

København 27. april

Følger efter kræft og kræftbehandling

- Læge Mogens Munch Nielsen
 - Kræftens Bekæmpelse – Kræftlinjen 80 30 10 30

Oplæg

Parallel til oplæg på Frederiksberg.

Kort om Kræft/ Kræftbehandling og Kræftplaner.

Opfølgningsprogrammer.

Senfølger hos unge kræftoverlevende.

Almindelige fysiske senfølger ved hyppige kræftsygdomme.

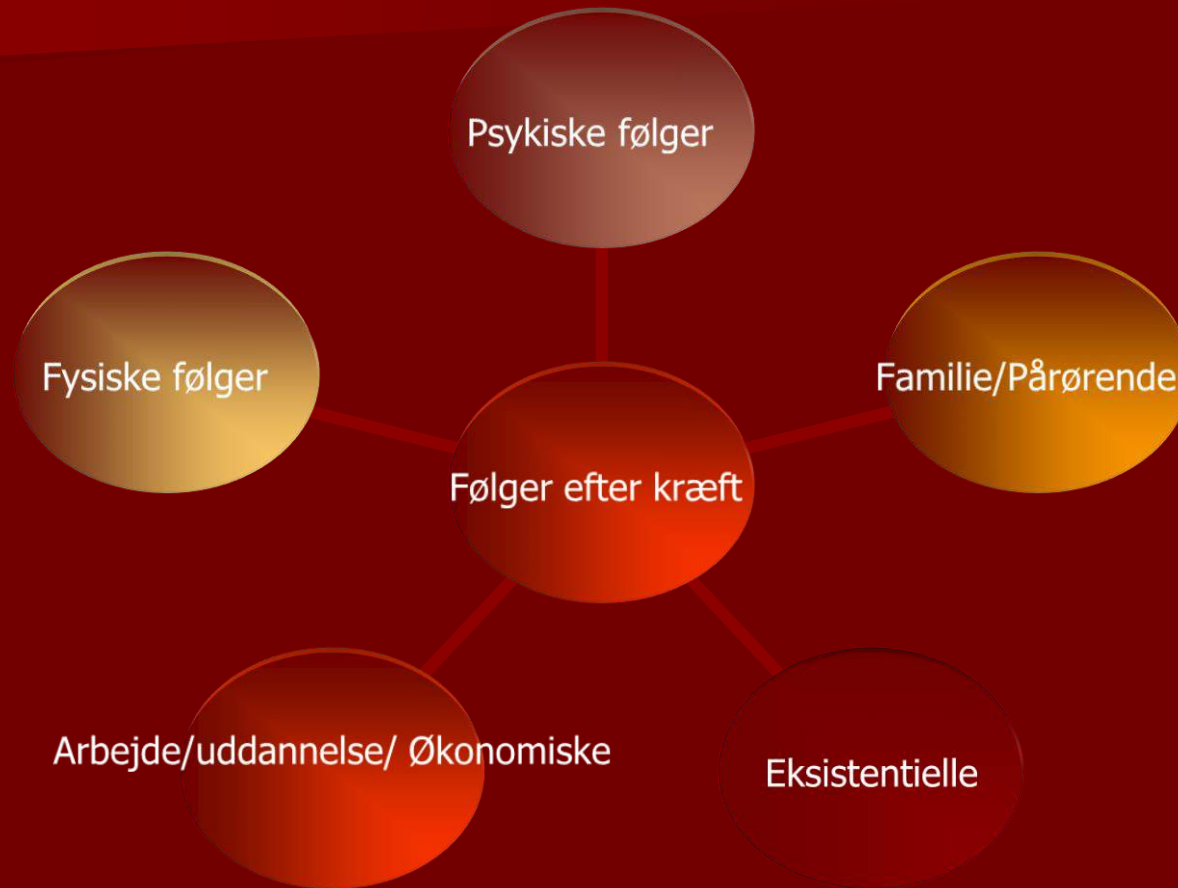
Kræft

Kræftplaner

39.000 nye tilfælde/ år

- Comorbiditet
- Årsager - eks.
 - Tobak, alkohol, sol, virus, arv
- Behandlinger
 - Kirurgi
 - Kemobehandlinger
 - Strålebehandlinger
 - Antihormonbehandlinger
 - Andre behandlinger

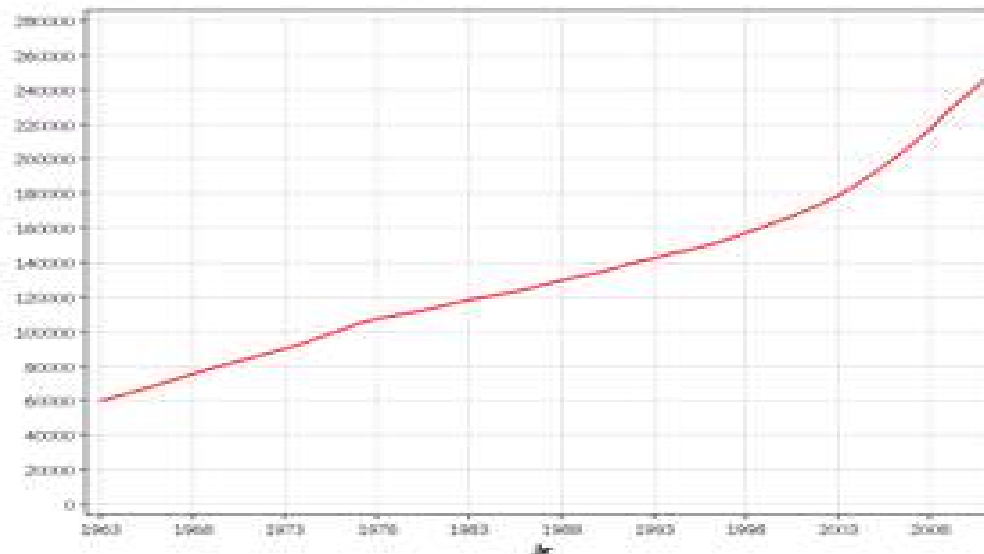
Følger efter kræft og kræftbehandling



Efter kræftsygdom.

OVERLEVERE EFTER KRÆFTSYGDOM I DANMARK

Danmark
Alle kræftformer
Total Prævalens: Antal, Begge køn alder 0-85+



Senfølger og bivirkninger

- **Bivirkninger:**
- Man kalder det bivirkninger, når der er tale om gener, der opstår i forbindelse med behandlingen og som holder op forholdsvis kort tid efter endt behandling.



Senfølger og bivirkninger

- **Senfølger:**
- **Ved senfølger forstås sædvanligvis blivende forandringer som følge af en kræftsygdom eller kræftbehandling**
- **For mange kræftpatienter er der tale om senfølger med både fysisk, psykiske og sociale funktionssvigt .**
- **Senfølger kan være en fortsættelse af bivirkninger, kan opstå et stykke tid efter afslutte behandling eller flere år efter afsluttet behandling .**
- **For mange kan senfølgerne være kroniske**



Børnekræftoverleveres senfølger

- Rapport fra 2015
- Det er ikke kun er de konkrete senfølger som for eksempel nedsat hørelse, stråleskader eller knogleskørhed, der betyder noget for den enkelte overlever.
- Det er også de konsekvenser, senfølgerne har for blandt andet at kunne
 - Gennemføre en uddannelse,
 - få sig et job,
 - at kunne deltage i det sociale liv,
 - eller finde en partner og stifte familie, der har betydning.
- Fra: " At overleve kræft som barn har konsekvenser resten af livet"

Børnekræftoverlevende

- Børnekræftoverlevende oplever:
- At de har fysiske, mentale og sociale problemer
- At senfølger i større eller mindre grad påvirker deres liv og livskvalitet efter afsluttet behandling
- At der primært er fire områder i ungdoms- og voksenlivet, hvor senfølgerne særligt kan have negative konsekvenser:
 - Uddannelses-, job- og økonomiske muligheder
 - Deltagelse i det sociale liv, venner og kærester
 - Indgåelse i parforhold og etablering af egen familie
 - Forholdet til søskende og forældre i voksenlivet
- At det, at de var børn, da de blev syge, har en væsentlig betydning for konsekvenserne af deres senfølger
- At de oplever, at deres senfølger overses og ofte ikke anerkendes, og at der mangler viden om senfølger og konsekvenserne af dem
- At deres senfølger er dynamiske, og at graden og betydningen af senfølgerne kan ændre sig
- At den aktuelle livssituation er afgørende for, hvilke konsekvenser senfølgerne har
 - Fra: " At overleve kræft som barn har konsekvenser resten af livet"

Børnekræftoverleverere

- Citater:
- "Jeg har opgivet at gå på gymnasiet. Jeg er nu startet på enkeltfag og håber, at det lykkes. Det kommer til at tage lang tid. Det er desværre det, der skal til. Det er jeg rent ud sagt pisseked af. Hvis ikke jeg havde haft kræft kunne jeg være blevet student i år."
 - Nikoline 19 år leukæmi som 15- årig
 - Fra: " At overleve kræft som barn har konsekvenser resten af livet"

Børnekræftoverleverere

- Når man nu møder en ny kæreste, hvornår ; og skal man så fortælle det ?
Altså fortælle, at man ikke ved om man kan få børn.
 - Tine 30 år , leukæmi som 13-årig, et tilbagefald
 - Fra: " At overleve kræft som barn har konsekvenser resten af livet"

Senfølger og Opfølgningsprogrammer

- **Opfølgningsprogrammer for kræftsygdomme fra 2015**
- Fremover vil der ikke længere være tale om rutinemæssige kontroller med faste intervaller, men om individuelt tilrettelagte opfølgningsprogrammer.
- For mange kræftformer er der ikke videnskabelig dokumentation for, at rutinemæssige kontrolundersøgelser, som scanninger og blodprøver med faste tidsintervaller, forlænger overlevelsen.
- Patienter med den samme kræftsygdom vil derfor ikke længere blive kontrolleret efter samme model og med samme antal kontrolscanninger m.v.

Senfølger og Opfølgningsprogrammer

- **Fra kontrol til opfølgning efter kræftsygdom**
- **Differentieret opfølgning**
 - Opfølgning kan omfatte billeddiagnostiske undersøgelser, rehabilitering og palliation, håndtering af senfølger, psykosocial støtte og støtte til egenomsorg.
- **Individuelle behovsvurderinger og forventningsafstemning**
- **Individuel plan for opfølgning**
- **Støtte til egenomsorg**

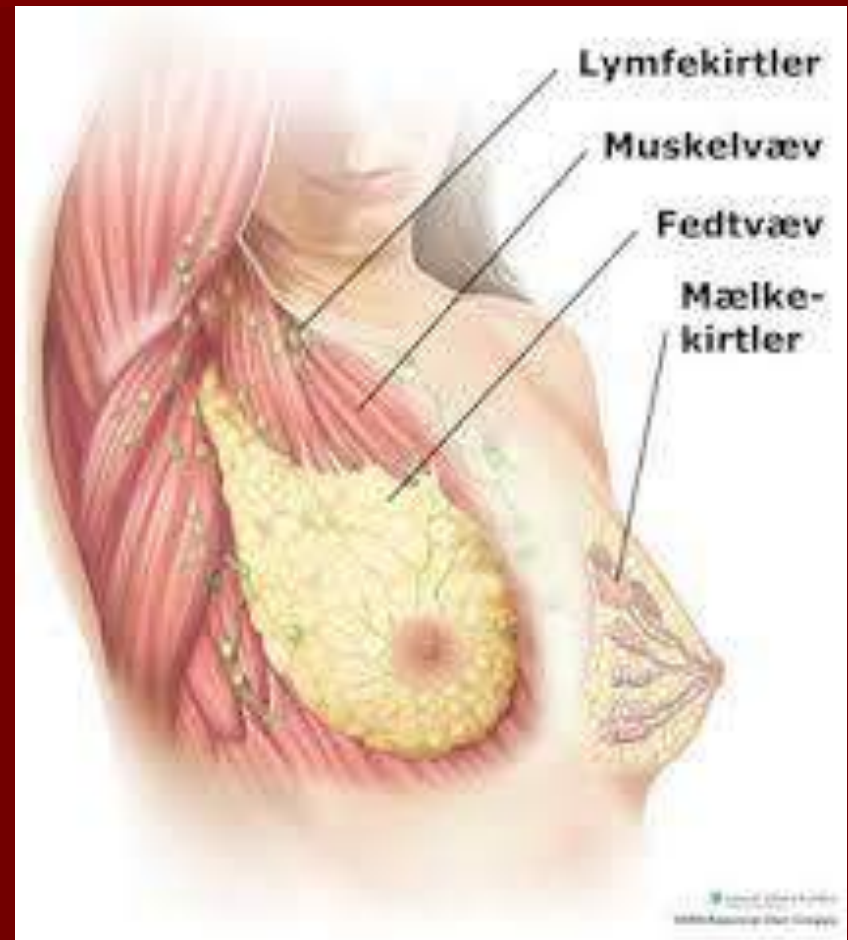
Opfølgningsprogrammer 3

■ **Implementering**

- Regionerne har tilrettelagt en plan for gradvis udrulning af opfølgningsprogrammerne i løbet af 2015 og medio 2016:
- **Trin 1** i udrulningen er for brystkræft, gynækologiske kræftformer, tyk – og endetarmskræft og prostatakraft, hvor programmerne skal være implementeret senest 1. juni 2015.
- **Trin 2** i udrulningen er for hoved-hals, hjernetumorer, sarkomer og maligne melanomer, hvor opfølgningsprogrammerne skal være implementeret senest pr. 1. september 2015.
- **Trin 3** i udrulningen er for kræft hos børn og hæmatologiske kræftformer, hvor opfølgningsprogrammerne skal være implementeret senest pr. 1. december 2015.
- **Trin 4** i udrulningen er for kræft i øjne, kræft i øvre mave-tarm, samt kræft i blære og nyre. Opfølgningsprogrammerne skal være implementeret senest pr. 1. marts 2016.
- Opfølgningsprogrammet for lungekræft vil blive udgivet medio 2016.
 - www.sst.dk

Senfølger og Brystkræft

- Generelt :
 - Antal: Stigende i gennemsnit mange år , nu cirka 4800 nye tilfælde om året i DK
 - Eks på symptomer:
 - En knude i brystet,
 - indtrækning af huden ,
 - væske fra brystvorten ,
 - eksem omkring brystvorten,
 - betændelsesagtig tilsand i brystet evt. smerter



Brystkræft – senfølger

- **Træthed (fatigue),**
 - Der er et komplekst samspil mellem depression, søvnforstyrrelser, kognitive problemer og fatigue, således at det ofte er umuligt at skelne de enkelte symptomer fra hinanden.
- Søvnforstyrrelser
- Kognitive problemer
- Smerter
- Depression
 - I en nyere dansk undersøgelse med 3.353 patienter var forekomsten af alvorlig depression 3-4 måneder efter kirurgi 14 % mod 5% blandt kvinder uden brystkræft, og kun omkring halvdelen af patienterne var i relevant antidepressiv behandling. Frygt for recidiv er mest udtalt lige efter diagnosen, men for nogle vil denne frygt være til stede resten af deres liv
- Lymfødem
- Frygt for recidiv

www.sst.dk

Brystkræft – senfølger

■ Seksuelle symptomer

- Omkring 20-30% af brystkræftpatienter oplever seksuelle problemer, og risikoen er størst blandt kvinder med for tidlig overgangsalder, og som havde seksuelle problemer før diagnosen

■ Sociale følger af diagnose og behandling.

- Brystkræft kan få sociale følger for patienterne i form af nedsættelse eller tab af erhvervsevne, ændret forhold til ægtefælle eller skilsmisse, ændring i socialt netværk og mere generelt nedsættelse af livskvalitet.
- Blandt danske patienter ser der dog ikke ud til at være en øget risiko for skilsmisse efter brystkræft.
- Nye danske tal viser, at risikoen for at blive arbejdsløs i høj grad afhænger af, om patienten havde været arbejdsløs inden brystkræftdiagnosen, men ikke af den behandling, de havde fået

– www.sst.dk

Brystkræft - senfølger

Senfølger i bevægeapparatet

- Led og muskelsmerter
- Føleforstyrrelser

■ Gynækologiske senfølger

- Tidlig menopause
 - Hedeture
 - Tørre slimhinder – samleje problemer
 - Knogleskørhed (aromatasehæmmere) DEXA – scanning
 - Øget risiko for kræft i livmoderen (Tamoxifen)

■ Senfølger : Hjertekarsygdomme

- Hjerteinsufficiens (Kemoterapi, Her 2 – hæmmere evt, strålebehandling)
- www.sst.dk

Brystkræft

Senfølger – Depression og angst

- **Fakta om mindfulness-projektet:**

- Mindfulness baseret stressreduktion består af et otte-ugers kursusforløb med en 2 1/2 times undervisning én gang om ugen.
- Deltagerne skal samtidig træne mindfulness hjemme 45 minutter hver dag. Undervisningen varetages af kvalificerede uddannede instruktører.

Målet er at lære patienterne at være opmærksomt tilstede i nuet og at håndtere ubehagelige tanker, frygt og bekymringer om fremtiden. Målet er også at hjælpe patienten til at opdage og udnytte sine egne psykologiske ressourcer til at tage vare på sig selv bedst muligt

Brystkræft

Senfølger – Depression og angst

- 336 brystkræftpatienter har deltaget i denne store lodtræknings-undersøgelse:



- Den ene halvdel modtog kun den sædvanlige ambulante kontrol,
- Den anden halvdel blev desuden undervist af uddannede mindfulness-instruktører på et kursus over otte uger.

Resultaterne viste, at forekomsten af angst og depression var stærkt mindsket i den gruppe, der fik træning i mindfulness sammenlignet med den anden patientgruppe, som alene fulgte det almindelige kontrolforløb.

- Mest overraskende var det, at den positive virkning holdt sig et helt år efter, at kurset var afsluttet.

- Kræftens Bekæmpelses Forsknings Center i samarbejde med brystkræftkirurgerne ved Herlev og Ringsted sygehus samt Institut for Psykologi ved Københavns Universitet og klinisk psykolog Hanne Würtzen

Brystkræft - seksualitet

■ Seksuelle symptomer

- Omkring 20-30% af brystkræftpatienter oplever seksuelle problemer, og risikoen er størst blandt kvinder med for tidlig overgangsalder, og som havde seksuelle problemer før diagnosen:
 - Tidlig menopause – hormonal påvirkning.
 - Infertilitet
 - Tørre slimhinder – smerter ved samleje
 - Ændret kropsopfattelse
 - Manglende lyst
 - Ændring af relationer i parforholdet

Brystkræft – smerter

- Der er evidens for, at knapt halvdelen af alle kvinder angiver, at de har smerter i brystområdet to år efter operationen.
- Risikoen for at udvikle kroniske smerter svinger fra 25% til 60% afhængig af behandling.
- Blandt kvinder med kroniske smerter er disse svære, og en daglig gene hos 13 % svt. at 6 % af alle der behandles ender med betydelige kroniske smerter.
- En opfølgning af disse kvinder har vist, at ca. 1/3 af kvinderne med smerter oplever, at generne svinder efter yderligere 2 til 3 års observation, mens 15 % af de kvinder, der var smertefri ved første undersøgelse, udvikler smerter op til fem år efter behandlingen.
- Tilsvarende oplyser 60 % at de har føleforstyrrelser i det opererede område og ud i overarmen.
- Risikofaktorerne for udvikling af kroniske smerter er antallet af fjernede lymfeknuder i armhulen og strålebehandling.

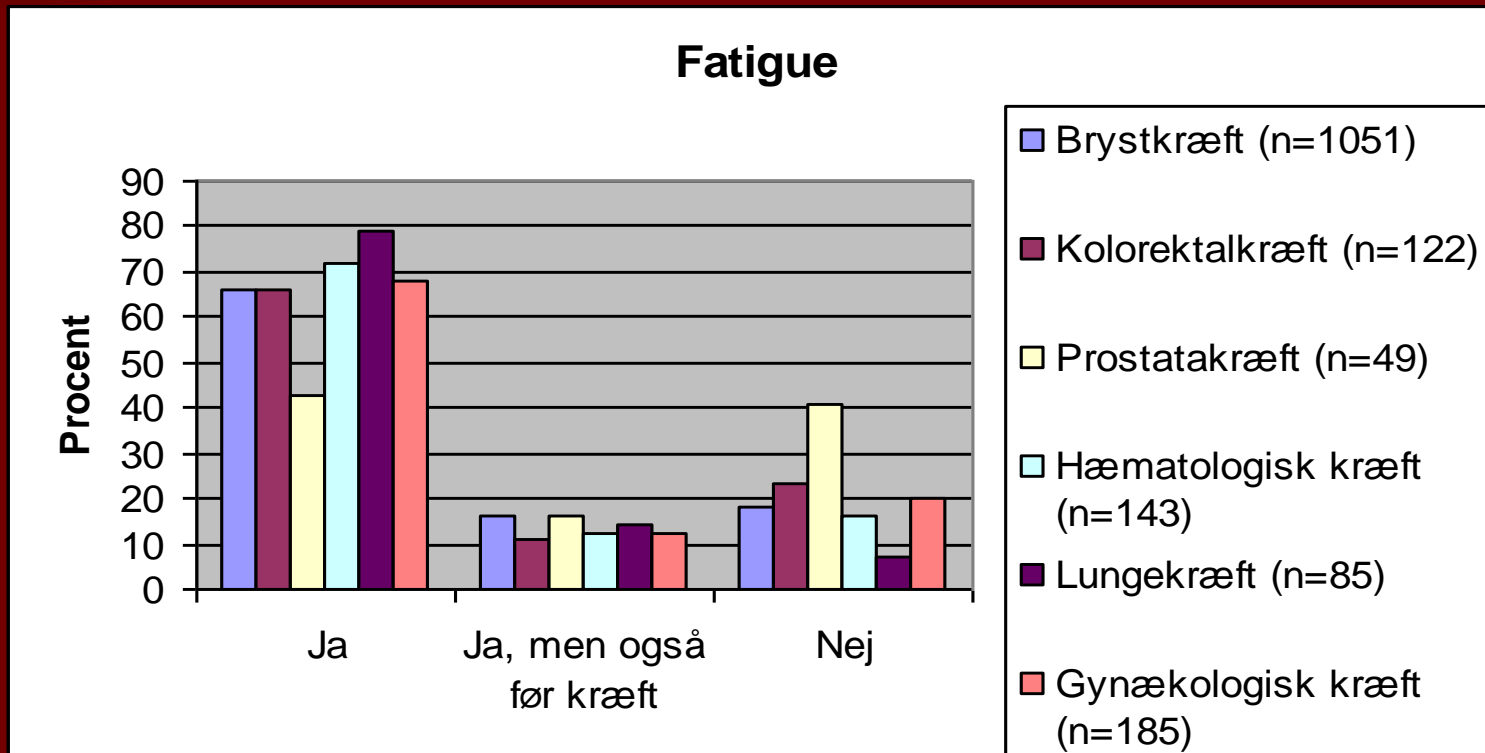
Brystkræft – smerter

- Endvidere har yngre kvinder og kvinder, der i forvejen har kroniske smerter f. eks i ryggen eller tendens til hovedpine, større risiko for at blive ramt af kroniske smerter.
- Generelt har kvinder, der modtager brystbevarende behandling, og kvinder, der får fjernet brystet, samme risiko for at rammes af smerter.
- Kemoterapi og antihormonbehandling er ikke risikofaktorer for udviklingen af kroniske smerter.
 - www.sst.dk

Brystkræft – smerter

- Persistent pain and sensory disturbances after treatment for breast cancer: six year nationwide follow-up study
 - www.rh.dk

Generelt: Træthed – Fatigue



Senfølger - Træthed

- NCCN`s definition af cancerrelateret fatigue:
- "En belastende, vedvarende, subjektiv følelse af træthed eller udmattelse relateret til kræft eller kræftbehandling, der ikke er proportional med nye aktiviteter og som påvirker patientens vanlige funktionsniveau ."
 - En meget hyppig gene efter kræftbehandling.
 - Tager til ved udbredt sygdom
 - Beskrives ofte som en "anden" form for træthed.



Senfølger – træthed

- Træthed er den hyppigste senfølge – 60 -80 %
- Træthed varer ofte længere end andre følger af kræftbehandling,
- Træthed er det symptom, som hyppigst påvirker daglige gøremål
- Træthed kan skyldes selve kræftsygdommen – men kan også forværres under behandlingen og påvirke gennemførelsen af behandlingen

- Selvom trætheden tager af efter afsluttet behandling, vil mange opleve træthed mange år efter afsluttet behandling .

- I undersøgelser af brystkræftpatienter, prostatakræftpatienter og colorectal patienter er der hos op mod 1/3 beskrevet træthed 6 år efter behandling.

Træthed

- Mekanismen er ukendt , men skyldes formentlig flere forhold (sygdom, behandling, smerter, psykologisk stress) der bl.a. kan betyde :
 - Inflammatorisk respons (cytokiner)
 - Kan påvirke hormonbalance
 - Som kan have betydning for døgnrytmen

Fatigue

■ Hjælpemuligheder:

- Ti –punkts skala 0-10
- Opmærksom på comorbiditet :Fysisk og psykisk .
- Ernæring
- Søvndagbog
- Fysisk træning
- Aktivitetsplanlægning
- Yoga /mindfulness
- Kognitiv tilgang – betydningsdelen
- Medicinsk: Modafinil (narkolepsi)/ methylphenidat (ADHD)
- [www.cancer.dk /senfoelger](http://www.cancer.dk/senfoelger)
- www.cancer.dk/forskertv/forside
- http://www.nccn.org/professionals/physician_gls/pdf/fatigue.pdf

Generelt: Senfølger - Søvnforstyrrelser

- Søvnproblemer:

Længerevarende søvnbesvær (insomni) forekommer hos 10-20% af befolkningen:

Vanskeligheder med at falde i søvn.

Ufrivillig opvågning om natten

For tidlig opvågning om morgenen

Med følelser af træthed og manglende energi i dagtimerne som konsekvens

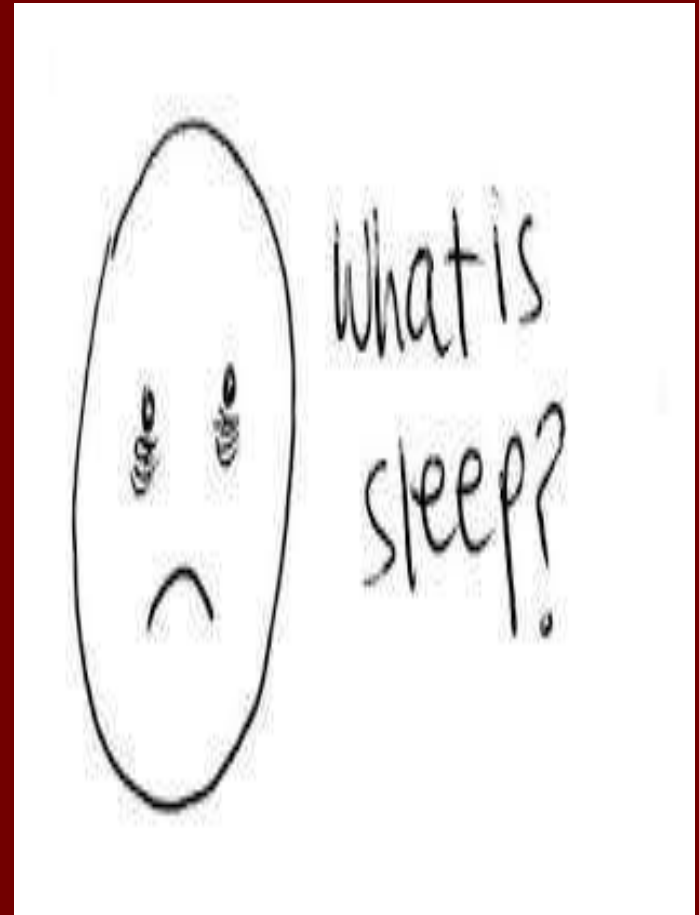


Generelt: Senfølger - Søvnforstyrrelser

Blandt de kendte årsager til længerevarende søvnproblemer er:

Negative livsbegivenheder
Psykologisk stress
Fysiske symptomer, f.eks.
smerter.

www.psykoonko.dk



Generelt: Senfølger - Søvnforstyrrelser

- Undersøgelser hos kræftpatienter viser bl.a. at:
 - Angstsymptomer
 - Lav socioøkonomisk status
 - Tegn på usund livsstil (overvægt, rygning, fysisk inaktivitet)
- Ser ud til at øge risikoen for at opleve søvnproblemer, selv længe efter afsluttet behandling,
- Søvnproblemer er i sig selv forbundet med øget risiko for udvikle depressive symptomer.
- Generelt anbefales psykologiske behandling af søvnproblemer.
 - www.psykoonko.dk

Generelt :

Senfølger – Søvnforstyrrelser

- Søvnforstyrrelser:
 - Søvndagbog:
 - Hvile/søvnperioder i løbet af dagen.
 - Motion
 - Kaffe/te/tobak/alkohol/måltider
 - Smerter i løbet af dagen?
 - Humør i løbet af dagen? Angst., stress, depression?
 - Mentale og kropslige afspændingsteknikker
 - Brug af medicin. Binyrebarkhormon? Sove medicin?
 - Opvågning i løbet af natten?
 - Sovet - hvor mange timer i løbet af døgnet?
 - Ro/temperatur/lys.

Senfølger - Koncentration - og hukommelsesbesvær

- Koncentration - og hukommelsesproblemer.
- Nogle patienter har subjektiv fornemmelse af, at de ikke kan huske under og i forlængelse af kræftbehandlingen.



Senfølger - Koncentration - og hukommelsesbesvær

- Koncentration - og hukommelsesproblemer.
 - "Kemohjerne" - med og uden kemoterapi



Senfølger - Koncentration - og hukommelsesbesvær

- "Kemohjerne" – med kemoterapi
- De fleste undersøgelser af denne art er udført på kvinder behandlet for brystkræft.
- Kognitive forringelser i form af påvirkning af hukommelse, indlæring planlægning og udførelse.



Senfølger - Koncentration - og hukommelsesbesvær

Kemohjerne" - uden kemoterapi

Gruppe af testikelkræftpatienter:
35% havde markant nedsat kognitiv funktion efter operation, men **før** behandling med kemoterapi



Senfølger - Koncentration - og hukommelsesbesvær

■ Mulige mekanismer:

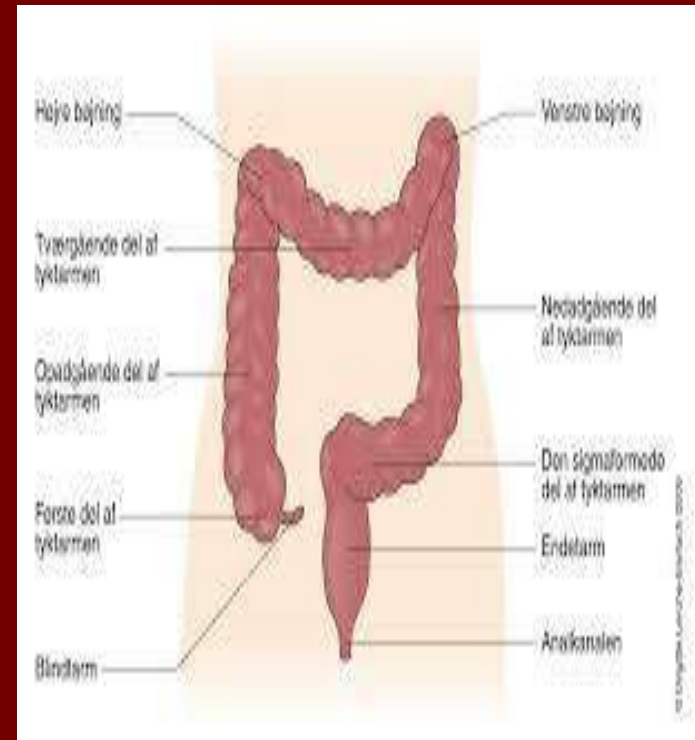
- Påvirkning af blod- hjerne – barrieren
- Psykisk stress kan forårsage morfologiske forandringer i hjernen
- Kemobehandling og selve kræftsygdommen kan påvirke proinflammatoriske stoffer, der kan påvirke nerve cellerne
- Hormonelle påvirkninger kan forringe den kognitive funktion

Kognitive senfølger

- Sammenfattet er de fundne resultater i overensstemmelse med enkelte nyere internationale resultater og kunne :
- Måske tyde på, at mens kemoterapi ikke nødvendigvis har afgørende betydning for kognitiv funktion,
- Også andre aspekter ved det at være diagnosticeret med og behandlet for en kræftsygdom, kan have betydning:
- Det kan f.eks. være psykologiske forhold i form af
 - Stress, angst og depression,
 - Søvnproblemer,
 - Ændringer i kønshormonbalancen
 - Og øget udskillelse af såkaldte proinflammatoriske cytokiner i forbindelse med disse forhold.
 - www.psykoonko.dk

Tarmkræft

- 5300 nye tilfælde/år i DK
- Behandling
- Kirurgi
- Strålebehandling
- Kemobehandling
- Andre stoffer



Tarmkræft – senfølger – Afføringsændringer

- Patienter bør have adgang til opfølgning med henblik på afhjælpning af funktionelle problemer vedr.:
- Afføringsændringer Efter operation for endetarmskræft med bevarelse af lukkemusklen oplever mange patienter forstyrrelser i tarmfunktionen og påvirkning af livskvaliteten.
- Et valideret spørgeskema (Low anterior resection syndrome score eller LARS scoren) med fokus på tarmfunktion og livskvalitet muliggør en objektiv vurdering af genernes omfang.
- Hos 58 % af endetarmskræft-opererede patienter fandtes en høj LARS score, 3 måneder efter operationen, faldende til 46 % efter 12 måneder forenelig med betydelig påvirkning af tarmfunktion og livskvalitet (61).
- Preoperativ information om risikoen er vigtig.
www.sst.dk

Tarmkræft – senfølger – Afføringsændringer

- Der er ingen evidensbaseret viden om behandlingen af afføringsændringerne ved LARS.
- I mindre serier er sakral nervestimulation og lavementbehandling (transanal irrigation) forsøgt.
- Konservativ behandling med afføringsregulerende midler er også en option, men der mangler randomiserede undersøgelser, som kan besvare spørgsmålet.

Tarmkræft – senfølger - træthed

- Træthed er et generende symptom hos mere end halvdelen af tarmkræftpatienter ifølge undersøgelse af en lille patientgruppe, som har gennemgået et ophold på Rehabiliterings Center Dallund, Kræftens Bekæmpelse (89).
- De patienter, som oplevede trætheden som et problem, havde samtidig oftere problemer med angst, nedsat livskvalitet og depression (90).

■ www.sst.dk

Tarmkræft – senfølger - træthed

- Postoperativ fysisk træning reducerede træthed, men forbedrede ikke muskelkraft og gangdistance.
- Derimod oplevede patienterne mindre angst og en højere livskvalitet indenfor 90 dage efter operation (91).
- Den positive sammenhæng mellem fysisk aktivitet og livskvalitet holder tilsyneladende længe, i det der er evidens for, at det også gælder 2 år efter operation (92).
 - www.sst.dk

Tarmkræft – senfølger – seksualitet

- Seksualfunktion,
 - Seksuelle problemer:
 - Seksuelle problemer ses hos op mod halvdelen af både mænd (i form af erektil dysfunktion og/eller ejakulationsproblemer) og kvinder (i form af problemer med libido og dyspareuni) med kirurgisk behandlet endetarmskræft,
 - men også hos strålebehandlede patienter ses seksuelle problemer hos begge køn.
 - Der er på nuværende tidspunkt ikke gennemført interventionsstudier rettet mod behandlingen af impotens hos patienter behandlet for endetarmskræft.
 - www.sst.dk

Tarmkræft – senfølger - vandladning

- Vandladningsproblemer i form af mangelfuld blæretømning ses indenfor de første måneder hos op mod 35 % af patienter opereret for kræft i endetarmen.
- Der vil ske en bedring med tiden, men langtidsresultater er dårligt belyst.
- Anvendelse af selvkateterisation og urologisk vurdering med henblik på afklaring af afløbsforholdene fra blæren og eventuel behandling af disse kan komme på tale

■ www.sst.dk

Tarmkræft – senfølger - smerter

- Smerter efter operation for tarmkræft er ikke et dominerende symptom.
- Dog vil 20- 25 % af patienter opereret for endetarmskræft opleve smerter af varierende intensitet, mest udtalt hos de patienter, som har fået fjernet hele endetarmen og lukkemusklen (93).
- Over tid vil hovedparten af patienterne opleve færre smerter. Der skal rådgives om relevant smertestillende behandling.

■ www.sst.dk

Tarmkræft - stomi

- Stomi Ca. 450 patienter årligt vil få anlagt blivende stomi. Komplikationer til stomianlæggelse er kendte og relativt hyppige og kan optræde på vilkårligt tidspunkt i efterforløbet. Patienter med stomi skal have mulighed for kontakt til stomiambulatoriet.

– www.sst.dk