LESS
LATE EFFECTS
SURVEILLANCE SYSTEM

EMOTIONALE PROBLEME NACH KREBS IN DER KINDHEIT

Alle Beteiligten belastet eine Krebserkrankung im Kindesalter stark: Betroffene Kinder müssen oft zahlreiche Untersuchungen und Eingriffe über sich ergehen lassen, die schmerzhaft und beängstigend sein können. Eltern müssen wohl oder übel die Erkrankung des Kindes akzeptieren, auf Untersuchungsbefunde warten und das Kind während der schwierigen Zeit der Behandlung, die oft lange Aufenthalte im Krankenhaus zur Folge hat, begleiten.

Neben den Eltern sind auch die Geschwister des erkrankten Kindes besorgt und belastet. Sie reagieren unter Umständen unangemessen auf die veränderte Lebenssituation. Auf der anderen Seite sorgen sich die krebskranken Kinder wie auch die Geschwister oft um die Eltern und unterdrücken ihre Gefühle, um Vater und Mutter nicht zusätzlich zu belasten.

Weil solche Probleme häufig nicht ausgesprochen werden, fühlen sich krebskranke Kinder, deren Eltern und Geschwister oder sogar alle Beteiligten einsam, traurig, verängstigt. Angstzustände und Depression können die Folge sein.

EMOTIONALE BELASTUNGEN

Für Überlebende einer Krebserkrankung in ihrer Kindheit und Jugend wie auch deren Familien kann auch das Ende der Behandlung emotionale Belastungen nach sich ziehen. Denn während sich in der Zeit der Erkrankung und deren Behandlung alles darum dreht, die aktuellen Belastungen durchzustehen, beginnt nach Abschluss der Therapie die eigentliche Verarbeitung des Geschehens. Dies geschieht individuell unterschiedlich. So haben viele Überlebende Angst vor einem Rückfall und/oder Sorge hinsichtlich potenzieller Spätfolgen der Behandlung. Jahrestage der Krebserlebnisse, wie dem des Diagnosetags oder des Behandlungsendes rufen Erinnerungen an die Erkrankung wach. Paradoxerweise können auch positive Lebenseinschnitte wie Schuleintritt oder neue Freundschaften negative Gefühle heraufbeschwören.

INDIVIDUELLE REAKTION

Manche ehemalige Krebskranke reagieren eher verletzlich, sorgen sich um ihre Gesundheit und sind sehr vorsichtig. Andere dagegen halten sich aufgrund der überstandenen Erkrankung für unbesiegbar, was dazu führen kann, dass sie sich schwierige Studienfächer, Berufe oder gefährliche Hobbys aussuchen. Eltern von Überlebenden einer Krebserkran-

kung im Kindesalter neigen hingegen oft dazu, ihre Kinder übermäßig beschützen zu wollen, was seinerseits Spannungen zwischen Eltern und Heranwachsenden hervorruft. Denn die Meisten wollen ja zunehmend selbstständig sein.

POSTTRAUMATISCH BELASTET – ODER „GEWACHSEN"

Bei ehemals Erkrankten wie auch bei deren Eltern kann es zu Symptomen kommen wie sie typisch sind für eine sogenannte posttraumatische Belastungsstörung (PTBS). Dabei handelt es sich um eine krankhafte Störung aufgrund eines besonders belastenden Lebensereignisses.

Auftreten können:

- ungewollte Erinnerungen an unangenehme Krebserfahrungen
- Überreaktionen im körperlichen und/oder emotionalen Bereich
- Vermeidung von Erinnerungen an die Krebserkrankung bis hin zur Negation.

Meistens treten nicht alle drei PTBS-Symptome auf. Doch auch jedes einzelne kann Probleme in den Beziehungen zu Freunden oder innerhalb der Familie, in der Schule, in der Arbeitswelt oder in anderen Lebensbereichen nach sich ziehen.
Andererseits: Wer eine Krebserkrankung durchgemacht hat, dessen Persönlichkeit entwickelt sich womöglich stärker und besser. Infolge der belastenden Erfahrungen sind Betroffene womöglich positiver zum Leben eingestellt. Man bezeichnet eine solche Entwicklung auch als „posttraumatisches Wachstum".

RISIKOFAKTOREN

Es gibt verschiedene Faktoren, die das Auftreten von Depressionen und Angstzustände bis hin zu Symptomen einer posttraumatischen

Belastungsstörung nach einer Krebserkrankung in der Kindheit und Jugend beeinflussen:

- frühere belastende Erfahrungen
- psychische Probleme oder Lernprobleme vor der Krebserkrankung
- schwaches soziales Umfeld
- Depression, Angstzustände oder ein PTBS bei den Eltern
- ein Hirntumor oder allgemein ein Tumor im Bereich des zentralen Nervensystems (ZNS)
- eine Krebsbehandlung des ZNS (Bestrahlung im Kopfbereich, Bestrahlung der Wirbelsäule, Verabreichung der Chemotherapie in die Rückenmarksflüssigkeit)
- eine Transplantation mittels hämatopoetischer Stammzellten.

WANN HILFE IN ANSPRUCH NEHMEN?

Einen Arzt sollten all jene Menschen konsultieren, die länger als zwei Wochen unter den geschilderten Belastungen leiden oder die durch die Symptome in ihrem Alltag beeinträchtigt sind und ihre üblichen Aufgaben in der Schule oder am Arbeitsplatz nicht mehr oder nur noch mit Mühe bewältigen.
Es ist zusammen mit dem Arzt die mögliche Überweisung an einen Experten für psychische Erkrankungen zu besprechen. Hinweise darauf, dass eine entsprechende Behandlung sinnvoll sein kann, sind beispielsweise:

- Appetit- und Gewichtsveränderungen
- häufiges Weinen - aber auch die Unfähigkeit zu weinen
- Müdigkeit und fehlender Antrieb
- ungewöhnlich hohes Schlafbedürfnis
- Schlafstörungen
- Gefühle der Hoffnungslosigkeit mit Gedanken an Tod, Flucht, Selbstmord
- erhöhte Nervosität und Reizbarkeit
- geringes Interesse an Aktivitäten, die früher Spaß machten
- ungewollte Erinnerungen an belastende Aspekte der Krebsbehandlung
- hohe Ängstlichkeit, Bestürzung oder Wut beim Gedanken an Krebs
- körperliche Reaktionen wie schneller Herzschlag, Kurzatmigkeit oder Übelkeit beim Gedanken an Krebs
- Vermeidung von Arztbesuchen
- Weigerungen, über Krebs zu sprechen.

Psychische Erkrankungen können ebenso wie körperliche Erkrankungen behandelt werden. Welche Maßnahmen geeignet sind, hängt direkt von der individuellen Situation ab. Üblich ist eine Verhaltens- oder auch Psychotherapie, wobei Gruppen- und Einzelsitzungen möglich sind. Oft helfen auch Medikamente, die meist in Kombination mit Verhaltens- oder Psychotherapie verordnet werden.

Wer entsprechende Symptome an sich bemerkt, sollte unbedingt einen Arzt aufsuchen. Die Reaktionen können eine Folge der Krebserkrankung sein, aber auch aus Furcht vor Spätfolgen oder anderen Ereignissen im Leben auftreten. Mit anderen über seine Ängste und Sorgen zu sprechen, ist ein erster Schritt zur Bewältigung. Zusätzlich zum ärztlichen Rat kann auch eine Selbsthilfegruppe Unterstützung bieten.

@ LESS 2015