

Langzeit- überleben mit Eierstockkrebs

Frauen, die eine gynäkologische Krebserkrankung mindestens fünf Jahre lang überleben, gelten als Langzeitüberlebende. Unter ihnen sind immer mehr Patientinnen mit Eierstockkrebs.



Dank der Fortschritte in der Medizin steigen die Überlebensraten bei Krebs und immer häufiger kann die Erkrankung als chronisch angesehen werden. In der westlichen Welt überleben inzwischen mehr als 65 Prozent der Patienten ihre Erkrankung mehr als fünf Jahre. Allein in Deutschland leben circa vier Millionen solcher Langzeitüberlebenden. Unter ihnen finden sich zunehmend auch Frauen mit beziehungsweise nach Eierstockkrebs: Etwa ein Drittel der Betroffenen werden zu Langzeitüberlebenden. Trotz der steigenden Zahlen wurde das Thema Langzeitüberleben bisher nur wenig beachtet.

Wie wird Langzeitüberleben nach gynäkologischer Krebserkrankung definiert?

Die Definition von Langzeitüberleben in der Literatur ist sehr uneinheitlich. Daher wurde im Rahmen des letztjährigen Herbstmeetings der weltweiten Gemeinschaft der gynäkologisch-onkologischen Studiengruppen, der Gynecologic Cancer Intergroup (GCIg), durch Delegierte abgestimmt, wie Langzeitüberleben definiert werden soll. Das einstimmige Ergebnis: Langzeitüberleben soll als Überleben von mindestens fünf Jahren nach Erstdiagnose einer gynäkologischen Krebserkrankung definiert werden.

Die Gruppe der Langzeitüberlebenden nach Eierstockkrebs ist sehr heterogen. Zum einen gibt es Frauen, die einmal in ihrem Leben an Eierstockkrebs erkrankt sind und als geheilt gelten. Zum anderen gibt es Frauen, die ein Rezidiv (Rückfall) oder sogar mehrere Rezidive bekommen haben und aktuell eine Therapie erhalten.

Langzeitüberleben nur bei günstigen Prognosefaktoren?

Deshalb möchte die Forschung – unter anderem auch in der Studie „Carolin meets HANNA – Holistic Analyses of Long-term survivors with ovarian cancer“ – herausfinden, warum manche Frauen zu Langzeitüberlebenden werden und andere wiederum nicht.

Die gute Nachricht vorweg: Grundsätzlich kann jede Frau zu einer Langzeitüberlebenden werden! Bisherige Ergebnisse zeigen, dass die typischen Prognosefaktoren wie etwa ein jüngeres Alter bei Erstdiagnose, ein niedrigeres Tumorstadium und eine erfolgreiche Operation zwar mit einem besseren Überleben einhergehen. Jedoch ist fast ein Viertel der Langzeitüberlebenden bei Erstdiagnose älter als 65 Jahre und etwa ein Drittel wurde erst in einem fortgeschrittenen Tumorstadium diagnostiziert wie die Daten des kalifornischen Krebsregisters zeigen. Die Daten des Robert-Koch-Instituts zeigen für Deutschland sehr ähnliche Ergebnisse: Bei 47 Prozent der Langzeitüberlebenden lag mit den sogenannten serösen high-grade Tumoren die aggressive (und häufigste) Form des Eierstockkrebs vor. Bei 35 Prozent wurde der Tumor erst in Stadium III oder IV entdeckt. Ein jüngeres Alter und ein niedrigeres Stadium sind damit keine Voraussetzung, Langzeitüberlebende zu werden.

Weitere sehr wichtige Prognosefaktoren sind die optimale Primäroperation und das Ansprechen auf die platinbasierte Chemotherapie. In einer Analyse aus New York zeigten die Langzeitüberlebenden, die länger als zehn Jahre nach der Erstdiagnose überlebt haben, zwar meist die bekannten günstigen Charakteristika. Dennoch konnten 14 Prozent von ihnen nicht tumorfrei operiert werden und elf Prozent hatten innerhalb von 12 Monaten nach Abschluss der platinbasierten Chemotherapie ein Rezidiv. Die typischen Prognosefaktoren können Langzeitüberleben nicht hinreichend erklären, sodass auch weitere Faktoren wie etwa genetische beziehungsweise tumorbiologische Faktoren diskutiert werden müssen.

Sind Langzeitüberlebende gesünder?

Langzeitüberlebende gelten häufig als gesünder. In der Literatur ist wiederholt beschrieben worden, dass die Prognose bei bestimmten Vorerkrankungen wie Diabetes oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen schlechter ist. Im Rahmen der Studie „Carolin meets HANNA“ wurden

langzeitüberlebende Patientinnen mit Patientinnen verglichen, die innerhalb von fünf Jahren nach Erstdiagnose verstorben sind. Hier konnten keine Unterschiede bei Vorerkrankungen oder der Medikamenteneinnahme festgestellt werden.

In der Umfrage „Expression VI“, die Teil der Studie ist, haben 56 Prozent der Langzeitüberlebenden angegeben, dass Sport die Erkrankung günstig beeinflusst. Die Frauen, die Sport als günstig erachten sind auch sportlich aktiver. Nur 22 Prozent der Langzeitüberlebenden geben an, gar keinen Sport zu machen. Knapp 31 Prozent sind ein bis zwei Stunden pro Woche aktiv, 22 Prozent zwei bis vier Stunden und 15 Prozent mehr als vier Stunden. 67 Prozent sind der Meinung, dass eine gesunde Ernährung einen positiven Effekt auf die Krebserkrankung hat und 54 Prozent gaben an, dass sie ihre Ernährung nach der Krebsdiagnose geändert haben. So nehmen 71 Prozent mehr Obst und Gemüse zu sich, 50 Prozent weniger Zucker, 29 Prozent weniger Alkohol und 26 Prozent essen regelmäßiger über den Tag verteilt.



▲ Die Fototour „Ich lebe!“ zeigt das Thema Langzeitüberleben in eindrucksvollen Porträts, hier bei der Eröffnung der Ausstellung im Gesundheitszentrum Waldkirchen.

Studienteilnahme

Die Umfrage „Expression VI“ sowie die Studie „Carolin meets HANNA“ sind weiterhin offen. Wer daran teilnehmen möchte kann die Umfrage „Expression VI“ online unter carolinmeets-hanna.com ausfüllen. Bei Fragen wenden Sie sich bitte per E-Mail an carolin-meets-hanna@charite.de.

Mehr Informationen

Studienhomepage

► www.carolinmeets-hanna.com

Deutsche Stiftung Eierstockkrebs

► www.stiftung-eierstockkrebs.de

Im Rahmen der Fotoausstellung „Ich lebe“ wurden Langzeitüberlebende aus der Studie „Carolin meets HANNA“ zusammen mit ihren „Kraftquellen“ porträtiert. Die Porträts sowie weitere Informationen finden Sie auf der Seite
► www.fototour-ich-lebe.de

Für ein langes Leben – unabhängig von einer Krebserkrankung – gelten unter anderem der regelmäßige Verzehr von Kreuzblütlern (Brokkoli, Spitzkohl, Süßkartoffeln), Beeren, Nüssen, Granatäpfeln, Avocados, grünem Tee, Leinsamen, Vollkorngetreide, grünem Blattgemüse und Tomaten als günstig. Generell scheint eine fleischarme oder vegetarische Kost, das Krebsrisiko zu senken. Doch auch wenn dies Hinweise darauf sind, dass sich eine gesunde Ernährung günstig auf den Krankheitsverlauf auswirkt: Es gibt bisher keine wissenschaftlichen Untersuchungen zur Ernährung von Langzeitüberlebenden mit Eierstockkrebs.

Welche Rolle spielt die Psyche?

Die Psyche und damit verbunden die persönliche Resilienz, also die Fähigkeit, schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigung zu überstehen, scheinen ebenfalls eine Rolle im Krankheitsverlauf zu spielen. Nicht ohne Grund wird jeder Krebspatientin eine psychoonkologische Beratung oder Begleitung angeboten. In der Literatur ist zum Beispiel beschrieben, dass eine Depression die Mortalitätsrate bei Krebs-erkrankten um bis zu 39 Prozent erhöht. Im Mausmodell konnte gezeigt werden, dass chronischer Stress das Tumor-

wachstum von Eierstockkrebs verstärkt. Eine andere Studie konnte wiederum nachweisen, dass eine hohe soziale Anbindung das Überleben fördert. In der „Expression VI“-Umfrage geben 80 Prozent der Langzeitüberlebenden an, dass sie durch die Erkrankung gelernt hätten, dass sie stärker sind als sie dachten. 88 Prozent schätzen ihr Leben mehr als vorher. Knapp 70 Prozent gehen davon aus, dass eine Heilung bei Ihnen noch möglich ist. Die häufigsten Sorgen der Langzeitüberlebenden in der Umfrage waren die Angst vor der Zukunft (knapp 30 Prozent), die Angst vor Nebenwirkungen der Therapie (knapp 20 Prozent) und das Gefühl der Ohnmacht (knapp 17 Prozent).

Geheilt aber nicht gesund?

Als Krebspatientin sehen sich noch 52 Prozent aller Langzeitüberlebenden. Selbst bei den Frauen ohne aktuelle Therapie sehen sich noch 28 Prozent als Krebspatientin. Dies könnte unter anderem damit zusammenhängen, dass mehr als die Hälfte der Langzeitüberlebenden noch Symptome haben. Insgesamt bewerten circa 90 Prozent ihren Gesundheitszustand als sehr gut, gut oder befriedigend und nur circa zehn Prozent als schlecht oder sehr schlecht. Langzeitnebenwirkungen sind keine Seltenheit. In der Umfrage „Expression VI“ sind die häufigsten Langzeitnebenwirkungen eine Fatigue (24 Prozent), chronische Schmerzen (knapp 20 Prozent), Probleme mit dem Magen-Darm-Trakt (18 Prozent), eine Polyneuropathie (18 Prozent) und Gedächtnisprobleme (17 Prozent).

Nachsorge – und dann?

In Deutschland stellen sich Patientinnen mit Eierstockkrebs in der Regel fünf Jahre regelmäßig zu Nachsorge vor. Danach gelten Krebspatientinnen meist als geheilt. Dies trifft zwar zum Großteil auf die Krebserkrankung als solches zu. Mögliche Langzeitnebenwirkungen und Ängste, etwa vor einem späten Rückfall der Erkrankung, betrifft dies aber nicht.

Bisher gibt es in Deutschland keine spezielle Sprechstunde für Langzeitüberlebende, daher wird aktuell an der Frauenklinik, dem Europäischen Kompetenzzentrum für Eierstockkrebs, am Campus Virchow-Klinikum der Charité – Universitätsmedizin Berlin eine Sprechstunde für Langzeitüberlebende nach beziehungsweise mit einer gynäkologischen Tumorerkrankung – also Eierstock-, Eileiter-, Bauchfell-, Gebärmutterhals- und Gebärmutterkörperkrebs – aufgebaut. Ziel der Sprechstunde ist die Verbesserung der Lebensqualität und des Gesundheitszustandes, die (Früh-)Erkennung und Behandlung von Langzeitnebenwirkungen und Schaffung eines multimodalen und interprofessionellen Therapiemoduls. Jede Patientin soll einen individuellen „survivorship-care Plan“ erhalten. Dieser wird in der aktuellen Leitlinie empfohlen und umfasst auch eine Beratung in Bezug auf Lifestyle-Aspekte wie Ernährung und körperliche Aktivität. Die Etablierung dieser „Survivorship-Sprechstunde“ wird gefördert durch den Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses der Krankenkassen. Langzeitüberlebende, die sich für die Sprechstunde interessieren, können sich bereits jetzt unter [▶ carolin-meets-hanna@charite.de](mailto:carolin-meets-hanna@charite.de) melden und erhalten dort detaillierte Informationen zum Ablauf. •



Kontakt

Dr. Hannah Woopen
Prof. Dr. Jalid Sehoul
Europäisches Kompetenzzentrum für Eierstockkrebs
Charité – Universitätsmedizin Berlin
Campus Virchow Klinikum
Augustenburger Platz 1
13353 Berlin