

Übelkeit und Erbrechen bei der Krebsbehandlung, Vorbeugung und Therapie

Übelkeit und Erbrechen gehören zu den von Patienten meistgefürchteten und sehr belastenden Nebenwirkungen einer Krebsbehandlung. Ihre Verhütung und effektive Behandlung sind heute jedoch fester Bestandteil einer Krebstherapie. Schwerwiegende Störungen wie Stoffwechsellstörungen, z.B. durch Verlust von Flüssigkeit und Salzen (Elektrolyten), Mangelernährung, Gewichtsabnahme sowie hierdurch bedingte körperliche und seelische Erschöpfung können so vermieden werden.

Längst nicht jeder Krebspatient muss mit Übelkeit rechnen: Wie groß die Wahrscheinlichkeit ist, hängt von der Behandlungsform ab und lässt sich gut vorher abschätzen: Man spricht von der "emetogenen Potenz" einer Behandlungsmaßnahme. Es gibt jedoch auch individuell unterschiedliche Reaktionen auf eine Chemotherapie oder Bestrahlung: Nicht alle Patienten vertragen eine Behandlung gleich gut oder schlecht.

Wie kommt es zu Übelkeit und Erbrechen?

Übelkeit und Erbrechen werden durch einen sehr komplexen Reflexvorgang ausgelöst. Der Vagusnerv mit seinen Endigungen im Magendarmtrakt spielt ebenso eine Rolle wie bestimmte Bereiche im Gehirn. Verschiedene körpereigene Botenstoffe sorgen für die Reizweiterleitung. Der Vagusnerv ist Teil des vegetativen Nervensystems und kann deshalb nicht willkürlich kontrolliert werden. Erbrechen und Übelkeit lassen sich also nicht durch Willensanstrengung unterdrücken.

Schweregrade von Übelkeit und Erbrechen

Einzelne Medikamente der Chemotherapie und auch gängige Kombinationen von Zytostatika können nach der Häufigkeit eingeteilt werden, in der ohne unterstützende Behandlung Erbrechen und Übelkeit als Nebenwirkung auftreten. Diese Einteilung wird auch bei der Strahlentherapie verwendet.

Es werden vier Risikogruppen unterschieden:

Risiko	Übelkeit und Erbrechen
hoch	bei fast allen Patienten (mehr als 90 von 100 Patienten)
moderat	sehr oft, bei 30 bis 90 von 100 Patienten
niedrig	eher selten, bei 10 bis 30 von 100 Patienten
minimal	selten, bei weniger als 10 von 100 Patienten

Was beeinflusst die Stärke von Übelkeit und Erbrechen?

Die Ausprägung von Übelkeit und Erbrechen als Nebenwirkung einer Tumorbehandlung wird von verschiedenen Faktoren bestimmt:

- Art und Zusammenstellung der Krebsmedikamente
- Verabreichungsform (als Injektion bzw. Infusion in die Vene oder in Tablettenform)
- Strahlentherapie: bestrahlte Körperregion, Größe des bestrahlten Gebiets
- Individuelle Unterschiede von Patient zu Patient (Art der Tumorerkrankung, Geschlecht, Alter, Erwartungshaltung und vor allem Angst)

Gibt es Unterschiede im zeitlichen Auftreten von Übelkeit und Erbrechen?

Man kann nach dem zeitlichen Auftreten verschiedene Arten von Übelkeit und Erbrechen unterscheiden. Bei manchen Therapien treten Nebenwirkungen relativ rasch auf (innerhalb der ersten 24 Stunden), bei anderen verzögert (erst nach mehr als 24 Stunden). Vorbeugung und

Behandlung werden darauf abgestimmt. Manchen Patienten wird in Erwartung der Nebenwirkung schon vor der Behandlung schlecht (antizipatorische Übelkeit), besonders wenn sie bereits schlechte Erfahrungen gemacht haben. Je besser Erbrechen von vornherein medikamentös unterdrückt wird, desto geringer ist die Wahrscheinlichkeit, dass sich ein solcher Reflex ausbildet.

Vorbeugung und Behandlung von Übelkeit und Erbrechen

Verschiedene Expertengremien haben in den letzten Jahren Empfehlungen und Leitlinien zur Vorbeugung und Behandlung von Übelkeit und Erbrechen bei Tumorpatienten erarbeitet. Eine Aufklärung der Patienten über diese mögliche Nebenwirkung der Krebsbehandlung und eine Information über die Möglichkeiten der Vorbeugung und Therapie ist sehr wichtig und hat eine vorbeugende Wirkung: **Informierte Patienten fühlen sich vorbereitet und sind deshalb besser in der Lage, mit den Nebenwirkungen umzugehen.**

Für die Vorbeugung und Behandlung von Übelkeit und Erbrechen stehen zahlreiche hochwirksame Medikamente (Antiemetika) mit unterschiedlichen Wirkmechanismen zur Verfügung. Sie werden abhängig von der zu erwartenden Stärke und dem zeitlichen Verlauf der Nebenwirkungen eingesetzt. In der Regel ist die antiemetische Therapie fester Bestandteil einer Chemo- bzw. Strahlentherapie und in den Behandlungsprotokollen festgeschrieben.

Da Erwartungsangst die Beschwerden verstärken kann, ist eine Vorbeugung besonders wichtig. Je höher die Übelkeit erzeugende Wirkung einer Krebsbehandlung ist, umso intensiver muss die vorbeugende Behandlung mit Antiemetika sein. Kommt es trotz Vorbeugung zu Übelkeit oder Erbrechen, kann der Arzt die antiemetische Therapie anpassen.

Nichtmedikamentöse Ansätze wie z.B. Entspannungstechniken oder Verhaltenstherapie können besonders dann hilfreich sein, wenn eine ängstliche Erwartungshaltung die Übelkeit verstärkt. Auch angstlösende Medikamente unterstützen in diesen Situationen die Wirkung der Antiemetika.

Das Gespräch mit dem Arzt

Damit Patienten ihre persönliche Situation einschätzen können, ist ein Gespräch mit dem Arzt besonders wichtig. Die folgende Auflistung von Fragen kann als Anregung für die Vorbereitung eines solchen Gesprächs dienen:

- Wie wahrscheinlich ist es, dass mir durch die geplante Chemotherapie bzw. Bestrahlung übel wird oder dass ich erbrechen muss?
- Wie lange kann die Übelkeit anhalten?
- Bekomme ich bei meiner Krebsbehandlung vorbeugende Medikamente gegen Übelkeit und Erbrechen? Wenn ja, welche?
- Entspricht die Wahl der Medikamente den anerkannten Empfehlungen in ärztlichen Leitlinien?
- Können die Medikamente gegen Übelkeit selbst Nebenwirkungen haben?
- Soll ich die Medikamente regelmäßig und vorbeugend einnehmen, oder nur, wenn ich erneut erbrechen musste?
- Sollte ich zu Hause auch Medikamente gegen Übelkeit einnehmen und wenn ja, wie lange?
- Was geschieht voraussichtlich, wenn ich die Medikamente nicht einnehme?
- Wie soll ich mich verhalten, wenn ich trotz der Medikamente unter Übelkeit und Erbrechen leide?
- Was kann getan werden, wenn ich trotz der vorbeugenden Medikamente erbrechen muss?
- Gibt es andere Maßnahmen als die Einnahme von Medikamenten, um Erbrechen und Übelkeit zu lindern?
- Können Entspannungsmethoden hilfreich sein?
- Kann ich selbst etwas dazu beitragen, damit die Nebenwirkungen nicht so heftig sind?

Dieses Informationsblatt dient als Grundlage für die weitere Informationssuche. Auch der Krebsinformationsdienst beantwortet Ihre Fragen telefonisch innerhalb Deutschlands unter der kostenfreien Rufnummer 0 800 - 420 30 40, täglich von 8-20 Uhr, per E-Mail unter krebsinformationsdienst@dkfz.de und im Internet unter www.krebsinformationsdienst.de.