



**Hauptgeschäftsstelle**

**Neue Adresse:**

Voßstrasse 3  
69115 Heidelberg  
Telefon (06221) 13 80 20  
Telefax (06221) 13 80 220

[www.biokrebs.de](http://www.biokrebs.de)  
[presse@biokrebs.de](mailto:presse@biokrebs.de)

## **PRESSEINFORMATION**

### **Die unterschätzte Nebenwirkung**

## **Fatigue belastender für Krebspatienten als Schmerzen**

Heidelberg, 23.01.2008

**Bleierne Müdigkeit, dauerhafte Antriebslosigkeit - 80 Prozent aller Krebspatienten leiden unter diesen Beschwerden. Fatigue nennt sich der Zustand permanenter Erschöpfung. Sie ist eine Nebenwirkung der Krebstherapie und wird von den Patienten oft als belastender erlebt als Schmerzen. Trotz der massiven Einschränkungen in ihrem Alltag durch Fatigue erhalten Betroffene zu selten Therapieangebote. Diese Lücke in der Behandlung von Krebspatienten muss geschlossen werden, fordert die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V. (GfBK).**

Fatigue – französisch für Ermüdung - wird nach Angaben der Deutschen Fatigue Gesellschaft von vielen Klinikärzten noch immer nicht als Nebenwirkung einer Krebstherapie ernst genommen. „Das ist alarmierend“, meint der Ärztliche Direktor der GfBK, Dr. György Irmey. „Im Vergleich zur existenziell bedrohlichen Krebserkrankung erscheint vielen Ärzten die anhaltende Erschöpfung als notwendiges Übel. Dabei gibt es erfolgversprechende Behandlungsansätze, die die Lebensqualität während und auch nach der anstrengenden Krebstherapie deutlich verbessern.“

Grundsätzlich rät die GfBK zu einer ganzheitlichen Behandlung von Krebs. Ganzheitliche Behandlungskonzepte beziehen den gesamten Menschen ein, sie sehen auch eine Therapie der belastenden Begleiterscheinungen einer Krebsbehandlung wie das Fatigue-Syndrom vor.

Hauptursache für Fatigue ist eine Unterversorgung des Körpers mit Sauerstoff. Die hochdosierten Strahlen- oder Chemotherapien zerstören die roten Blutkörperchen, wodurch der Sauerstofftransport im Blut nur noch eingeschränkt funktioniert. Die Folge ist extreme Müdigkeit, die sich durch Schlaf- und Ruhepausen nur unverhältnismäßig bessert. Aber auch starke Tumorschmerzen, Funktionsstörungen von Leber oder Niere, seelische Anspannungen, mangelnde körperliche Betätigung oder verringerte

Nahrungsaufnahme aufgrund von Appetitlosigkeit führen dazu, dass die Kraftreserven nachlassen.

Um die starke Erschöpfung zu überwinden, die sich unbehandelt sogar über viele Monate bis hinziehen kann, muss der Sauerstoffgehalt im Blut wieder steigen. Dazu erhalten die Patienten Bluttransfusionen oder alternativ Erythropoetin (EPO), ein körpereigenes Hormon, das die Bildung von roten Blutkörperchen anregt.

Auch Inhalationen von Sauerstoff oder die Einnahme von Eisenpräparaten in Kombination mit Folsäure und Vitamin B 12 können helfen. „Bei der Therapie von Fatigue muss unbedingt das Immunsystem gestärkt werden“, so Irmey. „Biologische Therapien, wie die Misteltherapie, unterstützen das Immunsystem ebenso wie Kneippkuren oder Bewegung an der frischen Luft.“ Welche Behandlungsform die passende ist, entscheidet der behandelnde Arzt gemeinsam mit dem Betroffenen.

Die GfBK hat für Patienten kostenlose Therapieinformationen zusammengestellt, die bestellt werden können oder im Internet nachzulesen sind ([www.biokrebs.de](http://www.biokrebs.de)).

## Infokasten

### **Fatigue**

#### **Was Betroffene selbst tun können**

Neben der ärztlichen Behandlung können Patienten auch selber viel tun, um das Fatigue-Syndrom zu lindern und wieder Kraft zu bekommen:

- ein moderates sportliches Aufbautraining, das sportmedizinisch abgestimmt sein sollte
- regelmäßige Kneippgüsse oder Bürstenmassagen
- Unterstützung einholen bei Angehörigen, Freunden oder sozialen Diensten
- Prioritätenliste anlegen und nur wirklich Notwendiges erledigen
- Ruhepausen einlegen. Aber: zu viel Ruhe kann die Müdigkeit verstärken. Am besten sind mehrere kurze Ruhepausen von ungefähr einer halben Stunde.
- ein Leistungstagebuch zeigt, wann die besonders müden Phasen und wann die leistungsfähigeren Phasen am Tag sind. Auf diese Weise kann der Tagesablauf besser geplant werden.
- die Aufmerksamkeit auch auf andere Dinge richten und nicht zulassen, dass die Krankheit das Leben bestimmt.
- Neben gesellschaftlichen Aktivitäten bieten Entspannungsverfahren oder Massagen einen wertvollen Ausgleich.

---

Die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e.V. (GfBK) hat 25 000 Mitglieder und Förderer und ist damit die größte Beratungsorganisation für ganzheitliche Medizin gegen Krebs im deutschsprachigen Raum. Unsere Arbeit wird ausschließlich durch Mitglieds-beiträge und private Spenden finanziert. Das Deutsche Zentralinstitut für soziale Fragen (DZI) hat der GfBK das Spendensiegel zuerkannt.

Der Abdruck ist frei. Über die Zusendung eines Belegexemplares an die Hauptgeschäftsstelle würden wir uns freuen.