

PINK!

Aktiv gegen Brustkrebs

Autorinnen: Prof. Dr. Pia Wülfing, Katharina von Trotha

Federführende Organisation: PINK gegen Brustkrebs GmbH

Die inhaltliche Verantwortung des Beitrags liegt allein bei den genannten Autorinnen.
MSD weist ausdrücklich auf die finanzielle Unterstützung dieser Publikation hin.

Management Summary

Die Diagnose Brustkrebs stellt ein äußerst einschneidendes, lebensbedrohliches Ereignis im Leben der erkrankten Frauen dar. Die betroffenen Patientinnen empfinden Hilflosigkeit, Kontrollverlust und massive Ängste, bis hin zur Todesangst. Daher gibt es bei jeder einzelnen Patientin ein extrem hohes Informations-, Zuwendungs- und Betreuungsbedürfnis.

PINK! aktiv gegen Brustkrebs schließt diese Lücke. Ziel ist es, eine Brustkrebs-Plattform aufzubauen, die eine bessere und vor allem individuelle Information und Begleitung der Brustkrebs-Patientin vom Zeitpunkt der Diagnose, begleitend zu allen Therapien und in der Nachsorge ermöglicht. Dafür wurden drei Lösungen entwickelt. Auf der Website www.pink-brustkrebs.de können sich Betroffene und Interessierte umfassend informieren. Die PINK! App unterstützt Patientinnen während Therapie und Nachsorge durch ein individualisiertes Coaching-Programm mit Fokus auf Bewegung, Ernährung, mentale Gesundheit und Nebenwirkungsmanagement. Der psychoonkologische Online-Kurs „PINK! Leben“ hilft, die krebsbedingte emotionale Belastung, die mit Diagnose und Behandlung einhergeht, so früh wie möglich aufzufangen.

Umsetzung

Mit rund 70.000 Neuerkrankungen jährlich ist Brustkrebs die mit Abstand häufigste Krebserkrankung bei Frauen. Darüber hinaus wird bei mehr als 6.000 Frauen jährlich ein In-situ-Tumor (DCIS) diagnostiziert (Zentrum für Krebsregisterdaten, 2021). Aus klinischer Sicht sind die ersten fünf bis zehn Jahre nach der Brustkrebsbehandlung eine vulnerable Zeit, in der sich viele Frauen mit kurz- und langfristigen gesundheitlichen und psychosozialen Problemen konfrontiert sehen. Dazu zählen anhaltende und/oder spät auftretende Symptome nach der Krebserkrankung und der Behandlung sowie psychosoziale Belastungen im Zusammenhang mit dem Risiko eines Krebsrezidivs, chronischer Unsicherheit und sozialen Störungen (AGO e. V., 2021).

Gesundheitsdienstleistungen, die Brustkrebspatientinnen darin unterstützen, ihr physisches und psychosoziales Wohlbefinden wiederzufinden und den Übergang in einen normalen Alltag zu bewältigen, sind nur unzureichend vorhanden. Körperliche Aktivität, gesunde Ernährung und mentale Gesundheit sind jedoch entscheidend für die Risikoreduktion und das Selbstmanagement von Brustkrebspatientinnen (AGO e. V., 2021; DGGG, 2020).

Es gibt Hinweise darauf, dass eine Aktivierung der Patientenbeteiligung an der Versorgung mit einem verbesserten präventiven Gesundheitsverhalten, einer besseren Behandlungsadhärenz und weniger Problemen bei der Versorgungskoordination einhergeht. Folglich besteht ein großer Bedarf an evidenzbasierten Interventionen, die leicht zugänglich sind und das Potenzial haben, eine große Anzahl von Brustkrebspatientinnen zu erreichen.

Das Projekt PINK! – Aktiv gegen Brustkrebs setzt hier auf drei Ebenen an:

1. www.pink-brustkrebs.de

Frauen mit der Diagnose Brustkrebs erhalten über die Website genau die Informationen, die für ihre individuelle Situation wichtig sind. Nach Eingabe der tumorspezifischen Daten wird der Patientin ein individualisiertes Informationspaket zur Verfügung gestellt. Die Plattform ermöglicht Patientinnen und Angehörigen Zugriff auf multimedial aufbereitete und leicht verständliche Beiträge in Text-, Video- und Podcast-Format. Als ärztlich geführtes Online-Angebot versorgt PINK! mit wissenschaftlich fundierten Informationen und orientiert sich an den Empfehlungen der AGO Kommission Mamma.

2. PINK! App

Die PINK! App unterstützt die Brustkrebspatientin bei der Veränderung ihres Lebensstils hin zu mehr Bewegung, gesünderer Ernährung und mentaler Gesundheit gemäß der aktuellen Leitlinienempfehlungen. Mithilfe eines Chatbots kann die Patientin darüber hinaus Fragen zu Beschwerden und Nebenwirkungen stellen und erhält wissenschaftlich fundierte Informationen und Tipps zur Selbsthilfe mit dem Ziel, die Nebenwirkungen zu verringern. Die PINK! App adressiert positive Bewältigungsstrategien und fördert den positiven, kompetenten und

PINK! App bietet gezielte Unterstützung im Alltag

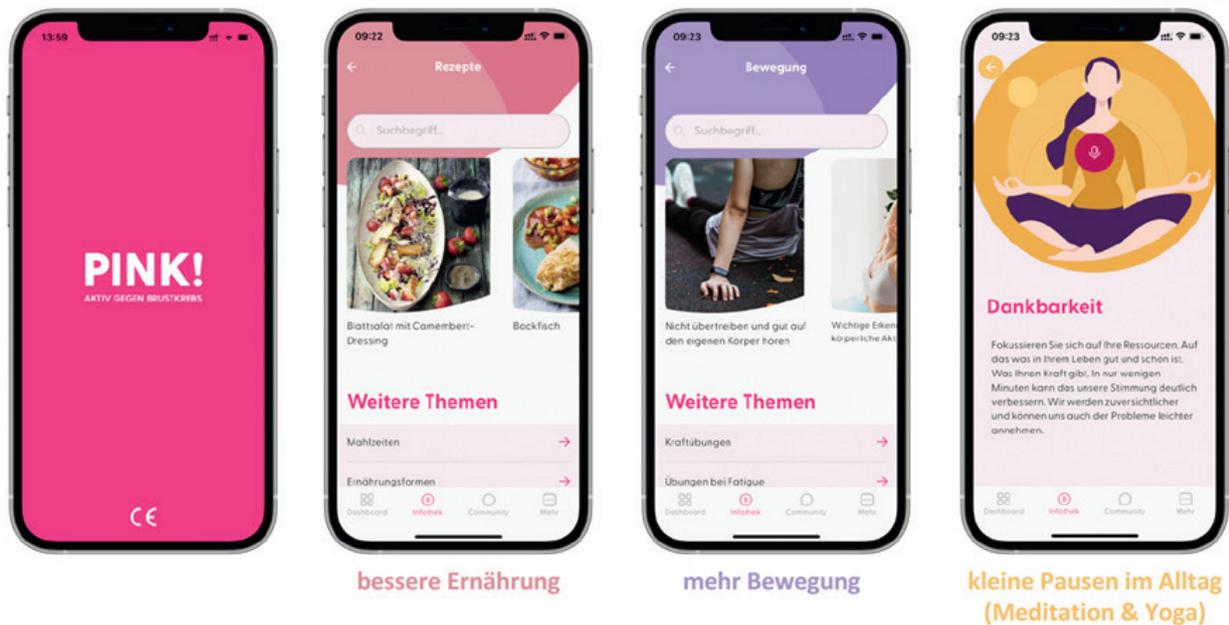


Abbildung 1 Benutzeroberfläche der PINK! App

Quelle: Eigene Darstellung

souveränen Umgang mit der plötzlich veränderten Lebenssituation (s. Abb. 1).

3. Online-Kurs „PINK! Leben“

„PINK! Leben“ ist ein interaktiver onlinebasierter Kurs zur Unterstützung von Patientinnen mit einer Brustkrebsdiagnose. Die Intervention zielt auf die Reduktion von psychischer Belastung (Distress) und die Förderung des Wohlbefindens ab. Der Kurs soll dazu beitragen, die Krankheitsbewältigung zu unterstützen, psychische Belastungen der Patientin zu reduzieren und die Lebensqualität zu erhöhen.

Nächste Schritte

Die Website ist seit März 2021 online und frei zugänglich für alle Interessierten. Die App und der Psychoonkologie-Kurs befinden sich in der Testphase. Aktuell läuft eine Pilotstudie zur App unter der Leitung von Prof. Dr. Nadia Harbeck am Brustzentrum der LMU in München.

Ziel ist es, die PINK! App als DiGA in die Regelversorgung zu überführen.

Ansprechpartnerinnen

Prof. Dr. Pia Wülfing

Gründerin
 PINK gegen Brustkrebs GmbH
 Curschmannstraße 35
 20251 Hamburg
 Telefon: 0170 7321454
 E-Mail: pia.wuelfing@pink-brustkrebs.de

Katharina von Trotha

Co-Gründerin
 PINK gegen Brustkrebs GmbH
 Curschmannstraße 35
 20251 Hamburg
 Telefon: 01774492703
 E-Mail: katharina.trotha@pink-brustkrebs.de

Literatur

- AGO e. V. (2021). Diagnostik und Therapie früher und fortgeschrittener Mammakarzinome. https://www.ago-online.de/fileadmin/ago-online/downloads/_leitlinien/kommission_mamma/2021/Einzeldateien/2021D_02_Brustkrebsrisiko_und_Praevention_MASTER_final_20210301.pdf (abgerufen am 28.09.2021)
- Cheng, K. K. F., Lim, Y. T. E., Koh, Z. M. & Tam, W. W. S. (2017). Home-based multidimensional survivorship programmes for breast cancer survivors. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2017(8). <https://doi.org/10.1002/14651858.cd011152.pub2>
- Deutsche Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe (2021). Erste S3-Leitlinie zur Komplementärmedizin bei Krebsbehandlung veröffentlicht. <https://www.dggg.de/presse/pressemitteilungen-und-nachrichten/erste-s3-leitlinie-zur-komplementaermedizin-bei-krebsbehandlung-veroeffentlicht> (abgerufen am 28.09.2021)
- Roberts, A. L., Fisher, A., Smith, L., Heinrich, M. & Potts, H. W. W. (2017). Digital health behaviour change interventions targeting physical activity and diet in cancer survivors: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Cancer Survivorship*, 11(6), 704–719. <https://doi.org/10.1007/s11764-017-0632-1>
- Zentrum für Krebsregisterdaten (o. D.). <https://www.krebsdaten.de/>. Abgerufen am 10. August 2021, von https://www.krebsdaten.de/Krebs/DE/Home/homepage_node.html