

NERVENSCHÄDEN UND HÖRSTÖRUNGEN BEI KREBS: Erkennen und lindern

- Manche an Krebs Erkrankte leiden während und nach einer Krebsbehandlung unter Nervenschäden.
- Diese Beschwerden sind für Betroffene belastend und schränken die Lebensqualität oft stark ein.
- Ursachen einer Neuropathie sind Chemotherapie, zielgerichtete Krebsmedikamente, Immuntherapie, seltener Strahlentherapie oder Operation. Manchmal drückt auch der Tumor selbst auf Nervenbahnen.
- Betroffene nehmen oft Missempfindungen, Schmerzen oder Hörstörungen wahr. Es können aber auch andere Beschwerden auftreten. Wer Auffälligkeiten bei sich feststellt, sollte mit seinem Arzt sprechen.
- Bisher ist es nur bedingt möglich, therapiebedingten Nervenschäden vorzubeugen und Betroffene wirksam zu behandeln.



WARUM KOMMT ES ZU NERVENSCHÄDEN?

Bei manchen Patientinnen und Patienten werden Nerven durch Krebsmedikamente geschädigt. Man spricht von Neuropathie. Insbesondere Chemotherapien mit Platinverbindungen, Taxanen, Vincaalkaloiden und Eribulin beeinträchtigen Nerven an Füßen und Händen. Auch zielgerichtete Krebsmedikamente wie Bortezomib und Immuntherapien können zu solchen Neuropathien führen. Eine Strahlentherapie, eine Operation oder der Tumor selbst schädigen ebenfalls Nerven. Die Störung kann vorübergehend sein. Aber: Bei einigen Menschen hält sie längerfristig an.

→ Wie spürt man Nervenschäden?

Das ist von Patient zu Patient verschieden. Es hängt davon ab, welche Nerven beeinträchtigt sind. Am häufigsten sind Nerven außerhalb von Rückenmark und Gehirn betroffen, sogenannte periphere Nerven. Typische Anzeichen: Hände und Füße kribbeln, fühlen sich kraftlos, pelzig, taub an oder sind kalteempfindlich. Betroffene tun sich schwer, ein Hemd zuzuknöpfen oder zu schreiben. Manche Patientinnen und Patienten haben Probleme beim Gehen, weil das Gefühl in den Füßen fehlt. Das Risiko für Stürze steigt. Andere empfinden brennende, stechende Schmerzen. Zu den peripheren Nerven zählen auch Seh- und Hörnerven. Deshalb werden etwa Patienten, die das Chemotherapie-Medikament Cisplatin erhalten, unter Umständen schwerhörig.

→ Welche Beschwerden können noch auftreten?

Seltener ist der Teil des Nervensystems betroffen, der die inneren Organe steuert und nicht willentlich vom Menschen beeinflusst wird. Man nimmt dies etwa als Stuhlverstopfung oder Problem beim Wasserlassen wahr. Sehr selten wirken sich Therapien auf Gehirn oder Rückenmark aus, das sogenannte zentrale Nervensystem.

KÖNNEN ÄRZTE IM VORFELD ETWAS TUN?

Als sicherste Vorbeugung gilt die Wahl eines weniger oder gar nicht nervenschädigenden Präparats. Dies ist aber nicht bei jedem möglich. Auch die Dosis zu verringern, ist nicht beliebig umsetzbar. Das gilt vor allem, wenn eine Krebserkrankung durch die geplante Therapie aufgehalten werden soll. Man sollte mit seinen Ärzten folgende Fragen diskutieren: Möchte man eine geringere Wirksamkeit der Krebsbehandlung durch eine geringere Medikamentendosis, eine Therapiepause oder ein anderes Präparat in Kauf nehmen? Wie stark ist man durch die Nervenschäden belastet?

→ Welche Ansätze zur Vorbeugung gibt es?

Wissenschaftler forschen seit Jahren nach Medikamenten, die Nervenschäden verhindern. Optimal wären Arzneimittel, die die Nerven schützen. Derzeit gibt es diese Substanzen nicht. Auch andere Verfahren haben bisher wenig gesicherte Erfolge gezeigt: So soll z. B. die Kühlung von Händen und Füßen oder eine Kompression während einer Chemotherapie die schädigende Medikamentenwirkung an den Nerven drosseln. Der Nutzen muss weiter untersucht werden. Fachleute raten Betroffenen, deren Risiko für eine Neuropathie erhöht ist, zu regelmäßigen Bewegungsübungen. Das Ziel: Die Beweglichkeit, etwa von Fingern und Zehen, zu erhalten.

AN WEN KANN MAN SICH WENDEN?

Wer neuropathische Symptome an sich beobachtet, sollte mit seinen Ärzten sprechen. Je nachdem, welche Anzeichen auftreten, überweisen sie an Spezialisten: Für Diagnostik und Behandlung einer Neuropathie oder einer Schädigung des zentralen Nervensystems sind Neurologen die Ansprechpartner. Ist das Gehör beeinträchtigt, wird eine Ärztin oder ein Arzt aus der Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde einbezogen. Schmerzspezialisten helfen bei starken Schmerzen.

WAS LÄSST SICH GEGEN NEUROPATHIE TUN?

Ist der Tumor selbst die Ursache? Dann wird man versuchen, ihn zu verkleinern, um den Druck auf die Nerven zu mindern. Bei Nervenschäden, die durch Medikamente oder Bestrahlung ausgelöst wurden, steht die Linderung auftretender Symptome im Vordergrund. Um Symptome wie Missempfindungen, Taubheitsgefühl, Muskelschwäche, Koordinationsstörungen oder Schmerzen zu lindern, gibt es kaum Verfahren, deren Wirksamkeit durch Studien belegt ist.

→ Welche Arzneimittel helfen?

Treten starke Nervenreizungen auf, erhalten Patientinnen und Patienten schmerzlindernde Medikamente. Allerdings helfen die sonst üblichen Schmerzmittel nicht gegen eine Neuropathie. Wirksam sind Medikamente gegen Depressionen, etwa der Wirkstoff Duloxetin. Aber auch Arzneimittel gegen Anfallsleiden kommen zum Einsatz, seltener Opioide. Ergänzend stehen lokal wirkende Stoffe in Pflastern oder Gelen zur Verfügung. Sie wirken direkt an betroffenen Schmerzfasern. Ihr schmerzlindernder Effekt ist jedoch begrenzt. Wer eigenständig Mittel einnehmen möchte, etwa Vitaminpräparate oder andere Nahrungsergänzungsmittel, sollte dies mit seiner Ärztin oder seinem Arzt besprechen.

→ Welche weiteren Behandlungsverfahren gibt es?

Wer unter neuropathischen Beschwerden leidet, dem empfehlen Fachleute Bewegungsübungen. Sie raten etwa zu sogenanntem sensomotorischen Training oder Vibrationsstraining. Darunter fallen Gleichgewichts- und Koordinationsübungen: zum Beispiel der Vorfußstand oder Einbeinstand auf einem instabilen Untergrund, etwa einem Luftkissen, einem Kippelbrett oder einer Vibrationsplattform. Ziel ist es, beweglich zu bleiben und die Nervenbeschwerden zu lindern. Auch die Feinmotorik von Händen

und Füßen zu trainieren, kann helfen. Das Training sollte zunächst unter Anleitung stattfinden. Manche Betroffenen profitieren von Elektrotherapie, Ergotherapie und Bädern. Ob Akupunktur wirksam ist, ist derzeit nicht belegt.

→ Was kann man selbst tun?

Basierend auf Erfahrungswissen empfehlen Fachleute Betroffenen mit kältebedingten Missempfindungen, sich warm zu kleiden und extreme Temperaturen zu vermeiden. Ist das Schmerzempfinden an Händen und Füßen eingeschränkt, sollte man regelmäßig die Haut auf Verletzungen oder Druckstellen prüfen. Vorsicht ist geboten beim Schneiden von Fuß- und Fingernägeln. Wer unsicher geht und sturzgefährdet ist, sollte stabile Schuhe tragen und für eine sichere Umgebung sorgen: Stolperfallen meiden! Bei Problemen mit dem Greifen können etwa Greifzangen helfen. Wer unter klingenden Ohrgeräuschen leidet, sollte herausfinden, wann sich bei ihm dieser sogenannte Tinnitus verstärkt. Unter Umständen ist es sinnvoll, laute Umgebungen zu vermeiden. Ist der Tinnitus besonders bei Stille belastend, kann man sich vielleicht mit Musik ablenken.

WER BIETET PSYCHOSOZIALE HILFE?

Bilden sich die Nervenschädigungen langsam oder gar nicht zurück, ist das für Betroffene belastend. Es bedeutet: Man lebt lange oder für immer mit diesen Einschränkungen. Oft ist die Lebensqualität dadurch stark eingeschränkt. Um besser damit umgehen zu können, ist es für manche hilfreich, auf psychoonkologische oder sozialrechtliche Unterstützung durch Fachleute zurückzugreifen.

Der Krebsinformationsdienst stellt Adressen von Krebsberatungsstellen und niedergelassenen Psychoonkologen bereit: am Telefon, per E-Mail und im Internet unter www.krebsinformationsdienst.de.

AUSMASS VON NERVENSCHÄDEN ABSCHÄTZEN: NÜTZLICHE FRAGEN FÜR EIN GESPRÄCH MIT DER ÄRZTIN ODER DEM ARZT

Ob Nerven geschädigt werden und wenn ja, wie schwer, können Ärztinnen und Ärzte im Vorfeld einer Krebsbehandlung nicht immer abschätzen. Folgende Fragen können Betroffenen helfen, mehr über ihr Risiko zu erfahren:

- Welche Krebsmedikamente kommen für meine Behandlung infrage?
- Können sie nervenschädigende Nebenwirkungen haben? Wenn ja, welche?
- Kann man das Neuropathie-Risiko durch eine geringere Medikamentendosis oder die Wahl einer anderen Substanz verringern?
- Kommt zusätzlich eine Bestrahlung hinzu? Könnte sie die Nervenschäden verstärken?
- Werden gleichzeitig weitere nervenschädigende Behandlungen eingesetzt?
- Haben Begleiterkrankungen einen Einfluss auf chemotherapiebedingte Nervenschädigungen? So können beispielsweise Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus) oder andere Stoffwechselerkrankungen Schäden an Nervenbahnen hervorrufen.

überreicht durch:



Dieses Informationsblatt dient als Grundlage für Ihre weitere Informationssuche.

Auch der Krebsinformationsdienst (KID) beantwortet Ihre Fragen, telefonisch innerhalb Deutschlands unter der kostenfreien Rufnummer 0 800 - 420 30 40, täglich von 8 bis 20 Uhr, und per E-Mail unter krebsinformationsdienst@dkfz.de.

www.krebsinformationsdienst.de

   Besuchen Sie uns auf Facebook, Instagram und Youtube!

© Krebsinformationsdienst, Deutsches Krebsforschungszentrum, Stand: 15.01.2022, gültig bis 15.01.2024 (Quellen beim KID)