MFA-Magazin „info praxisteam“

Wie der Krebs das Leben durcheinander bringt

Dieser Ausgabe von MMW liegt wieder „info praxisteam“ bei, das Magazin für Medizinische Fachangestellte. Ein großes Thema in Heft 3/16 ist die Betreuung von Patienten, die eine Krebstherapie hinter sich haben und unter den physischen und psychischen Folgen leiden.

— Viele ehemalige Krebspatienten werden in den Hausarztpraxen betreut. Und immer stellt sich die Frage: Was können die Patienten tun, damit die Krankheit nicht wiederkehrt?

Manche dieser Patienten klagen über rasche Erschöpfung und Abgeschlagenheit, die bereits bei geringen Belastungen auftreten. Diese Symptome können auch lange nach dem erfolgreichen Ende einer Tumorbehandlung weiter bestehen. Einige spezifische Auslöser für Erschöpfung wie Schlafmangel (z. B. durch Schmerzen oder andere körperliche Beschwerden) oder Infekte können behandelt werden. Dass regelmäßige körperliche Aktivität die Schwere der Fatigue bei Krebspatienten mindern kann, gehört zum gesicherten Wissen und findet sich in den entsprechenden Leitlinien.

Auch spezielle Bewegungs- und Physiotherapien haben in der Krebsnachsorge vielfältige Aufgaben. Neben der Reduktion direkter Folgen der Krebsbe-

handlung geht es dabei auch um die Verstärkung der physiologischen Körperwahrnehmung, was sich positiv auf die psychische Befindlichkeit des Patienten auswirken kann. Mit Bewegung in Form von Kraft- oder Ausdauertraining kann man z. B. Fatigue lindern, aber auch eine Polyneuropathie verbessern. Welche Art der Bewegung am günstigsten ist, richtet sich nach der individuellen Situation der Patienten. Die aktuellen Empfehlungen lauten jedenfalls, Patienten so früh wie möglich zu Bewegung zu motivieren und anzuleiten.

Unterernährung als Folge einer Krebserkrankung

Bei Krebspatienten besteht relativ häufig das Problem der Unter- bzw. Mangelernährung. Zu den Ursachen gehören Irritationen von Geschmacks- und Geruchssinn, Schluckstörungen oder Probleme mit der Verdauung. Auch Veränderungen des Stoffwechsels infolge einer chronischen Entzündung, wie sie bei Tumoren oft auftritt, können eine Rolle spielen. Eine Unter- oder Mangelernährung ist in jedem Stadium der Erkrankung möglich – auch in der Phase der Nachsorge.

Häufig unterschätzt werden vor allem die psychischen Aspekte einer Krebserkrankung. Zunächst ist da die Angst vor einem Rezidiv oder vor Metastasen, die durch regelmäßige Kontrolluntersuchungen aktuell gehalten wird. Die Patienten fragen sich bei den vielen Arztbesuchen, ob sie wirklich geheilt sind – und was passiert, wenn das nicht der Fall ist. Aber auch ganz praktische Fragen der Lebensplanung sind davon betroffen, vor allem bei Überlebenden in jüngerem Alter. Kann mein Partner mit mir diese lebenslange Unsicherheit aushalten? Kann oder will ich eine Familie gründen

und Kinder haben? Soll ich einen Kredit aufnehmen? Werde ich was davon haben, wenn ich eine lange und schwere Berufsausbildung mache? Wie komme ich zurück in den Beruf? Bin ich überhaupt noch leistungsfähig?

Wenn man diese Fragen hört, wird schnell klar, wie belastend die Situation für die Betroffenen sein kann, obwohl es gar keinen akuten Anlass zur Sorge gibt. Mit der kurzen Antwort „Seien Sie doch froh, dass Sie leben“ wird man dieser belastenden Situation nicht gerecht. Empathie, Stärkung und Begleitung können den Patienten beim Anpassen an einen abrupt veränderten Lebensweg helfen.

Daneben geht es in der Rubrik „rezeption“ u. a. darum, wie man persönliche Ziele findet und erreicht. Und in der Rubrik „praxisorganisation“ wird ein alltägliches Problem behandelt: die richtige ICD-Kodierung.

Dr. Reinhard Merz

„info praxisteam“ im Web

Unser MFA-Magazin erscheint viermal jährlich. Alle Beiträge sind unter

www.info-praxisteam.de

auch im Internet abrufbar und können direkt kommentiert werden.

Auch für mobile Endgeräte wie Smartphones oder Tablets ist „info praxisteam“ verfügbar. Die App wird sowohl für iOS von Apple als auch für Geräte mit Android-Plattform angeboten. Mehr darüber, wie man die App beziehen kann, erfahren Sie auf der oben angegebenen Website.

Zu den Beiträgen im Heft gibt es von der Redaktion ausgesuchte Verweise auf weiterführende Informationen online. Viele davon sind auch für Sie als Arzt interessant.

Sie erreichen uns per E-Mail unter:

redaktion@info-praxisteam.de