

«Oft ist auch eine Heilung möglich»

Krebs ist nach Herz-Kreislauf-Erkrankungen **die zweithäufigste Todesursache**. Die Forschung hat in den letzten Jahren jedoch auch Fortschritte gemacht und neue Therapiemöglichkeiten entwickelt.

Katarina Leovac
kleovac@medienhaus.li



Biologisch gesehen handelt es sich bei Krebs um entartete Zellen, die sich schneller teilen als gesunde Zellen. Der menschliche Körper besteht aus Billionen von Zellen, wobei jede Zelle eine bestimmte Aufgabe hat. In manchen Fällen kommt es jedoch dazu, dass sich die Zellen unkontrolliert vermehren. Sie wachsen in das umliegende Gewebe und zerstören dieses. Oft wächst dort dann ein bösartiger Tumor, der die gesunden Zellen verdrängt. Über Blut- und Lymphbahnen können die Krebszellen auch in andere Organe und Körperbereiche wandern und dort sogenannte Metastasen bilden.

Wieso es zu einem solchen unkontrolliertem Zellwachstum kommt, kann nicht eindeutig beantwortet werden. Krebs entsteht oft in einem komplexen Zusammenspiel von verschiedenen Faktoren. «Neben genetischen Ursachen und dem Alter sind Faktoren wie Rauchen bei Lungenkrebs oder UV-Exposition bei verschiedenen Hautkrebsarten zu nennen. Daneben sind auch ungesunde Ernährung und Bewegungsmangel sowie Stress als Risiken bekannt», erklärt Stefan Diem, Leiter des Onkologie-Zentrums in Grabs.

Was aber eindeutig gesagt werden kann, ist, dass die Heilungschancen stei-

gen, je früher der Krebs entdeckt wird. In den letzten Jahren hat die Krebsforschung ebenfalls grosse Fortschritte gemacht und es wurden neue Therapiemöglichkeiten entwickelt. «Die Onkologie ist ein sehr dynamischer Teilbereich in der Medizin, und durch die rasante Entwicklung hat sich die Prognose vieler Krebserkrankungen ganz eindrücklich verbessert. Zu erwähnen sind beispielsweise Immuntherapien. Diese Wirkstoffe können zu einer Aktivierung von körpereigenen Immunzellen gegen Krebszellen führen. Aber auch hoch effektive zielgerichtete Therapien (z.B. Antikörper) kommen bei verschiedenen Krebsarten zum Einsatz», so Diem.

700

Menschen mit oder nach einer Krebserkrankung werden derzeit im Onkologie-Zentrum Grabs betreut.

Mehr als einer von fünf Menschen erkrankt vor dem 70. Lebensjahr

Dennoch bleibt der Krebs nach Herz-Kreislauf-Erkrankungen hierzulande die zweithäufigste Todesursache. Wie das Bundesamt für Statistik zeigt, erkranken mehr als einer von fünf Menschen vor dem 70. Lebensjahr an Krebs. Und laut einer Prognose der Weltgesundheitsorganisation soll sich auch die Zahl der Krebsfälle weltweit bis 2050 mehr als verdoppeln. Das würde jährlich mehr als 35 Millionen Krebsneuerkrankungen bedeuten. Diese Entwicklung ist auch im Spital Grabs spürbar, wie Stefan Diem sagt. Dies sei nicht zuletzt auch auf die demographische Entwicklung zurückzuführen, da das Risiko einer Krebserkrankung mit zunehmendem Alter steigt. «Durch Früherkennungsmaßnahmen werden aber glücklicherweise viele Krebserkrankungen bereits in einem sehr frühen Stadium diagnostiziert. Damit ist oftmals auch eine Heilung möglich», meint Diem. «Aber auch bei vielen Tumorarten in der metastasierten Situation hat sich die Prognose dank neuer Therapiemöglichkeiten in den letzten Jahren ganz wesentlich verbessert.»

Thema Krebs in den Fokus rücken

Um die Vorsorgeprogramme und die Krankheit allgemein mehr ins öffentliche Bewusstsein zu rücken, findet



jährlich am 4. Februar der sogenannte «Weltkrebstag» statt. Dieser hat zum Ziel, die Bevölkerung weltweit über die Erforschung, die Behandlung sowie die Prävention von Krebserkrankungen zu informieren. Der Weltkrebstag wurde vor 24 Jahren auf dem «Weltgipfeltreffen gegen Krebs» vereinbart und seit 2007 finden unter der Leitung der Internationalen Vereinigung gegen Krebs (UICC) jährlich verschiedene Aktionen und Kampagnen in mehr als 135 Ländern statt. Das Motto in diesem Jahr lautet «Close the Care Gap». Es fordert dazu auf, Versorgungslücken in der Früherkennung, Behandlung sowie der Nachbetreuung zu schliessen. Das Ziel ist, dass alle Menschen den gleichen Zugang zu Präventionsangeboten und Therapien erhalten.

Welche Krebsarten kommen am häufigsten vor?

Experten gehen davon aus, dass weltweit jeder fünfte Mann und jede sechste Frau im Laufe ihres Lebens eine Krebserkrankung entwickeln. An welchen Krebsarten die meisten Menschen erkranken, lässt sich jedoch nicht pauschal sagen. Zum Beispiel erkrankten 2018



PD Dr. med. Stefan Diem ist Leiter des Onkologie-Zentrums Grabs.

TATJANA SCHNALZGER



auf fast allen Kontinenten Männer am häufigsten an Prostatakrebs – jedoch nicht in Asien. In Australien und Neuseeland ist Hautkrebs ein grosses Problem, weil die Sonneneinstrahlung dort erhöht ist. In der Schweiz gehören Brustkrebs, Prostatakrebs, Lungenkrebs sowie Darmkrebs zu den häufigsten Krebsarten.

Lungenkrebs sorgt für die meisten Todesfälle

Mit rund 19 Prozent sorgt dabei der Lungenkrebs für die meisten Todesfälle. Insgesamt sterben 3300 Menschen in der Schweiz pro Jahr an Lungenkrebs. Weltweit waren es im Jahr 2022 rund 1,8 Millionen Menschen. Damit sind die meisten Krebstodesfälle auf globaler Ebene ebenfalls auf Lungenkrebs zurückzuführen. Allerdings gibt es hier einen Unterschied zwischen Männern und Frauen. Weltweit sorgte bei Frauen nämlich Brustkrebs für die meisten krebsbedingten Todesfälle.

Wie bereits erwähnt gibt es unterschiedliche Risikofaktoren, die bei der Entstehung von Krebs eine Rolle spielen können. Auf einige wie zum Beispiel erbliche bzw. genetische Faktoren kann

Die Tumorzellen vermehren sich unkontrolliert. ISTOCK

«Die häufigsten Tumorarten sind Brustkrebs, Prostatakrebs, Lungenkrebs und Darmkrebs.»

Stefan Diem
Leiter Onkologie-Zentrum Grabs

kein Einfluss genommen werden – auf andere hingegen schon. Die Weltgesundheitsorganisation geht davon aus, dass weltweit rund 40 Prozent aller Krebserkrankungen durch einen gesunden Lebensstil vermieden werden könnten. Es gibt einige bekannte Risikofaktoren wie Tabak oder Alkohol, die die Wahrscheinlichkeit, an Krebs zu erkranken, erhöhen. Auch Bewegungsmangel, Stress, ungesunde Ernährung oder starke Sonnenbestrahlung gehören zu den häufigsten und grössten Risikofaktoren, die man selbst beeinflussen kann.

Und da mit den Jahren auch das Krebsrisiko steigt, sind ab einem bestimmten Alter regelmässige Vorsorgeuntersuchungen ebenfalls sinnvoll. «Für manche Krebsarten gibt es Vorsorgeprogramme mit dem Ziel, eine Krankheit möglichst früh zu erkennen, bevor Symptome auftreten. Hierzu zählen im Allgemeinen Darmkrebs und Hautkrebs sowie Brustkrebs und Gebärmutterhalskrebs bei Frauen und Prostatakrebs bei Männern. Unabhängig davon ist es aber auch wichtig, seinen eigenen Körper genau zu beobachten und sich bei beunruhigenden Veränderungen frühzeitig beim Arzt zu melden», so Stefan Diem.

Fakten und Zahlen

- Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) registrierte im Jahr 2022 weltweit mehr als 20 Millionen Krebsneuerkrankungen. Die Zahl werde bis 2050 um 77 Prozent auf 35 Millionen pro Jahr zunehmen, wie die Internationale Agentur für Krebsforschung (IARC) berichtet.
- Etwa jeder fünfte Mensch erkrankt im Leben an Krebs. Einer von neun Männern und eine von zwölf Frauen sterben daran.
- Bei Frauen ist Brustkrebs die verbreitetste Form, gefolgt von Lungen- und Darmkrebs. Bei Männern war Lungenkrebs die häufigste Form, gefolgt von Prostata- und Darmkrebs.
- Im Jahr 2022 starben nach Angaben der IARC 9,7 Millionen Menschen an Krebs.
- Lungenkrebs wurde 2022 bei 2,5 Millionen Menschen diagnostiziert. Lungenkrebs war auch für die meisten Krebstodesfälle verantwortlich: 1,8 Millionen.
- Die Zahl der Menschen, die fünf Jahre nach einer Krebsdiagnose noch lebten, lag 2022 laut IARC bei 53,5 Millionen.
- Männer erkranken häufiger als Frauen an Krebs – weltweit betrachtet sind sie 1,4-fach häufiger betroffen.
- Man schätzt, dass etwa 40 Prozent aller Krebserkrankungen durch Umweltfaktoren sowie Lebens- und Ernährungsgewohnheiten verursacht werden und damit vermeidbar sind.

Allgemein wird zwischen folgenden Krebsstadien unterschieden:

- Stadium 0: abnorme Zellen, die sich noch nicht ausgebreitet haben. Dieses Stadium wird auch «in-situ» genannt. Es handelt sich hierbei um eine Vorstufe von Krebs.
- Stadium I–III: Krebs, der sich nicht über die Stelle des Primärtumors hinaus ausgebreitet hat oder nur auf nahe gelegenes Gewebe übergreifen hat.
- Stadium IV: Der Krebs hat sich auf entfernte Bereiche des Körpers ausgebreitet (Metastasen/Fernmetastasen).



Die Krebshilfe Liechtenstein ist ein gemeinnütziger Verein und steht allen Menschen offen, die von Krebs betroffen sind. ISTOCK

«Lücken gibt es immer»

Seit 19 Jahren betreut **Marion Leal** Krebspatienten und ihre Angehörigen bei verschiedenen Fragen rund um die Erkrankung. In Liechtenstein ist das Betreuungsangebot ihrer Ansicht nach sehr gut, dennoch bestünden auch hier gewisse Lücken, die man in Zukunft angehen sollte.

Katarina Leovac
kleovac@medienhaus.li



Frau Leal, Sie arbeiten seit 19 Jahren für die Krebshilfe Liechtenstein und sind als Psychoonkologin tätig. Was gehört alles zu Ihren Aufgaben?

Marion Leal, Leiterin der Geschäftsstelle der Krebshilfe Liechtenstein: Psychoonkologen begleiten und betreuen Krebspatienten mitsamt dem engen familiären System während ihrer Erkrankung. Dazu gehört natürlich das psychische Auf- und weiterbegleiten durch Gesprächstherapie, aber wir helfen auch bei finanziellen Belangen indem wir eng mit den Krankenkassen, der IV oder dem Amt für soziale Dienste zusammenarbeiten und die Betroffenen beraten. Ebenfalls arbeite ich im Hospiz oder den Palliativstationen und begleite die Angehörigen in ihrer Trauerphase. Ich habe vor 12 Jahren das Psychoonkologie-Studium abgeschlossen. Im ersten Jahr habe ich mich mit dem medizinischen Grundwissen beschäftigt und dann zwei Jahre lang mit der psychologischen Ebene auseinandergesetzt.

«Wir werden wöchentlich mit zwei bis vier Neudiagnosen konfrontiert.»
Marion Leal
Psychoonkologin

Wie viele Krebspatienten begleiten oder betreuen Sie derzeit?

Das ist immer unterschiedlich. Es kommen wöchentlich Neuerkrankungen zu den bestehenden dazu und es gibt auch solche, die einen Rückfall erleiden. Aber durch das Jahr hindurch gerechnet sind es ungefähr immer 240 bis 280 Patienten.

Wie viele Neuerkrankungen gibt es wöchentlich?

Die Zahlen haben seit den letzten ein- einhalb Jahren zugenommen. Es gibt zwar auch ein paar ruhigere Wochen zwischendurch, aber diese kommen eher selten vor. Wir werden wöchentlich mit zwei bis vier Neudiagnosen konfrontiert. Dabei sind Krebspatienten, bei denen die Diagnose früh gestellt wurde, aber auch solche, bei denen die Krankheit bereits in einer fortgeschrittenen Phase ist.

Und wie haben sich diese Zahlen in der Zeit, seit Sie bei der Krebshilfe tätig sind, insgesamt verändert?

Die Zahlen haben sich verändert, aber ebenso die gezielte Diagnostik. Wir haben heute mehr Möglichkeiten der Früherkennung und deshalb können Krebsdiagnosen rascher diagnostiziert werden. Die Zahlen haben daher auch zugenommen.

Sie bieten bei der Krebshilfe Liechtenstein verschiedene Leistungen an. Welche sind das genau?

Neben der persönlichen und psychologischen Betreuung und Beratung von Krebspatienten bieten wir auch den Angehörigen Unterstützung an. Wir beantworten Fragen rund um das Thema Krebs und Vorsorge und begleiten, wie bereits erwähnt, den Patienten während verschiedenen Zeitpunkten der Erkrankung und der medizinischen Behandlung. Zu den weiteren Leistungen gehört auch die Vermittlung von Fahrdiensten zu Therapien und Arztterminen, die Vermittlung von Haushaltsunterstützung und Spitex, aber auch die Vermittlung von Hilfsmitteln wie zum Beispiel Brustprothesen, Perücken, Rollstühlen und weiteren benötigten Krankenmobilen.

Wir beraten auch bei Versicherungsfragen und bieten Hilfe bei finanziellen Notlagen.

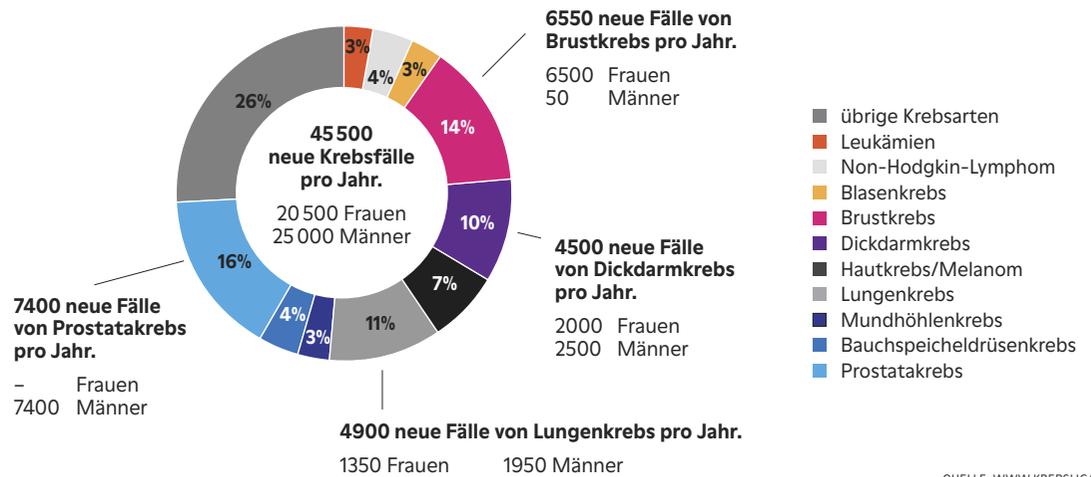
Welche Leistungen werden am häufigsten in Anspruch genommen?

Es werden in erster Linie viele Beratungsgespräche in Anspruch genommen. Also die gesamte psychosoziale Seite, aber auch Beratungen auf der finanziellen Ebene. Es gibt viele Menschen für die, neben der Erkrankung, die finanzielle Situation sehr belastend ist. Zum Beispiel Menschen, die mitten im Arbeitsprozess stehen und Angst haben, ihren Arbeitsplatz zu verlieren. Oder junge Familienväter und alleinerziehende Mütter, die sich fragen, wie es mit der Familie und den Kindern weitergeht. Sie beschäftigen sich mit ganz unterschiedlichen existenziellen Fragen, Sorgen und Ängsten. Wir versuchen, bei den Gesprächen das Wesentliche gemeinsam gezielt anzugehen, um die ganze Situation erträglicher und lebbarer zu gestalten. Somit kann ein Schritt nach dem anderen gemacht werden. Wir vernetzen die Betroffenen mit den Möglichkeiten, die wir im Land haben, und bringen sie mit unseren unterschiedlichen Netzwerkpartnern zusammen, die sie gezielt und unterstützend begleiten können.

Sie haben viele Menschen während ihrer Erkrankung begleitet und dabei viele berührende Geschichten erlebt. Wie schafft man es, in solchen Situationen Abstand zu bewahren?

Diese Frage wurde mir schon oft gestellt. Viele Menschen sagen auch: «Das ist doch sehr traurig. Ich könnte das nicht tun.» Aber das ist es nicht immer. Natürlich gibt es unfassbare und traurige Lebensgeschichten, aber auch solche, bei denen ich die Freude mitkriege, wenn es den Menschen wieder besser

Die häufigsten Krebsarten in der Schweiz



«Meine Arbeit ist ebenfalls eine Quelle der Kraft, der Inspiration und der Motivation.»

Marion Leal
Leiterin der Geschäftsstelle
Krebshilfe
Liechtenstein

geht und sie wieder Dinge tun können, die vorher nicht möglich waren aufgrund der Erkrankung. Ich muss aber auch immer wieder für mich Sorge tragen, dass ich all dies nicht zu nah an mich ranlasse und zu viel mit nach Hause nehme. Es gibt dennoch immer wieder Situationen, bei denen es der Fall ist. Manchmal ist es zwar gut, wenn man sich in seinem geschützten Wohlfühlrahmen, sprich zu Hause, damit auseinandersetzen kann, aber manchmal muss man einfach versuchen, all das in einem gesunden Rahmen zu verdrängen. Was mir hilft, ist die Natur mit ihrer Vielfaltigkeit von Aktivsein, Ruhe und Stille, mein soziales Umfeld sowie das Reisen. Meine Arbeit ist ebenfalls eine Quelle der Kraft, der Inspiration und der Motivation. Dieses miteinander Aufden-Weg-Gehen ist ein gegenseitiges Kraftgeben. Wir Menschen können gemeinsam viel bewirken und erreichen.

Der diesjährige «Weltkrebstag» steht unter dem Motto: «Close the Care Gap» - also Versorgungslücken schliessen. Wie sieht Ihrer Meinung nach die Situation in Liechtenstein aus? Gibt es hier Versorgungslücken?

Lücken gibt es immer. Ich denke, es fehlt immer irgendetwas. Wir haben im Vergleich zu anderen Ländern ein sehr gutes Betreuungsangebot und schnellen Zugang zu diesem, aber es gibt auch einige Sachen, die man verbessern kann. Manche Sachen sieht man auch erst, wenn man sich selbst in der Notsituation befindet und merkt, wo etwas gut funktioniert und wo nicht. Wir befinden uns in einem Wandel. Das ganze Gesundheitssystem ist in einer massiven Veränderung und man kann und sollte meiner Meinung nach nicht im Moment verharren. Man muss genau hinschauen

und zwar nicht nur auf das Papier, sondern auf die Realität. Es nützt uns nichts, wenn wir durchzertifizierte Institutionen haben, aber all das in der Praxis nicht gelebt werden kann. Wir von der Krebshilfe sehen, wo drastische Akutsituationen entstehen können und wo das System nicht mehr greift. Das ist zum Beispiel bei der palliativen Situation der Fall. Hier fehlen einfach Ansätze, die sich jedoch gut mit gewissen Institutionen verbinden liessen. Wie zum Beispiel ein mobiles Hospizteam mit speziell ausgebildeten Fachpersonen. Und die Fachpersonen werden auch immer mehr und mehr benötigt. Wir müssen zudem wieder mehr Menschen in die Berufe vom Gesundheitswesen bringen und zeigen, dass dies ein schöner Beruf ist. Ihn wieder attraktiv machen durch Lohnanpassungen, angepasste Arbeitszeitregelung etc. Diese Berufe müssen mehr gewürdigt werden. Man kann noch so viele Häuser bauen, aber diese müssen auch mit Fachpersonen gefüllt werden. Wir werden in Zukunft auch immer mehr mit chronisch kranken Menschen konfrontiert und müssen daher die Strategie anpassen.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Dass das Gesundheitswesen noch lange gut funktioniert, eine Sicherstellung von wichtigen Angeboten gewährleistet ist und vor allem für alle zugänglich und bezahlbar ist. Dass die, welche das Ruder in der Hand haben, den Mut haben, bereits bestehende Synergien zu nutzen, gezielt anzupassen und zukunftsfähig zu gestalten. Wir brauchen nicht ein Zuviel vom Ganzen, sondern lieber ein bisschen weniger und müssen eben dieses Weniger als realistisches Ziel gemeinsam angehen und umsetzen - zeitnah, konkret und handelnd.



Marion Leal begleitet und berät Krebspatienten und ihre Angehörigen seit 19 Jahren.

KREBSHILFE LIECHTENSTEIN