

## oncoreha.ch; Onkologische Rehabilitation Schweiz. Die onkologische Rehabilitation als ein zukünftiger Schlüsselfaktor der onkologischen Behandlung?

Stephan Eberhard, Gründungspräsident oncoreha.ch, Berner Klinik Montana, Crans-Montana



Keywords: **onkologische Rehabilitation, Definition, Methodik, Verein, Gesundheit, Partizipation**

Die onkologische Rehabilitation in der Schweiz erhält eine Stimme. Am 26. Mai 2010 wurde in den Räumen der Krebsliga Schweiz der multiprofessionelle Verein oncoreha.ch gegründet. In diesem Verein sind alle Sprachregionen, Fachpersonen verschiedenster Berufsrichtung mit Interesse an der onkologischen Rehabilitation sowie die medizinischen Fachverbände, welche sich um die Behandlung von krebskranken Personen kümmern, vertreten. Der Verein wird im Co-Präsidium geführt durch Frau Dr. med. Nathalie Steiner-Collet aus Genf und Dr. med. Stephan Eberhard aus Crans-Montana.

Die onkologische Rehabilitation gewinnt in der Schweiz und auch weltweit zunehmend an Bedeutung. Durch die in den letzten Jahren im Kampf gegen Krebs erzielten Erfolge ist heute die Chance der Betroffenen auf ein Langzeitüberleben auf 65% gestiegen. Diese Tendenz ist weltweit steigend. Krebs wird heute von der WHO als Paradebeispiel einer chronischen Erkrankung genannt. Die Betroffenen wollen trotz der Erkrankung weiterhin aktiv am Leben teilhaben. Prägnant hat dies der an Krebs erkrankte deutsche Philosoph und Regisseur *Christoph Schlingensief* ausgedrückt<sup>1</sup>:

*Ich bin ganz sicher, dass alle Menschen, die krank sind, sich fragen, wie sie sich einen Teil ihrer Autonomie zurückerobern können, auf welche Weise sie wieder an ihren Platz in der Welt zurückkehren können. Wie sie aus der Ächtung der Gesellschaft rauskommen, die einem vermittelt, man sei kein produktiver Faktor mehr. Wie sie sich dagegen wehren können, gnädigerweise noch einen Platz am Ausgang zugewiesen zu bekommen, von wo aus sie vielleicht noch ein bisschen zugucken können.*

Hat man sich in den vergangenen Jahren darauf konzentriert, den Patientinnen und Patienten bei der Kontrolle der durch Krankheit und Behandlung verursachten Symptome beizustehen, sie zu begleiten und zu unterstützen, so zeigt das obige Zitat, dass dies vielleicht nicht genügt.

Es gibt mehr als Symptomkontrolle! Es gibt mehr als liebevoll zugewandte Pflege! Es gibt mehr als blosser Unterstützung! Die Betroffenen wollen ihre Selbständigkeit zurückgewinnen! Sie wollen nicht am Rande stehen sondern mittendrin! Sie wollen wieder produktiv sein! Sie wollen ein akzeptierter Teil der Gesellschaft sein!

Die heutige Akzeptanz und Unterstützung von Palliativmedizin, die Verfügbarkeit vielfältigster Unterstützungsleistungen für krebskranke Menschen in der Schweiz sind wunderschöne Erfolge, die in den letzten Jahrzehnten mühevoll erarbeitet wurden. Aus Erfahrungen mit anderen chronischen Krankheiten können wir lernen, dass Symptomkontrolle, Verbesserung von Funktionen und Aktivitäten leider nicht automatisch zu einer Verbesserung der Teilhabe am Leben führen muss. Im schlechtesten Fall kann ein Netz von Unterstützungsleistungen sogar das Gegenteil bewirken und den Betroffenen von der Reintegration in den Alltag abhalten<sup>2</sup>.

Heute ist nun die Zeit, einen Schritt weiter zu gehen. Die Betroffenen sollen befähigt werden, ihren selbstbestimmten Platz im Leben wieder einnehmen zu können. Dies ist die Kernkompetenz der Rehabilitationsmedizin. Kurz gesagt:

*Rehabilitation ist eine interdisziplinäre, medizinische Behandlungsmethode mit dem Ziel, die Partizipationsfähigkeit der kranken Menschen zu erhalten oder zu verbessern.*

Die Rehabilitation muss sich immer am individuellen Kontext der Betroffenen orientieren. Trotz dieser individuellen Ausrichtung zeigen Untersuchungen der vergangenen Jahre, dass strukturierte Rehabilitationsprogramme, unabhängig von der zugrundeliegenden Krebsentität, den Betroffenen helfen, die obgenannten Zielsetzungen zu erreichen<sup>3,4,5</sup>. Die onkologische Rehabilitation lässt sich folgendermassen definieren:

*Onkologische Rehabilitation ist ein gesundheits- und autonomie-orientierter Prozess, welcher alle koordinierten Massnahmen medizinischer, pädagogischer, sozialer und spiritueller Art*

*umfasst, die es dem Krebskranken ermöglichen, krankheitsbedingte oder durch die Therapie bedingte Behinderungen oder Einschränkungen zu überwinden und wieder eine optimale physiologische, psychologische und soziale Funktionalität zu erlangen, in der Art, dass er sein Leben aus eigener Kraft in grösstmöglicher Autonomie gestalten und seinen Platz in der Gesellschaft wieder einnehmen kann.*

Die onkologische Rehabilitation findet idealerweise in einem interdisziplinären Rahmen statt mit Orientierung auf die verbesserte Partizipationsfähigkeit der Betroffenen. Die Massnahmen müssen zwingend von einer Stelle zielorientiert koordiniert sein. Im Gegensatz zu anderen Methoden des onkologischen Supports fordert die Rehabilitation dem Patienten und seinem Umfeld einiges an Motivation und Leidensfähigkeit ab, um erfolgreich sein zu können.

Die Evidenz verschiedenster Methoden ist mit Blick auf die onkologische Rehabilitation untersucht und nachgewiesen worden<sup>6</sup>. Für eine erfolgreiche onkologische Rehabilitation scheint heute die Methodenkompetenz und weniger die Strukturqualität im Vordergrund zu stehen. Als elementare Bausteine zu betrachten sind:

- Definierte Behandlungspfade
- Symptomkontrolle
- Psychosozialer Support
- Bewegungs- und Sporttherapie
- Passive physikalische Massnahmen
- Psychoonkologie
- Ernährungstherapie

Es ist aus rehabilitativer Sicht zweckmässig, Behandlungspfade auf die Behinderungsmuster und weniger auf einzelne Krebsentitäten auszurichten. Je nach Behinderung müssen obige Bausteine durch individuelle therapeutische Massnahmen ergänzt werden.

Der neugegründete Verein oncoreha.ch verfolgt die Vision, die onkologische Rehabilitation in der Schweiz für alle krebserkrankten Menschen zugänglich zu machen. Dazu gehört auch die Information und Evaluation aller Betroffenen hinsichtlich Rehabilitationsbedarf und Rehabilitationsmöglichkeiten.

Eine Rehabilitationsbehandlung kann in verschiedensten Stadien der Krebserkrankung sinnvoll sein<sup>7, 8</sup> und sollte immer wieder neu evaluiert werden.

In der Schweiz wurden und werden aktuell zunehmend Strukturen und Programme für onkologische Rehabilitation aufgebaut. Der Verein oncoreha.ch will als Kommunikationsplattform zum Austausch des gewonnenen

Wissens und auch zur Erarbeitung von Standards und Qualitätsrichtlinien für die onkologische Rehabilitation dienen. Dazu gehört in den nächsten Jahren unter anderem der internationale Austausch, der Austausch mit Behörden und Versicherungen, der Aufbau eines Schulungs- und Weiterbildungsprogramms für interessierte Fachpersonen und die Initiierung von Forschungsprojekten. Viele Fragen müssen im Wertekontext der schweizerischen Kultur identifiziert und beantwortet werden. So wichtig es ist, von den vorhandenen Erfahrungen und Studienresultaten zu profitieren, so muss ein onkologisches Rehabilitationsprogramm in unserer pluralistischen Gesellschaft doch auch auf regionale Besonderheiten Rücksicht nehmen, um erfolgreich sein zu können.

Für viele Fachpersonen die in die Behandlung von Krebspatientinnen und -patienten involviert sind, mag die Sichtweise der modernen Rehabilitationsmedizin noch fremd sein. Es braucht deshalb eine Plattform, um sich auszutauschen, zu lernen, sich weiterzubilden und neue Dinge zu entwickeln zum Nutzen der Betroffenen und der Gesellschaft in der Schweiz.

Eine heute oft gebrauchte Formulierung lautet: -Der richtige Patient, am richtigen Ort, zur richtigen Zeit-. Aktuell sind in der Schweiz viele Bestrebungen dahingehend im Gange durch verbesserte Unterstützungsleistungen, durch Pflege zuhause, den Patienten ein lebenswertes Leben zu ermöglichen. Vielleicht müssen wir unseren Blickpunkt zukünftig um den Begriff der Rehabilitation erweitern. In der Schweiz schlummert ein riesiges ungenutztes Potenzial in der onkologischen Rehabilitation.

*Es ist ein Mythos, dass die Rehabilitation ein nettes Extra ist. Rehabilitation ist ein essentieller Bestandteil der Krebsbehandlung!<sup>9</sup>*

Der Verein oncoreha.ch ist offen für alle interessierten Fachpersonen, Verbände und Interessengruppen. Hierbei sind vor allem auch Fachpersonen angesprochen, die sich mit der beruflichen Reintegration krebserkrankter Menschen auseinandersetzen. Eine weitere, oft vernachlässigte Patientengruppe, sind Kinder und vor allem Jugendliche und junge Erwachsene die an Krebs erkranken. Den obgenannten Problemkreisen und Patientengruppen gebührt eine besondere Aufmerksamkeit durch den Verein.

Auch wenn die onkologische Rehabilitation nur einen kleinen Baustein in der onkologischen Behandlungskette darstellt so kommt ihr zukünftig vielleicht eine Schlüsselfunktion zu. Damit der Verein die anstehenden vielfältigen Aufgaben bewältigen kann ist er auf Unterstützung und zahlreiche aktiv mitarbeitende Mitglieder angewiesen. Dies zum Wohl der Patientinnen und Patienten, die

neben der Konfrontation mit einer lebensbedrohenden Krankheit urplötzlich auch in ihrer Autonomie stark eingeschränkt werden. Dies kann verhindert werden!

*To be healthy does not mean to be free of disease; it means that you can function, do what you want to do, and become what you want to become.*

(René Jules Dubos 1901 - 1982)

### Literatur

1. Schlingensief Christoph. So schön wie hier kanns im Himmel gar nicht sein! Tagebuch einer Krebserkrankung. Kiepenheuer&Witsch 2009.
2. Loisel P. Work Disability: It is not just the «lesion» in Feuerstein M (ed). Work and Cancer Survivors. Springer Science+Business Media, LLC 2009.
3. Van Weert E et al. Cancer-related fatigue: predictors and effects of rehabilitation, Oncologist 2006 Vol 11 Issue 2 p184-96.
4. Korstiens I et al. Quality of life after self-management cancer rehabilitation: arandomized controlled trial comparing physical and cognitive-behavioral training versus physical training. Psychosom Med 2008, Vol 70 Issue 4 p422-9.
5. May AM et al. Long-term effects on cancer survivors' quality of life of physical training versus physical training combined with cognitive-behavioral therapy: results from a randomized trial.
6. NHS: NCAT, Supporting and Improving Commissioning of Cancer Rehabilitation Services Guidelines November 2009.
7. NHS: NCAT, Supporting and Improving Commissioning of Cancer Rehabilitation Services Guidelines November 2009.
8. Cheville AL. Cancer Rehabilitation. Semin Oncol 2005 Vol 32 Issue 2 p 219-24.
9. NHS: NCAT, Supporting and Improving Commissioning of Cancer Rehabilitation.

### Korrespondenzadresse:

Dr. med. Stephan Eberhard  
Gründungspräsident oncoreha.ch  
Berner Klinik Montana  
3963 Crans-Montana  
Tel. 027 485 52 77  
eberhard.stephan@bernerklinik.ch

### Homepage:

[www.oncoreha.ch](http://www.oncoreha.ch)

### Geschäftsstelle oncoreha.ch:

MBC Markus Bonelli Consulting  
Wülflingerstrasse 59  
8400 Winterthur  
052 226 06 03  
bonelli@bonelli.ch