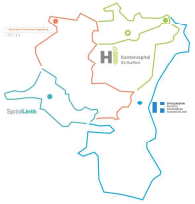
Kantonsspital St.Gallen

Workshop Cancer Survivorship Care

Veronika Nagy
FMH Medizinische Onkologie
und FMH Allgemeine Innere Medizin
Oberärztin mbF KSSG
Ambulatorium Onkologie Spital Wil

Sarah Stoll, RN, HöFa I, MAS in Onkologie,
Psychoonkologische Beraterin SGPO
Fachberaterin Cancer Survivorship, Krebsliga Ostschweiz



Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

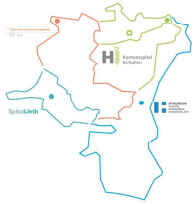
krebsliga ostschweiz

Kantonsspital St.Gallen

Definition Cancer Survivorship

- Alle Menschen nach Krebsdiagnose sind Cancer Survivors
- **Acute:** Ab Diagnose, während Krebsbehandlung
- **Extended:** Monate nach Behandlung
- **Permanent:** Jahre nach Behandlung[6]

6) American Society of Clinical Oncology, ASCO, 2014



Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

krebsliga ostschweiz

Kantonsspital St.Gallen

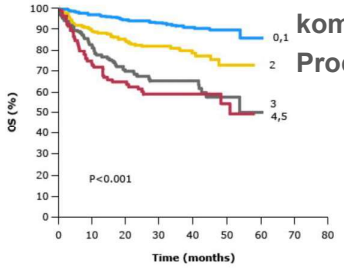
Workshop Cancer Survivorship Care Fallbeispiel

Herr M., mit 59 J. Diagnose aggressives B-Zell-Lymphom
IPI (international prognostic index): good prognosis

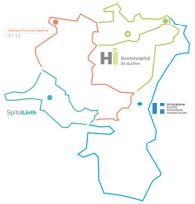
6 Zyklen Chemo- und Antikörpertherapie R-CHOP:

komplette Remission.

Procedere: Nachsorge.



Ziepert M, Hasenclever D, Kuhnt E, et al. Standard International prognostic index remains a valid predictor of outcome for patients with aggressive CD20+ B-cell lymphoma in the rituximab era. J Clin Oncol 2010; 28(14):2373-80.



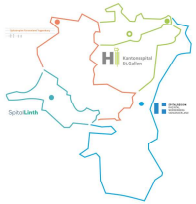
Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Kantonsspital St.Gallen

m, 59 J., aggressives B-Zell-Lymphom

vor Erkrankung 100% als Versicherungsvertreter.

Hobby: Sport, speziell Velofahren.



Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

m, 59 J., aggressives B-Zell-Lymphom

seit Chemo (beendet vor 6 Monaten) müde, erschöpft

kann von zu Hause aus max. 1-2 h arbeiten

Konzentrationsstörungen, körperliche Symptome (Gliederschmerzen, Schwindel)

Nachtschlaf / Ruhephasen nicht ausreichend erholsam

Stimmung eigentlich gut, vermisst Beruf und Velofahren

jeder kleine Infekt werfe ihn zurück

nach weiteren 6 Monaten (1 Jahr nach Therapie) keine wesentl. Besserung

Taggeldversicherung zahlt noch 9 Monate.

m, 59 J., aggressives B-Zell-Lymphom

Sieht gesund aus, wirkt ruhig, motiviert. Auffällig: häufiges Gähnen.

Status / Labor: unauffällig.

Bildgebung: kein Lymphomrezidiv.

EKG / Echokardiographie: normal.

Was hat der Patient?

Cancer (treatment) related Fatigue

Unter Fatigue versteht man eine zu den vorausgegangenen Anstrengungen **unverhältnismässige**, sich **durch Schlaf nicht bessernde** krankhafte **Erschöpfung** körperlicher und/oder geistiger Art.

Fatigue ist ein häufiges Symptom vieler internistischer und neurologischer Erkrankungen mit geringer Spezifität.

Cancer related Fatigue / Cancer treatment related Fatigue:
in klarem zeitlichen Zusammenhang mit Krebserkrankung / deren Behandlung.

Scheibenbogen C et al., Ärzteblatt Sachsen 2019

Cancer (treatment) related Fatigue

krebsliga ostschweiz

Kantonsspital St.Gallen

Vorgeschlagene ICD-10-Kriterien für tumorbedingte Fatigue

6 (oder mehr) der folgenden Symptome bestehen täglich bzw. fast täglich während einer Zwei-Wochen-Periode im vergangenen Monat, und mindestens eines der Symptome ist deutliche Müdigkeit (A 1).

- **A 1** Deutliche Müdigkeit, Energieverlust oder verstärktes Ruhebedürfnis, welches in keinem Verhältnis zu aktuellen Veränderungen des Aktivitätsniveaus steht.
- **A 2** Beschwerden allgemeiner Schwäche oder schwerer Glieder.
- **A 3** Verminderte Fähigkeit zu Konzentration und Aufmerksamkeit.
- **A 4** Verringerte(s) Motivation oder Interesse an Alltagsaktivitäten.
- **A 5** Schlaflosigkeit oder vermehrter Schlaf.
- **A 6** Schlaf wird nicht als erholsam und regenerierend erlebt.
- **A 7** Notwendigkeit starker Anstrengung, um Inaktivität zu überwinden.
- **A 8** Deutliche emotionale Reaktionen auf Fatigueproblematik (z.B. Traurigkeit, Frustration oder Reizbarkeit).
- **A 9** Durch Müdigkeit bedingte Schwierigkeiten, alltägliche Aufgaben zu erledigen.
- **A 10** Probleme mit dem Kurzzeitgedächtnis.
- **A 11** Mehrere Stunden anhaltendes Unwohlsein nach Anstrengung.

Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Deutsche Fatigue Gesellschaft

Spitalregion Fürstenland Toggenburg

Kantonsspital St.Gallen

Vorgeschlagene ICD-10-Kriterien für tumorbedingte Fatigue

- **B** Die Symptome verursachen in klinisch bedeutsamer Weise Leiden oder Beeinträchtigung in sozialen, beruflichen oder anderen wichtigen Funktionsbereichen.
- **C** Aus Anamnese, körperlichen Untersuchungen oder Laborbefunden geht eindeutig hervor, dass die Symptome Konsequenzen einer Tumorerkrankung oder ihrer Behandlungen sind.

Die Symptome sind nicht primär Konsequenzen einer komorbiden psychischen Störung, wie Major Depression, Somatoforme Störung oder Delir.

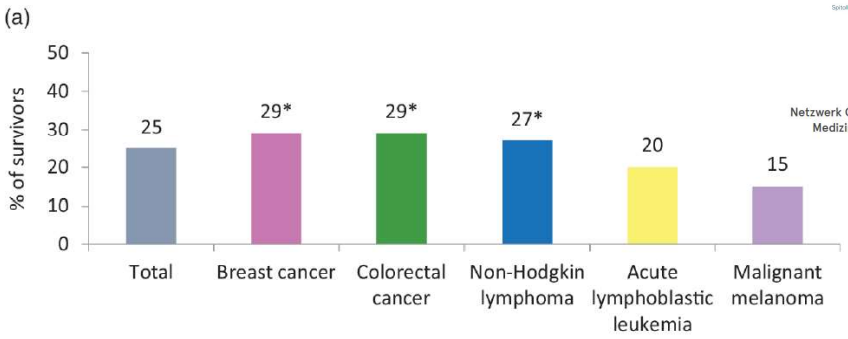
Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Deutsche Fatigue Gesellschaft

Spitalregion Fürstenland Toggenburg

Kantonsspital St.Gallen

Cancer (treatment) related Fatigue



ACTA ONCOLOGICA
2019, VOL. 58, NO. 5, 753–762
https://doi.org/10.1080/0284186X.2018.1557344

Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Spitalregion Fürstenland Toggenburg

Kantonsspital St.Gallen

Chronic cancer (treatment) related Fatigue Abgrenzung zur Depression

Fatigue:
Ich will, aber ich kann nicht

- Müdigkeit ohne entsprechende Belastung
- kein erholsamer Schlaf
- körperliche, emotionale, motivationale, kognitive Ebene
- Krankheitsvorgeschichte
- etc.

Depression:
Ich bin nichts mehr wert

- Minderwertigkeitsgefühl
- Gefühl von Leere, Sinnlosigkeit
- Negativismus, Anhedonie, Teilnahmslosigkeit, Starre
- Ideenarmut, Grübelneigung
- vegetative Störungen, Leibfühlstörungen
- Entschlussunfähigkeit
- Tages-, Saisonale Schwankung
- etc.

Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Deutsche Fatigue Gesellschaft

Kantonsspital St.Gallen

Chronic cancer (treatment) related Fatigue
Abgrenzung zur Depression

Einfacher 2-Fragen-Test:

1. Haben Sie sich in letzter Zeit (ca. 1 Monat) oft niedergeschlagen, traurig, deprimiert oder hoffnungslos gefühlt?
2. Haben Sie in letzter Zeit (ca. 1 Monat) weniger Freude an Dingen, die Sie normalerweise gern tun?

ESMO Guideline cancer-related fatigue;
Rudolf S. Bermejo I., Schweiger U. et al.
Diagnostik depressiver Störungen.*Dtsch Arztebl.* 2006; 103: A1754-A1762

ACTA ONCOLOGICA
2019, VOL. 58, NO. 5, 753–762
https://doi.org/10.1080/0284186X.2018.1557344
Taylor & Francis
Taylor & Francis Group

ORIGINAL ARTICLE

Check for updates

Chronic fatigue and associated factors among long-term survivors of cancers in young adulthood

Synne-Kristin H. Bøhn[a], Lene Thorsen[a,b], Cecilie E. Kiserud[a], Sophie D. Fosså[a,c], Hanne C. Lie[a,d], Jon H. Loge[a,e], Torbjørn Wisløff[f,g], Hege S. Haugnes[h,i] and Kristin V. Reinertsen[a]

(c) **Development of CF among survivors who have been tired since cancer treatment (n=160)**

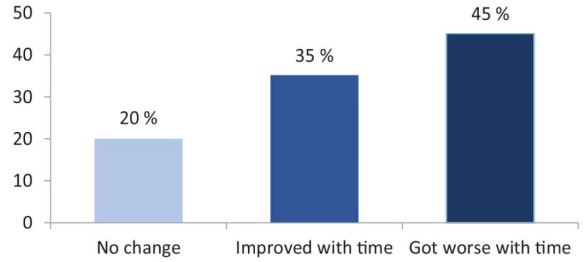
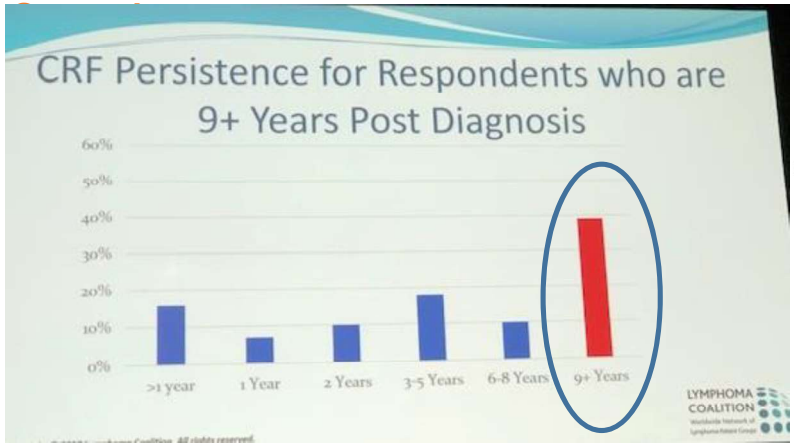


Figure 3. (a–c) Duration and development of chronic fatigue (CF).

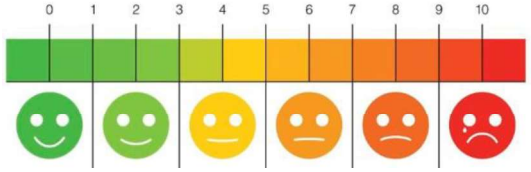
Chronic cancer (treatment) related Fatigue



Chronic cancer (treatment) related Fatigue
Screening

Subjektives Erleben!

Einfaches Screening Tool: NRS (numeric rating scale): Wie schwer ist Ihr normales Leben durch Erschöpfung / Müdigkeit beeinträchtigt?



leicht **mittel** **schwer 7-10**

Chronic cancer (treatment) related Fatigue

Fatigue in cancer patients
Often a complex clinical approach

In clinical practice:
screen for Fatigue, if ≥ 4/10, assess phenotypes:

Phenotype approach

Physical **Emotional**
Cognitive **Mixed**

«How much are you tired because:»
. Cognitive:
Problems thinking, concentrate, dizzy
. Emotional:
No meaning, no energy, depressed
. Physical:
No strength in the body, muscle weak

Strasser F. JPSM 2009;38:505-14

- Malnutrition
- Sarcopenia
- Cancer cachexia
- Muscle toxicity
- Depression
- Uncertainty
- Pharmacological psychoactive
- Delirium
- Cancer-treatment related Fatigue
- Dehydration
- Electrolytes (Ca, Phosp, Na)
- Organ-Dysfunction
- Infection
- Endocrine (Thyroid, Testosterone)
- Anemia
- Sleep-disturbances

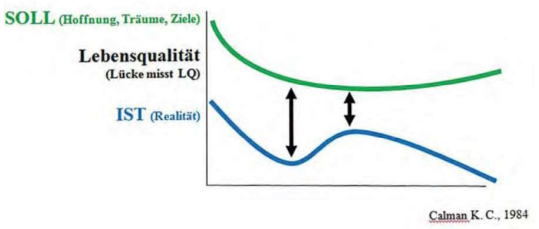
Chronic cancer (treatment) related Fatigue Therapie – Was kann ich überhaupt tun?

Zuhören, Ernstnehmen. Zeit nehmen.
Andere Ursachen / Faktoren ausschliessen.
Psychoedukation.
Familie / Angehörige informieren.

Cancer (treatment) related Fatigue

An Erwartungshaltung arbeiten.

Calman Gap



Therapie

Körperliche Aktivität: 2.5 h pro Woche Ausdauer, 2 x Kraft

zügiges Gehen (5 km/h), leichtes Velofahren, Schwimmen/Aquagym

Activity Pacing, Coping Strategien fördern, psychosoziale Energiefresser identifizieren («Energietagebuch»), Tagesstruktur, bewusste Entspannung

KEINE generelle Empfehlung für pharmakolog. Therapie

KEINE generelle Empfehlung für Nahrungssupplemente

Mind Body Medicine, Yoga, Akupunktur

Kantonsspital St.Gallen

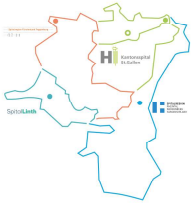
Chronic cancer (treatment) related Fatigue Therapie – Was kann ich überhaupt tun?

Unterstützung bieten bei Verhandlungen mit Arbeitgebern, Versicherungen, IV...

Zuweisung zu unterstützenden Angeboten.

Cancer Survivorship - Krebsliga Ostschweiz:
https://ostschweiz.krebsliga.ch/dienstleistungen/cancer-survivorship

Kontakt
Krebsliga Ostschweiz
Sarah Stoll
Fachberatung Cancer Survivorship
Flurhofstrasse 7
9000 St.Gallen
Telefon 071 242 70 29
sarah.stoll@krebsliga-ostschweiz.ch



Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Spitalregion Fürstenland Toggenburg

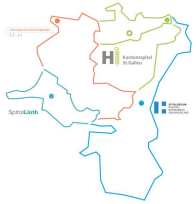
Kantonsspital St.Gallen

Krebs in der Schweiz

- In der Schweiz und in anderen Ländern Europas sowie in den USA leben ca. 4-5 % der Gesamtbevölkerung mit einer Krebsdiagnose.[1]
- Bei 8,42 Mio. sind das aktuell 372'000 Menschen (NICER, 2020).
- Krebs ist in der Schweiz die zweithäufigste Todesursache.[1]
- Fast jeder 2. Mann (47%) und jede 3. Frau (38%) muss damit rechnen, im Lauf des Lebens an Krebs zu erkranken.[4]

1) Heusser & Noseda, 2016; 4) Heusser, Baumann & Noseda, 2017

krebsliga ostschweiz



Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Spitalregion Fürstenland Toggenburg

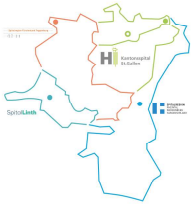
Kantonsspital St.Gallen

Zielgruppe Cancer Survivorship Fachberatung

- Cancer Survivor = erwachsene Person mit Krebsdiagnose nach abgeschlossener Erstbehandlung
  - nach Operation/medikamentöser Tumortherapie/Radiotherapie
  - Erhaltungstherapie, Zweitlinientherapie noch laufend
- Extended Survivorship: Zeit unmittelbar nach Behandlungsabschluss, meistens gemessen in Monaten.
- Permanent Survivorship: Längere Periode, meistens gemessen in Jahren nach Abschluss der Behandlung[6]

6) American Society of Clinical Oncology, ASCO, 2014

krebsliga ostschweiz



Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Spitalregion Fürstenland Toggenburg

Kantonsspital St.Gallen

Geheilt und doch nicht ganz gesund - Im Überleben allein gelassen?

- Was passiert nach abgeschlossener Krebsbehandlung?
- Wohin mit den Fragen?
- Beeinflussen Auswirkungen der Behandlung die Lebensqualität im Alltag?
- Wer ist Ansprechpartner? Was hilft?
- Im täglichen Leben mit spezifischen Problemstellungen konfrontiert?

krebsliga ostschweiz

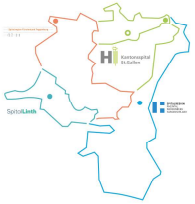
Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Kantonsspital St.Gallen

Cancer Survivorship: Leben mit und nach Krebs

- Cancer Survivors befinden sich häufig in einer insgesamt schlechteren gesundheitlichen Verfassung und leiden unter stärkeren Einschränkungen im Alltag als die allgemeine Bevölkerung.[4,10]
- Denn viele Cancer Survivors leiden auch Jahre nach der Diagnosestellung an Beeinträchtigungen des physischen und psychosozialen Wohlergehens (Spätfolgen).
- Im Wesentlichen ist davon auszugehen, dass Menschen nach einer Krebserkrankung ihr Leben selten in vergleichbarer Weise weiterführen wie vor der Erkrankung.[4,11]
- Cancer Survivors haben sehr viele und sehr unterschiedliche Unterstützungsbedürfnisse.

4) Heusser, Baumann & Noseda, 2017; 10) Heinzl, 2016; 11) Mayer et al., 2017



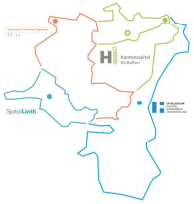
Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Kantonsspital St.Gallen

Langzeiteffekte und Spätfolgen bei Cancer Survivors[13]

- Somatische Spätfolgen
  - Leukämien
  - Zweittumore
  - Kardiovaskuläre Probleme + weitere Organschäden
- Cancer-related Fatigue
- Schmerzen
- Psychische Belastungen (Ängste, Depressionen)
- Kognitive Probleme
- Sexuelle Probleme, Infertilität
- (Chronische) Schlafstörungen
- Körperliche Leistungsfähigkeit & Aktivität reduziert
- Periphere Neuropathien
- Muskuläre, skelettale & lymphatische Beschwerden
- Berufliche und soziale Probleme

13) Kiserud, Dahl, & Fosså, 2018



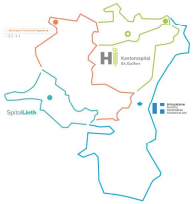
Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Kantonsspital St.Gallen

Beratungsansatz (1/2)

- Medizinisch, physisch, funktionaler Fokus
- Körperliche Symptome, Langzeitnebenwirkungen der Krankheit und Behandlung sowie deren Folgen
- Psychoonkologische oder emotionale Gesundheit (Lifestyle)

- Beratung zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit
- Vermitteln von weiterführenden Angeboten (Spezialisten, themenspezifischen Programmen)

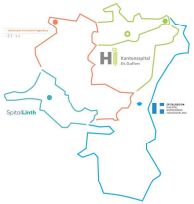


Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Kantonsspital St.Gallen

Beratungsansatz (2/2)

- Beratung basierend auf aktuellem, wissenschaftlich fundiertem Fachwissen (Weiterbildung & Manual)
- Erfassen und beraten betreffend der Belastungen und Bedürfnisse (Kurz-Screening anhand Distress Thermometer)
- Die Beratung erfolgt unter Einbezug der gesamten Persönlichkeit der betroffenen Person und deren Umfeld
- Auch Angehörige allein
- Angebot ist keine Behandlung!

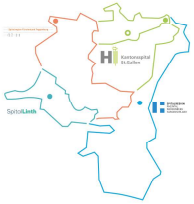


Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Kantonsspital St.Gallen

Ziel der Beratung: Lebensqualität verbessern!

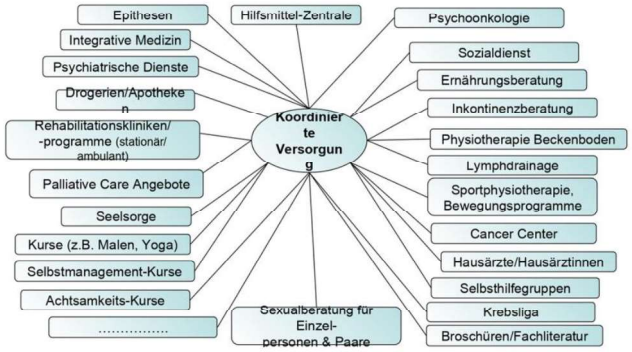
- Ressourcen- und lösungsorientierte Beratung, Patientenedukation und Selbstmanagement-Förderung
- Triage zu therapeutischen und themenspezifischen Angeboten/Programmen

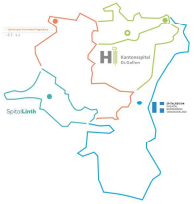


Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Kantonsspital St.Gallen

Wichtige Voraussetzung: Netzwerk und Zusammenarbeit



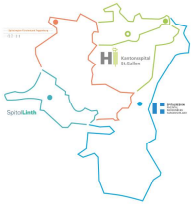


Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Kantonsspital St.Gallen

Kontakt 1/2

- 071 242 70 29 (Krebsliga Ostschweiz) oder sarah.stoll@krebsliga-ostschweiz.ch
- Beratungen sind kostenlos
- Schweigepflicht!
- Beratung in St.Gallen, Sargans, Rapperswil, Gais



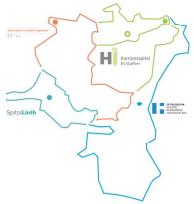
Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Kantonsspital St.Gallen

Kontakt 2/2

- Direkte Kontaktaufnahme durch Betroffene
- Onkologisches Behandlungsteam oder Hausärzte
- Sozialberatung
- Ansprechgruppen mit Kontakt zu Betroffenen

Finanzierung durch Spenden und Legate



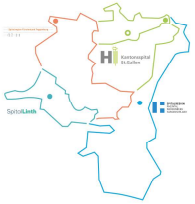
Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

CS-Fachberatungen von Kantonalen Krebsligen

- https://ostschweiz.krebsliga.ch/dienstleistungen/cancer-survivorship/
- https://aargau.krebsliga.ch/beratung-unterstuetzung/beratung-und-unterstuetzung/angebote/fachberatung-cancer-survivor/
- https://thurgau.krebsliga.ch/angebote/bestellungenverkauf/broschueren-der-thurgauischen-krebsliga/-dl-/fileadmin/thurgauische_krebsliga/downloads/sheets/cancer-survivorship-das-leben-nach-krebs-gleich-und-trotzdem-anders.pdf
- https://zuerich.krebsliga.ch/beratung-therapie/begegnungszentrum-turmhaus/herzlich-willkommen-im-turmhaus-der-krebsliga-zuerich/

krebsliga ostschweiz

Kantonsspital St.Gallen

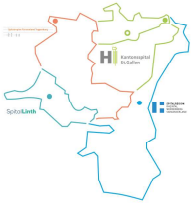


Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie

Spitalregion Fürstenland Toggenburg

Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!

Kantonsspital St.Gallen



Netzwerk Onkologie/Hämatologie – Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie