben gezeigt, dass durch jede Form von Gewebetrauma, unabhängig, ob durch Unfall, Operation, Bestrahlung oder Medikamente, eine Art systemische Entzündung getriggert wird, die sekundär auch Auswirkungen auf das Gehirn nach sich ziehen kann.

Aktuell konnten im Rahmen einer prospektiven Studie mittels MRT bei Patienten mit Chemotherapie Veränderungen in der weißen Hirnsubstanz nachgewiesen werden, die in einer unbehandelten Kontrollgruppe nicht auftraten. Korrelierend mit diesen strukturellen Veränderungen ließen sich in neurologischen Tests Hirnleistungsstörungen in der Therapiegruppe feststellen. Diese waren in der Kontrollgruppe ebenfalls nicht aufgetreten.

Wie kann die Denkstörung objektiviert werden ?

Neuropsychologische Tests allein bilden die individuell gefühlten Probleme in vielen Untersuchungen nicht ab.

Im Rahmen einer Studie wird derzeit an der Charité ein Fragebogen evaluiert, mit dessen Hilfe die Patientinnen wahrgenommene Beschwerden dokumentieren können. Zeitgleich werden validierte neuropsychologische Tests zur Objektivierung der Merkfähigkeit, Konzentration etc. durchgeführt.

Informationsmaterial

Zu weiteren Themen können Informationsbroschüren kostenfrei beim Tumorzentrum Berlin e.V. bestellt werden.

- ◆ „Anregungen für den Umgang mit Kindern krebskranker Eltern – Eine Information für Ärzte und Pflegekräfte“
- ◆ „Anregungen für den Umgang mit Kindern krebskranker Eltern – Eine Information für Eltern und Angehörige“
- ◆ „Psychosoziale Ansprechpartner in Berlin – Adressen und Kontakte“

Online unter: www.tzb.de