

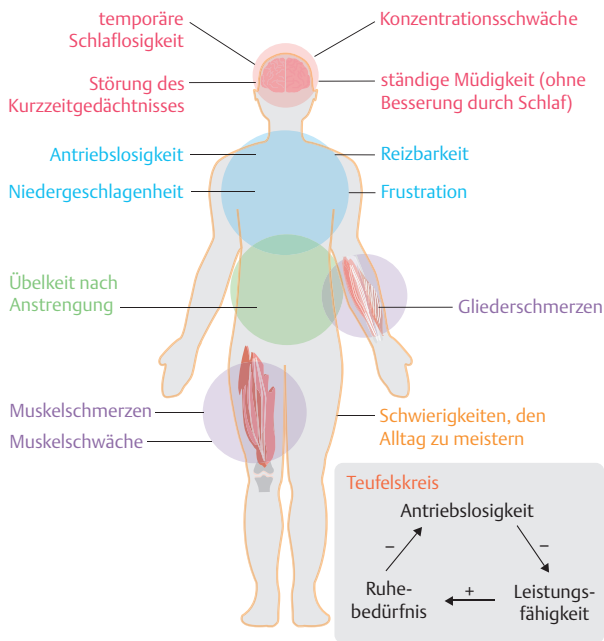
Fatigue ist die von Außenstehenden am meisten unterschätzte Nebenwirkung von Krebserkrankungen und -therapien. Das Wort bedeutet übersetzt so viel wie „Müdigkeit“ oder „Mattigkeit“. Fatigue bezeichnet in der medizinischen Fachsprache eine körperliche und seelische Erschöpfung, die weit über ein normales Maß hinausgeht und in keinem Verhältnis zu vorhergegangenen Aktivitäten steht. Das Ruhebedürfnis der Betroffenen ist enorm erhöht, sie haben keine Energiereserven mehr. Ein besonderes Problem dabei ist, dass auch ausreichend Schlaf keine Linderung schafft.

Ursachen

Mögliche Ursachen sind die Tumorerkrankung selbst und außerdem (Horneber et al 2012):

- Therapie einer Tumorerkrankung, z. B. Operationen, Chemotherapie, Bestrahlung, Immuntherapie
- Nebenwirkungen von Medikamenten, z. B. Schmerzmitteln, Benzodiazepinen, Antihistaminika
- Mangelernährung
- Hormonmangel (Schilddrüse, Nebennieren, Geschlechtshormone)
- Begleiterkrankungen
- chronische Infekte
- psychische Faktoren (Angst, Stress, Depressionen)
- Schlafstörungen
- Schmerzen
- Muskelabbau durch Mangel an körperlichem Training

Auswirkungen der Fatigue.



Quelle: I care Pflege. Thieme, 2015.

Auftreten und Intensität

Schätzungen zufolge leiden zwischen 60 und 90 % aller Tumorpatienten zumindest zeitweise unter dieser Begleitscheinung ihrer Erkrankung und Therapie (Deutsche Fatigue Gesellschaft). Eine Fatigue kann während und auch noch nach der Behandlung auftreten. Im Allgemeinen klingen die Symptome bis spätestens 3 Monate nach Therapieende ab, bei einigen Patienten bleibt das Krankheitsbild aber weiter bestehen und wird dann als „chronische Fatigue“ bezeichnet. Die Intensität hängt von der Art und Dauer der Krebsbehandlung ab.

- **Operation:** Bei operierten Patienten ist der Höhepunkt der Fatigue etwa 10 Tage nach dem Eingriff zu erwarten. Danach lässt die Intensität i. d. R. langsam nach.
- **Strahlentherapie:** Die Symptome treten oft im Verhältnis zur Größe der bestrahlten Körperfläche und zur Häufigkeit der Bestrahlung auf und nehmen fortlaufend zu.
- **Chemotherapie:** Die Symptome beginnen i. d. R. einige Tage nach Therapiestart, verbessern sich aber meist wieder bis zum nächsten Behandlungszyklus.



ARBEITSAUFTRAG

- 1 Wann liegt nach Deutscher Fatigue Gesellschaft eine Fatigue vor?
- 2 Beschreiben Sie Therapiemöglichkeiten für betroffene Pflegeempfänger.