

ZUM THEMA: KREBS

Anja Mehnert – U. Koch (Hrsg.):

HANDBUCH PSYCHOONKOLOGIE

Hogrefe-Verlag, Göttingen 2016. 762 S., € 89,95

ISBN 978-3-8017-2474-0

ISBN 978-3-8409-2474-3 (eBook)

Krebs – ein Schreckenswort. Früher, falls überhaupt, meist zu spät erkannt und ohne therapeutische Chance. Und dies über Jahrtausende und Millionen Betroffene; das sollte man trotz Angst, Kummer, Sorgen und Verzweiflung nicht vergessen. Denn in den letzten Jahrzehnten hat sich gerade auf diesem Gebiet viel, ja erstaunlich viel getan, zu unserer aller Vorteil, zumindest in der westlichen Welt. Das ist nicht zuletzt das Verdienst einer neueren medizinischen Disziplin, nämlich der Psychoonkologie oder Psychosozialen Onkologie. Das führt zu der erfreulichen Erkenntnis, dass wir in den Industrieländern zwar die höchsten Inzidenz-Raten (statistische Anzahl der Neuerkrankungen in einer Population), aber auch die niedrigsten Mortalitäts-Raten (Sterblichkeit) über alle Krebs-Erkrankungen hinweg zu verzeichnen haben. Oder kurz: Selbst wenn Krebs noch immer zu den Krankheiten mit einer hohen Lebensbedrohung und aufwendigen Behandlung zählt, überleben zunehmend mehr Betroffene oder leben erstaunlich lange mit ihrem Leiden.

Was heißt das in konkreten Zahlen für Deutschland? Hier erkrankten nach Schätzung des Zentrums für Krebsregisterdaten (ZfKD) im Jahr 2010 mehr als 250.000 Männer und rund 220.000 Frauen an einem bösartigen Tumor. Diese Zahlen umfassen alle bösartigen Neubildungen einschließlich Lymphomen und Leukämien (aber ohne die nicht-melanotischen Hautkrebs-Erkrankungen, die zwar häufig auftreten, jedoch nur sehr selten zum Tod führen).

Bei Männern führt mit Abstand der Prostata-Krebs, gefolgt von Lungen- und Darm- sowie deutlich weniger Harnblasen-Krebs u. a. Bei Frauen belastet am häufigsten

der Brustdrüsen-Krebs, gefolgt von Darm-, Lungen- und Gebärmutterkörper-Krebs. Der Krebsbefall von Haut, Mundhöhle, Rachen, Bauchspeicheldrüse, Magen, Eierstöcken, Niere, Leber, Gebärmutterhals, Speiseröhre, Schilddrüse, Hoden, Vulva sowie die Non-Hodgkin-Lymphome, Leukämien, multiplen Myelome und Krebserkrankungen des Zentralen Nervensystems sind sehr viel seltener. Prostata-, Brustdrüsen-, Lungen- und Darm-Krebs machen dabei mehr als die Hälfte aller Krebserkrankungen aus. Das ist insofern erfreulich, weil gerade hier die diagnostischen Möglichkeiten besonders günstig liegen, sofern eine rechtzeitige Diagnose möglich war.

Vor allem das Risiko an Darm- oder Lungenkrebs zu erkranken, ist nämlich durch den Lebensstil beeinflussbar (s. u.). Im Mittel trifft es die Betroffenen beiderlei Geschlechts mit 69 Jahren, allerdings mit unterschiedlichen Schwerpunkten: Bei Männern treten Krebserkrankungen seltener vor dem 55. Lebensjahr auf, wobei sich im höheren Lebensalter das Geschlechter-Verhältnis umkehrt (ab dem 65. Lebensjahr fast doppelt so häufig wie bei Frauen).

Derzeit leben in Deutschland mehr als 750.000 Männer und Frauen, d. h. ca. 1,4 Millionen Menschen mit einer Krebs-Diagnose, die nicht länger als 5 Jahre zurückliegt und damit gemeinhin noch nicht als geheilt gilt. Nach entsprechenden Schätzungen verstirbt aber bei uns jede 5. Frau (vor allem Brustkrebs) und jeder 4. Mann an einem entsprechenden Leiden (hier besonders das Bronchialkarzinom, was bei Frauen aber zunimmt).

Absolut gesehen hat die Zahl jährlich neu auftretender Krebserkrankungen in Deutschland in den letzten Jahren deutlich zugenommen, was allerdings auch auf die erfreulich gestiegene Lebenserwartung zurückgeht. Die relativen Überlebensraten (d. h. das Überleben Krebskranker im Verhältnis zum Überleben der allgemeinen Bevölkerung) sind je nach Krebs-Lokalisation sehr unterschiedlich: Die Spanne reicht von über 90 % (malignes Melanom, Hoden, Prostata) bis unter 20 % (besonders ungünstig Lunge, Speiseröhre und Bauchspeicheldrüse). Mit durchschnittlich über 60 % für beide Geschlechter sind die Überlebensraten aber erkennbar besser geworden als noch vor einigen Jahrzehnten. Das hat auch mit der Krebs-Lokalisation zu tun, d. h. weniger häufig bei den prognostisch ungünstigen Magen-Tumoren und Bronchial-Karzinomen, mehr beim schneller diagnostizierbaren Darm-, Brust- und Prostatakrebs mit günstiger Prognose.

Wie kann man nun die Heilungsaussichten verbessern? Hier sprechen die vielen epidemiologischen Studien eine deutliche Sprache was mögliche Präventions-Strategien anbelangt: Der wichtigste Risikofaktor für das Entstehen von Krebs ist das Rauchen (ca. 90 % aller Lungenkrebsfälle und ein Drittel aller Krebsfälle insgesamt). Daneben auch Ernährungsgewohnheiten, Alkohol, Übergewicht und Bewegungsmangel. Aber auch Viren, die zu Krebs führen können, einschließlich entsprechender Infektionen und anderer Erreger. Durch erbliche Faktoren entstehen etwa 5 bis 10 % aller Tumoren, durch umweltbedingte Einflüsse wie Luftschadstoffe und ionisierende Strahlung 1 bis 2 %. Zu den wichtigsten eigenen Einfluss-Möglichkeiten gehören Rauchen (geringere Überlebenschancen) sowie Sport (als zusätzliche Behandlungsmaßnahme sinnvoll).

Und natürlich die psychosozialen Unterstützungs-Faktoren der Betroffenen und ihrer Angehörigen. Dies nicht nur für die Lebenserwartung, sondern auch die Lebensqualität. Denn eine Krebserkrankung bedeutet auch für viele Patienten chronische Schmerzen, Funktions-Einschränkungen, Fatigue (krankhafte Müdigkeit) und psychosoziale Belastungen, wenn nicht gar Einbußen in der Selbständigkeit von Alltag und Arbeit. Wie erwähnt: nicht nur für die Erkrankten, sondern auch ihre Familie und das nähere, wenn nicht gar weitere soziale Umfeld.

Glücklicherweise ist Krebs aber auch ein Leiden geworden, über das offener, ja fast selbstverständlich gesprochen werden kann. Das erleichtert eine frühe und damit verbesserte Diagnostik, umfassende Behandlung und wirkungsvolle Nachsorge einschließlich psychosozialer Aspekte als wichtiger Teil einer entsprechenden Therapie. Und dies verbessert nicht nur die Überlebens-Chancen, sondern nimmt diesem Leiden auch einen Teil seines Schreckens, der ja oft stumm, aber trotzdem nachhaltig in das Leben der Betroffenen eingreift.

Hier helfen die Erkenntnisse der Psychoonkologie weiter, eines relativ jungen interdisziplinären Fachbereichs, der sich in der 2. Hälfte des 20. Jahrhunderts etabliert hat und immer wichtiger wird.

Das schlägt sich in der entsprechenden Fachliteratur nieder, die notgedrungen sehr speziell auszufallen pflegt, aber auch in Handbüchern, die einen wachsenden Leser-

kreis mit entsprechenden Aufgaben unterstützen. So auch das *Handbuch Psychoonkologie* im Hogrefe-Verlag 2016 mit fast 100 Experten aus dem In- und Ausland. Das Informations-Angebot erstreckt sich von historischen, epidemiologischen, ätiologischen und pathogenetischen Aspekten bis zu medizinischen Grundlagen, therapeutischen und präventiven Möglichkeiten. Ausführlich die einzelnen Krebserkrankungen und erstaunlich die vielen zusätzlichen Ebenen, die es ggf. zu berücksichtigen gilt. Beispiele: Kommunikation, Laien-Ätiologie und Krankheitsverarbeitung, Familie, Partnerschaft, Sexualität, Erbfaktoren, Fertilität, interkulturelle Einflüsse, E-Health-Angebote in der Onkologie, Cancer Survivorship-Programme u.a.m. Im Weiteren konkrete Informationen zu den einzelnen Krebserkrankungen mit ihren spezifischen Belastungs-, ja sogar Alters-Faktoren, zu seelischen Folge-Erkrankungen, Stigmatisierungs-Risiken und vor allem therapeutischen Möglichkeiten und Grenzen (Rehabilitation, Selbsthilfe, körperliche Aktivität, künstlerische Therapien, Komplementär-Medizin, Psychopharmaka zur (Mit-)Behandlung von psychischen Beeinträchtigungen, psychologische Interventionen (Angst, Trauer, Depression usw.). Und schließlich auch die wissenschaftlichen Perspektiven der Psychoonkologischen Forschung, Fortbildung und Öffentlichkeitsarbeit.

Jedes der 66. Kapitel hat ein weiterführendes Literaturverzeichnis, für alle hilft ein ausreichendes Sachregister weiter.

Krebs – eine Horror-Vision, wie eingangs erwähnt. Aber auch ein tröstliches Beispiel dafür, wie zumindest in der westlichen Welt (und hoffentlich nach und nach im übrigen Teil der benachteiligten Regionen dieser Erde) die medizinische Forschung zum rechtzeitigen Erkennen und gezielten Behandeln einer ehemaligen Geißel der Menschheit beitragen konnte, und hoffentlich auch weiterhin erfolgreich kann. Was aber auch eine professionelle Wissens-Vermittlung voraussetzt, wofür das *Handbuch Psychoonkologie* ein empfehlenswertes Beispiel ist (VF).