



Sonderrubrik der Medical Tribune Nr. 9 · 1. März 2013

## Plädoyer für mehr psychoonkologisches Know-how

# Der Hausarzt bildet die Schnittstelle

**RHEINFELDEN** – Oft werden Betroffene ohne Vorwarnung und von einem Tag auf den anderen von einem scheinbar gesunden Menschen zum Krebspatienten. Für viele bricht erst einmal eine Welt zusammen. Nichts ist mehr wie es einmal war. Anlässlich der **Tagung Psychoonkologie der Schweizerischen Gesellschaft für Psychoonkologie und der Klinik Schützen Rheinfelden** wurden wichtige Fragen zur Betreuung von Krebspatienten diskutiert.

Was Hausärzte wissen und woran sie denken sollten, vermittelten **Dr. Brigitta Wössmer**, Leitende Psychologin, Universitätsspital Basel und **Dr. Edy Riesen**, Hausarzt, Ziefen, an einem Workshop.

### Fakten, die man gern verdrängt

Die Lebenszeitprävalenz von Krebserkrankungen ist erschreckend hoch. Im Laufe ihres Lebens erkranken 40% der Personen in der Schweiz an Krebs. Und die Inzidenz liegt bei mehr als 30 000 jährlichen Neuerkrankungen.

Das Selbstverschuldungskonzept wird gerne bemüht, und wenn es sich um ein Bronchialkarzinom bei einem Raucher handelt, ist das auch nicht von der Hand zu weisen. Doch bei den meisten Krebsarten muss die Frage nach den Ursachen nach wie vor unbeantwortet bleiben. Theorien über die «Krebspersönlichkeit» halten sich hartnäckig, obwohl sie wis-

senschaftlich jeglicher Grundlage entbehren. Man kann es nicht oft genug betonen: ein alter Hut!

### Warum der Hausarzt so wichtig ist

Während der Behandlung und Nachsorge werden Krebspatienten mit einer Vielzahl von Spezialisten konfrontiert (interdisziplinäres Management), von denen jeder über einen kleinen Aspekt enorm viel weiss. Und das ist fraglos gut so und dient der Optimierung der Therapie. Sie alle bringen ihr Wissen ein. Doch für Betroffene kann leicht der rote Faden verloren gehen, sie fühlen sich alleingelassen.

Und da kommt der Hausarzt ins Spiel, der über weniger Detail- und Expertenwissen verfügt, dafür aber abschätzen kann, wie es um seinen Patienten bestellt ist. Wenn über Jahre und vielleicht Jahrzehnte eine vertrauensvolle Arzt-Patienten-Beziehung aufgebaut werden



Hausärzte sind für Krebspatienten wegen der besonderen Beziehung wichtige Partner.

konnte, wird er zur Anlaufstelle für die Sorgen und Nöte seines onkologischen Patienten.

### Belastungsfaktoren bei Krebspatienten

Dr. Wössmer erinnerte an die vielen Problembereiche, die im Zusammenhang mit einer Krebserkrankung an Relevanz gewinnen (siehe Kasten).

Onkologische Patienten leiden unter einer besonders hohen Symptombelastung: Bei einem typischen stationären Krebspatienten liegen im Durchschnitt zehn belastende Symptome vor. Im ambulanten onkologischen Setting sind es durchschnittlich fünf: «Cancer is not like one disease, it's like having ten diseases». Und je mehr Symptome vorhanden sind, desto schlechter ist die Lebensqualität. Schmerzen und Fatigue belasten die Betroffenen am meisten. Bis zu 70% der Krebspati-

enten leiden unter starken Schmerzen, die als Trigger für psychische Störungen angesehen werden müssen. Sie verdoppeln das Risiko, dass auch die Psyche in Mitleidenschaft gezogen wird.

Fragt man Betroffene, was ihrer Ansicht nach schuld ist an der Krebserkrankung, dann zeigen sich erstaunliche Ursachen-Attributionen, so Dr. Wössmer:

- 79% Umweltverschmutzung
- 70% Stress und Hetze im Alltag
- 68% eigene seelische Probleme
- 57% Schicksal
- 54% familiäre Belastungen und Sorgen
- 53% berufliche Belastungen und Sorgen
- 50% körperliche Veranlagung («Gene»).

Um die Praxisrealität zu untersuchen, wurde 2007 die Zürcher Evaluationsstudie durchgeführt. Sie sollte die Frage beantworten, welche psy-

chosozialen Bedürfnisse von Krebspatienten und ihren Angehörigen schlecht abgedeckt werden. Nur 39% der Patienten und 27% der Angehörigen haben mit dem Arzt besprochen, was sie für ihr seelisches Wohlbefinden tun können.

### Hilfreiche Tipps für den Praxisalltag

Im hausärztlichen Alltag besteht jedoch oft eine grosse Diskrepanz zwischen dem Goodwill auf der einen und dem praktisch Machbaren auf der anderen Seite. Dr. Wössmer verwies auf sinnvolle, standardisierte Instrumente, die sowohl die körperliche Belastung erfassen, als auch ein Bild von der psychosozialen und emotionalen Dimension liefern. Als Beispiel erwähnte sie den Fragebogen des National Comprehensive Cancer Network ([www.nccn.org](http://www.nccn.org)), der sich bewährt hat und so konzipiert ist, dass nichts unter den Tisch fällt. RW

### Take-Home-Message von Dr. Wössmer

- Belastungsfaktoren erfragen und dokumentieren
- Angehörige einbeziehen, da deren Belastung negative Auswirkungen auf den Patienten hat
- Kinder nicht vergessen: 18% der Krebspatienten haben Kinder unter 16 Jahren; bei Frauen mit Mammakarzinom liegt diese Rate bei 30%
- Ressourcen von Patienten und Angehörigen mobilisieren
- Momente der Stille schaffen und aushalten

### Was den Krebspatienten belastet

- unvorhersehbarer Verlauf
- begrenzte Lebensplanung – unsichere Zukunftsperspektiven
- Irreversibilität und/oder Progredienz der Krebserkrankung
- subjektive oder objektive Lebensbedrohung
- reduzierte körperliche Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit
- Bedrohung von körperlicher Integrität und Selbstbild
- aversiv erlebte Therapien
- chronische Schmerzen
- stigmatisierende Reaktionen des Umfelds.

## Wenn SMS und Telefon den Tagesablauf bestimmen

# Auch Smartphones führen in die Abhängigkeit

**WACO** – Ob in Bus, Bahn, auf dem Pausenhof oder zu Hause – die meisten Jugendlichen sieht man nur noch aufs Display ihres Smartphones starren. Nach Expertenmeinung eine nicht zu unterschätzende Sucht.

Die Abhängigkeit vom Internet wurde schon in mehreren Studien untersucht. Mit Mobiltelefonsucht hat sich hingegen bisher kaum jemand beschäftigt. Und das, obwohl junge Erwachsene durchschnittlich

109,5 Textnachrichten pro Tag verschicken, 113 empfangen und ihr Mobiltelefon ca. 60 mal checken. Studenten verbringen etwa sieben Stunden täglich mit der Informations- und Kommunikationstechnologie. 60% von ihnen schliessen eine Sucht nicht aus.

### Welche Persönlichkeit ist prädestiniert?

US-Kollegen wollten nun wissen, welche Charaktereigenschaften für

die Abhängigkeit von Smartphones und Co. prädestinieren. Dazu sollten 191 Studenten der Wirtschaftswissenschaften einen Fragebogen ausfüllen, um u.a. die Ausprägung eines materialistisch orientierten Verhaltens zu erfassen.

Aber auch Persönlichkeitseigenschaften wie Impulsivität galt es zu beurteilen. Beide Eigenschaften hatten in vielen Untersuchungen eine enge Assoziation zu Kreditkartenmissbrauch, Kaufräuschen und

ähnlichen pathologischen Verhaltensweisen gezeigt.

### Triggert Materialismus die Telefonsucht?

Das Ergebnis: Es fand sich ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Messparameter «Materialismus» und der Telefon- bzw. SMS-Sucht. Auch Impulsivität spielte als Persönlichkeitsmerkmal eine grosse Rolle, erreichte aber keine Signifikanz. Die Abhän-

gigkeit von modernen Kommunikationstechnologien sollte daher in einem breiteren Kontext von sozial abweichenden Verhaltensweisen betrachtet werden. Und die mögliche «Komorbidität» von Techniksucht und anderen Konsumauffälligkeiten verdient weitere Untersuchungen, so das Fazit der Autoren. abr

Roberts JA et al., Journal of Behavioral Addictions 2012; online first.