

NACHSORGE- EMPFEHLUNG ZUM RISIKO EINES ERNEUTEN TUMORS

Auch wenn eine Tumorerkrankung als geheilt gilt, heißt das leider nicht, dass der Betreffende nun bis an sein Lebensende tumorfrei leben kann. Denn bei jeder Krebserkrankung besteht ein gewisses Risiko, dass der Tumor erneut auftritt. Außerdem ist die Gefahr der Entwicklung eines anderen Tumors, also einer zweiten Krebserkrankung etwas höher als allgemein in der Bevölkerung.

Das sind gleich zwei gute Gründe, sich konsequent an das Nachsorgeprogramm zu halten. Dabei wird unter anderem auch kontrolliert, ob es Hinweise dafür gibt, dass der Tumor sich erneut bildet, dass sich also ein sogenanntes Rezidiv entwickelt. Außerdem werden im Rahmen der Nachsorge konsequent die Möglichkeiten der allgemeinen Krebsfrüherkennung genutzt.

WANN BESTEHT EIN ERHÖHTES RISIKO FÜR EINE ZWEITE TUMOERKRANKUNG?

Es gibt spezielle Situationen, in denen ein erhöhtes Risiko für die Entwicklung eines Zweittumors besteht:

- Vor allem bei Patienten, die bestimmte Chemotherapeutika erhalten haben, kann die Gefahr der Ausbildung einer akuten myeloischen Leukämie höher sein als in der Allgemeinbevölkerung. Das ist der Fall bei einer Behandlung mit hohen Dosen alkylierender Wirkstoffe wie Cyclophosphamid oder Stickstofflost sowie



Epipodophyllotoxinen wie Etoposid oder Teniposid und anthracyclinen Chemotherapeutika wie Doxorubicin oder Daunorubicin. Auch nach einer hämatopoetischen Stammzelltransplantation (HSZT) ist von einer Risikoerhöhung auszugehen. Die sogenannte sekundäre Leukämie tritt normalerweise innerhalb der ersten zehn Jahre nach der ursprünglichen Krebsbehandlung auf.

- Eine erhöhte Gefährdung besteht ferner nach einer Strahlenbehandlung, wobei ebenfalls überproportional häufig eine sekundäre Leukämie auftritt. Erhöht ist das Risiko insbesondere, wenn die Strahlentherapie bereits in jungen Jahren notwendig war. Neben einer Leukämie kann es als Folge der Strahlentherapie zur Bildung eines Hauttumors kommen oder zu einem Tumor im Bereich des zentralen Nervensystems (Gehirn und Wirbelsäule),

der Schilddrüse und der Knochen. Im Gegensatz zur sekundären Leukämie treten solche sogenannten sekundäre solide Tumore zumeist noch deutlich später als zehn Jahre nach der Krebsbehandlung auf. Das Risiko eines sekundären soliden Tumors ist insgesamt besonders stark erhöht bei hochdosierter und großflächiger Bestrahlung kleiner Kinder.

- Auch bei Patienten aus Familien, in denen generell vermehrt Tumore aufgetreten sind, ist von einem erhöhten Risiko für Zweittumore auszugehen. Die Ursache hierfür kann ein in den Genen festgelegtes generell erhöhtes Krebsrisiko sein, eine genetische Prädisposition, wie die Wissenschaftler sagen. Menschen, bei denen bekannt ist, dass „Krebs in der Familie liegt“, sollten sich nach Abschluss einer Tumorbehandlung besonders konsequent dem Nachsorgeprogramm unterziehen und zudem mit ihrem Arzt beraten, ob weitergehende Untersuchungen z.B. in der Humangenetik, ratsam sind.



sowie der Behandlung informiert werden einschließlich der Angaben zur Chemotherapie, zur Bestrahlung sowie zu Operationen. Außerdem sollten die Betroffenen sorgsam mit ihrem Körper umgehen und auf mögliche Veränderungen achten. Zu den Symptomen, über die der Arzt informiert werden sollte, gehören:

WAS TUN BEI HOHEN RISIKO FÜR EINEN ZWEITTUMOR?

Von einem deutlich erhöhten Risiko für einen Zweittumor ist auszugehen, wenn generell eine erhöhte familiäre Tumorbelastung besteht, wenn also bei mehreren näheren Verwandten bereits einmal eine Krebserkrankung aufgetreten ist. In solchen Fällen sollte man sich mit seinem Arzt beraten, inwieweit engmaschigere Kontrolluntersuchungen im Nachsorgeplan ratsam sind. In anderen Fällen kann es sinnvoll sein, die gesetzlich empfohlenen Früherkennungsuntersuchungen zeitlich vorzuziehen oder häufigere Kontrolluntersuchungen wahrzunehmen, um im Fall des Falles einen sich bildenden Tumor frühzeitig zu entdecken.

Wer als Kind an Krebs erkrankte, sollte generell regelmäßig (z.B. alle 1-2-5 Jahre) eine umfassende Gesundheitsuntersuchung vornehmen lassen. Der Arzt sollte dabei im Vorfeld über die Details der Krankengeschichte

- häufige Blutergüsse oder Blutungen
- eine blasse Haut
- starke Erschöpfung
- Knochenschmerzen
- veränderte Muttermale
- nicht heilende Wunden
- Geschwulste
- Schwierigkeiten beim Schlucken
- ein veränderter Stuhlgang
- andauernde Unterleibsschmerzen
- Blut im Stuhl
- Blut im Urin
- schmerzhaftes Wasserlassen oder schmerzhafter Stuhlgang
- anhaltender Husten oder Heiserkeit
- Kurzatmigkeit
- blutiger Auswurf
- Verfärbungen oder Geschwüre im Mund, die nicht heilen
- beständige Kopfschmerzen
- Änderungen des Sehvermögens
- häufiges Erbrechen am frühen Morgen

WIE LÄSST SICH DIE GEFAHR EINES ZWEIT-TUMORS BANNEN?

Wer sein Risiko für die Entwicklung eines zweiten Tumors reduzieren will, sollte:

- **krebsfördernde Lebensweisen wie das Rauchen und auch das Passivrauchen möglichst vermeiden**
- **seine Haut konsequent vor der direkten UV-Strahlung schützen**
- **Alkohol nur mit Maßen konsumieren**
- **auf eine ausgewogene, ballaststoffreiche gesunde Ernährung achten**

Anhand von Tierversuchen wurde außerdem gezeigt, dass eine Ernährung, die reich an Vitamin C und A ist, das Krebsrisiko mindert. Daher ist der Verzehr von Zitrusfrüchten, Melonen, Kreuzblütler-Gemüse und Grüngemüse zu empfehlen. Denn sie sind reich an Vitamin C. Gute Vitamin A-Quellen sind dunkelgrünes und tiefgelbes Gemüse sowie bestimmte Obstsorten.