

Zeitschrift: Infokara : Fachzeitschrift der Schweizerischen Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung

Herausgeber: Schweizerische Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung

Band: 7 (2002)

Heft: 3

Artikel: Fatigue bei Krebs - wenn die Erschöpfung den Alltag bestimmt

Autor: Ernst, Angelika

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1091682>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 24.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Der Lichtblick bei chronischen Schmerzen

Die Frage der Lebensqualität bei Krebspatienten wird heute – infolge von besseren Therapiemöglichkeiten und längeren Überlebenszeiten – zunehmend wichtiger. Parallel dazu hat sich die Wahrnehmung der krebs-assoziierten Nebenwirkungen verändert. Pflegende, Ärzte und Patienten erachten zunehmend die Fatigue, die extreme Erschöpfung und Müdigkeit bei Krebspatienten, als schwerwiegendste und gleichzeitig am wenigsten beachtete und behandelte Nebenwirkung bei Krebs¹. Der Grund für die geringe Beachtung von Fatigue liegt nicht im seltenen Auftreten – im Gegenteil, sehr viele Krebspatienten sind von Fatigue betroffen. Bis anhin wurde die schwere Erschöpfung aber meist durch augenfälligere Nebenwirkungen – wie Schmerz, Übelkeit und Erbrechen – in den Hintergrund gedrängt. Da viele dieser Nebenwirkungen heute adäquat behandelt werden können, wird Fatigue vermehrt beachtet. Dennoch gilt es bei der Aufklärung, Diagnose und Behandlung von Fatigue noch grosse Lücken zu schliessen.

Dr. Angelika Ernst

Fatigue bei Krebs – wenn die Erschöpfung den Alltag bestimmt

Was bei der Schmerzbehandlung heute selbstverständlich ist, etabliert sich auch für das Fatigue-Syndrom: die Erfassung und gezielte Behandlung

Inzidenz und Konsequenz

Die Inzidenz von Fatigue bei Krebspatienten, die sich einer Chemo- und/oder Radiotherapie unterziehen, liegt bei über 75% – dies hat bereits 1996 eine Studie der Fatigue Coalition zu Tage gebracht. Die Ergebnisse der Folgestudie FATIGUE 2 zeigen auf, wie Patienten das Ausmass des Fatigue-Syndroms während und nach ihrer Erkrankung erleben. Fatigue trat bei 30% der Patienten, die eine Chemo- oder Radiochemotherapie erhielten, täglich auf; bei 59% der Patienten mindestens einmal in der Woche. Für jeden zweiten Patienten war dabei der Einfluss

der Fatigue auf das tägliche Leben einschneidend. Die am häufigsten genannten Beeinträchtigungen waren körperlicher Art (beim Spaziergehen, Treppensteigen, Essen oder bei der Hausarbeit), emotionaler Art (Gefühle von Hoffnungslosigkeit, Traurigkeit und Isolation) und betrafen Einschränkungen im Gestalten sozialer Kontakte (Intimität mit dem Partner, Spielen mit den Kindern, Einkaufen, Freunde treffen).²

Obwohl Krebs mehrheitlich als Erkrankung älterer Menschen angesehen wird, waren 59% der befragten Patienten zum Zeitpunkt der Krebsdiagnose berufstätig. Über 75% dieser Patienten konnten jedoch aufgrund der Fatigue für mindestens einen Tag und mehr pro Monat nicht arbeiten, oder sie änderten die Anstellungsbedingungen mit ihrem Arbeitgeber. Auch die pflegenden Angehörigen waren betroffen: Durchschnittlich betrug der Arbeitsausfall durch Fatigue nicht nur bei Patienten mehr als 4 Arbeitstage pro Monat, sondern auch bei deren Angehörigen.² Vor diesem Hintergrund ist verständlich, dass die dauerhafte Erschöpfung Männer und alleinstehende Patienten besonders stark trifft. Für diese Patienten ist Fatigue die schlimmste Nebenwirkung der Krebserkrankung: Sie rangiert an erster Stelle, vor dem Problem des Haarverlusts und dem Einfluss der Erkrankung auf das Familienleben. Eine differenzierte Übersicht zur Bedeutung von Fatigue für Patienten gibt die Studie von Carelle et al., Cancer 2002.³

Fatigue – auch eine Frage der Kommunikation

Die meisten Patienten haben das Fatigue-Syndrom mit ihrem Arzt oder den Pflegenden besprochen. Allerdings wurde das Ausmass der Problematik selten offengelegt, in der Annahme, dass Fatigue eine unausweichliche Nebenwirkung sei, welche nicht behandelbar ist. Empfehlungen zur Behandlung waren zudem meist unspezifisch, d.h. gar keine Therapie zu empfehlen oder mehr Ruhe zu verordnen². Diese Empfehlungen stehen den Ergebnissen neuer Studien gegenüber, welche die positiven Auswirkungen von körperlicher Aktivität und kontrolliertem Ausdauertraining bei Krebspatienten auf die Fatigue zeigen.⁴ Darüber hinaus stehen Arzt und Pflegenden weitere Interventionsmöglichkeiten

zur Verfügung, die eine adäquate Behandlung von Depressionen, Schlafstörungen, Ernährungsstörungen sowie der Anämie umfassen.^{2,5}

Fatigue und Anämie bei Krebspatienten

Das Auftreten einer Anämie und die damit verbundene Unterversorgung mit Sauerstoff ist eines der Probleme, die Tumorpatienten infolge ihrer Erkrankung und/oder der Therapie erleben. Die Anämie ist eine der Hauptursachen für Fatigue. Eine Untersuchung von Glaus zeigte, dass das Ausmass der physischen Fatigue-Symptome, ein erniedrigter Karnofsky-Index und ein erhöhter Depressions-Score signifikant mit einem niedrigen Hämoglobinwert (<11 g/dl) korrelieren.⁶ Die Auswirkungen der Anämie sind sowohl subjektiver Art (Lebensqualität und Wohlbefinden) als auch objektiver Art (Einfluss auf den Therapieerfolg und die Prognose durch Zunahme der Malignität und der Strahlenresistenz des Tumors).⁷ Heute wird die Anämiebehandlung mit Epoetin bei Krebspatienten empfohlen, insbesondere bei Patienten mit Multiplem Myelom oder CLL ab einem Hb-Wert < 10 g/dl (Empfehlung der Expertenkommission, Hematology Journal 2002)⁸ und bei älteren Patienten unter zytotoxischer Chemotherapie (Erhalt des Hb-Werts > 12 g/dl, NCCN Guidelines)⁹.

Dem Informationsbedürfnis nachkommen

Um dem wachsenden Informationsbedürfnis von Arzt, Pflege und Patienten zum Thema Fatigue nachzukommen, bietet Janssen-Cilag AG Informationsmaterial an. Dazu gehört die neue Patientenbroschüre «Fatigue überwinden». Sie informiert Betroffene über Fatigue und kann Fachpersonen im Gespräch unterstützen. Ärzte und Pflegende können die Broschüre und die Dokumentation «Fatigue» (für Fachpersonen) mit Literatur und Fallbeispielen kostenlos bestellen.

Informationsmaterial zu Fatigue erhalten Sie bei Janssen-Cilag AG, Frau Dr. Angelika Ernst Sihlbruggstrasse 111, 6341 Baar
Tel. 041 767 34 34, Fax 041 767 34 51 oder
Email aernst@jacch.jnj.com

Referenzen

- 1 Morrow R. et al., *Fatigue associated with cancer and its treatment. Support Care Cancer* 2002; 10: 389-398
- 2 Curt, G., *The impact of fatigue on patients with cancer: Overview of FATIGUE 1 and 2. The Oncologist* 2000; 5: 9-12
- 3 Carelle et al., *Changing patient perceptions of the side effects of cancer chemotherapy. Cancer* 2002; 95:155-163
- 4 Dimeo F., *Audauertraining als Behandlung der „Cancer Fatigue“*. In: *Fatigue bei Tumorpatienten*, J. Weiss, H.H. Bartsch (Hrsg.), Karger Verlag 2000
- 5 Zahner J., *Fatigue und Erschöpfung bei Tumorpatienten. Med. Klinik* 2000; 95: 613-617
- 6 Glaus, A. und Müller, S., *Hämoglobin und Müdigkeit bei Tumorpatienten: zwei untrennbare Zwillinge? Schweiz. Med. Wochenschr.* 2000; 130: 471-477
- 7 Vaupel, P. et al., *Treatment resistance of solid tumors. Medical Oncology* 2001; 18 (4): 243-259
- 8 Ludwig et al., *Management of disease-related anemia in patients with multiple myeloma or chronic lymphatic leukemia: epoetin treatment recommendations. The Hematology Journal* 2002; 3:121-130
- 9 Bokemeyer et al., *Use of hematopoietic growth factors in elderly patients receiving cytotoxic chemotherapy. Onkologie* 2002; 25:32-39