

# DANSKE KRÆFTFORSKNINGSDAGE 2023

Kan vi afhjælpe de biopsykosociale senfølger efter kræft ved at støtte hensigtsmæssige mestringsstrategier og egenomsorg?

Bobby (Robert) Zachariae, professor, cand.psych., dr.med.



Kræftens Bekæmpelses Nationale Center for Brystkræftsenfølger (DCCL)



Enhed for Psykoonkologi og Sundhedspsykologi, Aarhus Universitetshospital (EPOS)

#DKD2023

#SamarbejdeOmKræft

1

Sli.do

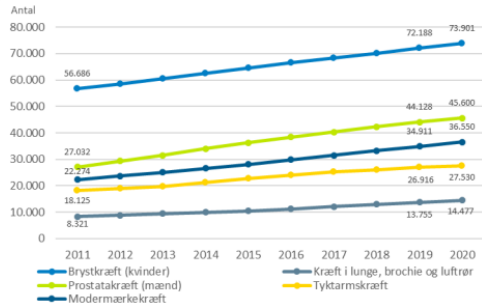
#131525

# Mestring, egenomsorg og sundhedsvæsenets udfordringer

- Demografiske og ressourcemæssige udfordringer i sundhedsvæsenet
- Kræver ”fokus på tidlig opsporing, forebyggelse, træning og **egenomsorg**” [KL og Danske Regioner \(2020\): Pejlemærker for et nært og sammenhængende sundhedsvæsen](#)
- **Egenomsorg** kræver **viden, motivation** og **mestringsevne** til at
  - *Reducere risikoadfærd*
  - *Fremme hensigtsmæssig sundhedsadfærd*
  - *Håndtere symptomer*
  - *I biologisk, psykologisk og socialt perspektiv*
  - *Helbredsrelateret empowerment* [Zachariae, 2013, 2015](#)

# Senfølger: en ny opgave

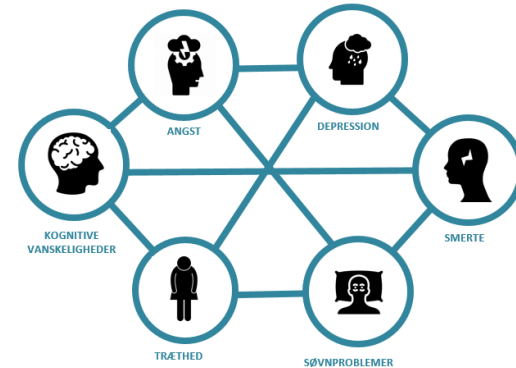
Personer, der lever med kræft (prævalens) fordelt på de fem hyppigste kræftformer, 2011-2020.



Kilde: Cancerregisteret pr. 18. november 2021, Sundhedsdatastyrelsen

- Flere kræfttilfælde + bedre behandlinger = flere kræftoverlevende

- Den forbedrede behandling er **ikke omkostningsfri**
- Mange kræftoverlevende udvikler **en eller flere** generelle senfølger



- Påvirker livskvalitet, daglig funktion, arbejdsevne – og prognose
- Forbrug af sundheds- og sociale ydelser

- Senfølger er en ny ressourcekrævende opgave i et presset sundhedsvæsen, der bruger flere ressourcer på behandling og har færre til opfølgning**

#DKD2023

#SamarbejdeOmKræft

Sli.do

#131525

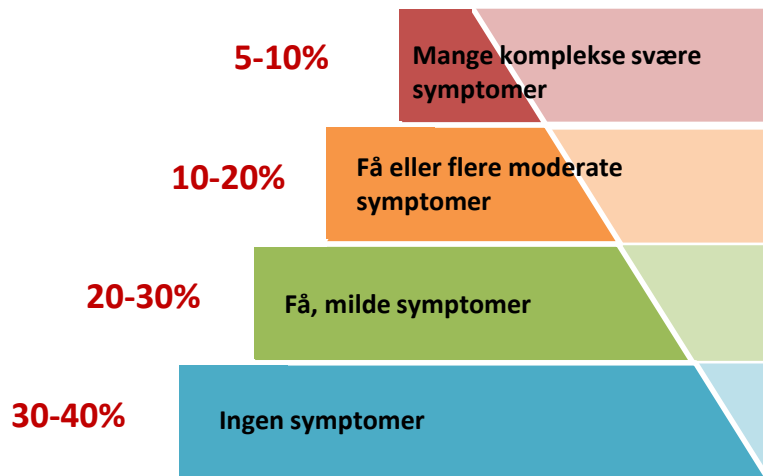
# Er egenomsorg løsningen?

- JA – det kan være én af løsningerne
- Udfordringer
  - **Stiller store krav** til patienter, pårørende og sundhedsprofessionelle!
  - **Senfølger varierer** i type, antal, sværhedsgrad og kompleksitet
  - **Ulighed** i sundhedskompetencer
  - **For få sundhedsprofessionelle specialister**
  - Mangel på kvalificerede **multidisciplinære, biopsykosociale tilgange** i sundhedsvæsenet

**Så hvad er der brug for?**

# Evidensbaserede, differentierede, personaliserede løsninger

- Der foreligger *evidens* for *screening, udredning og behandling*
- Brug for *kliniske retningslinjer*
- Brug for differentierede (*stepped care*) tilgange



#DKD2023

#SamarbejdeOmKræft

Sli.do

#131525

# Evidensbaserede, differentierede, personaliserede løsninger

- Der foreligger *evidens* for *screening, udredning og behandling*
- Brug for *kliniske retningslinjer*
- Brug for differentierede (*stepped care*) tilgange

|        |                                   | Service niveau                       | Intervention   | Hvem  |
|--------|-----------------------------------|--------------------------------------|--|---|
| 5-10%  | Mange komplekse svære symptomer   | Højt specialiseret                   | Personaliseret, individuel terapi                      | Psykooncologer trænet i evidens-baserede behandlinger                 |
| 10-20% | Få eller flere moderate symptomer | Specialiseret                        | Manualiserede gruppe-terapier, digitale interventioner | Psykooncologer og andet personale med relevant træning og supervision |
| 20-30% | Få, milde symptomer               | Lav intensitet                       | Mikrointerventioner, selvhjælp, digitale ressourcer    | Læger og andre med første kontakt til patienten                       |
| 30-40% | Ingen symptomer                   | Tidlig vurdering af risiko/sårbarhed | Digital screening Information                          | Sundhedsprofessionelle med første kontakt til patienten               |

#DKD2023

#SamarbejdeOmKræft

Sli.do

#131525

# Konklusioner, udfordringer og spørgsmål

- **Kan vi (bidrage til at) løse de biopsykosociale senfølger efter kræft ved at støtte hensigtsmæssige mestringsstrategier?**
  - JA – men det kræver
    - **At vi screener effektivt og afdækker behov**
    - **At data deles**
    - **At der tilføres ressourcer** (det koster også noget at gøre noget)
    - **At de anvendes rigtigt på de enkelte patienter**
    - **Kvalitet i tilbuddene** (evidensbaserede tilbud)
    - **At vi tager højde for udfordringen af ulighed?**
    - **At det ikke bliver en spareøvelse**
    - **Organisatorisk fleksibilitet, udveksling af viden og undgåelse af kassetænkning og faglige bobler/siloer?**

**Hvordan sikrer vi dette?**

# De pårørende og civilsamfundet



Sociale relationer har betydning for helbred og dødelighed

| Prædiktor           | Effekt (%)  | Antal studier |
|---------------------|-------------|---------------|
| At være enlig       | <b>+32%</b> | 25            |
| Social isolation    | <b>+29%</b> | 14            |
| Skilsmisse          | <b>+30%</b> | 104           |
| Enkestand           | <b>+23%</b> | 124           |
| Social integration  | <b>-34%</b> | 45            |
| Sociale netværk     | <b>-31%</b> | 71            |
| Ægteskabelig status | <b>-25%</b> | 62            |
| Antal kontakter     | <b>-10%</b> | 91            |

Sammenfatning af en række metaanalyser (i Zachariae 2020)

## Pårørende med omsorgsopgaver

- Er mere **stressede**
- Er mere **deprimerede**
- Oplever mere **mistrivsel**
- Har **ringere fysisk helbred**

Metaanalyse af 84 undersøgelser (Pinquart & Sörensen, 2003)

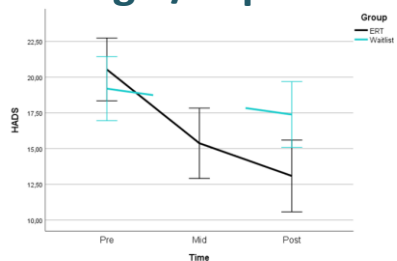


# De pårørende

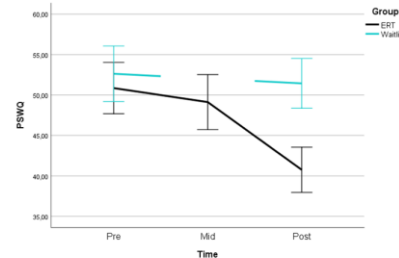
- Pårørende er *forskellige*
- Har forskellige ressourcer og sundhedskompetencer
- Har forskellige behov for viden og støtte

Målrettet psykologisk behandling til pårørende kan reducere pårørendes

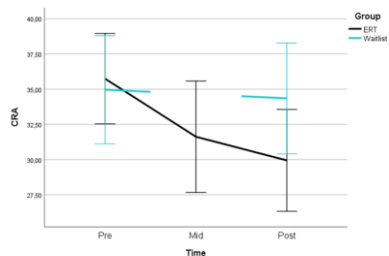
## Angst/depression



## Bekymring



## Omsorgsbyrde



**Og forbedre patienternes livskvalitet!**

A Randomized Controlled Trial of Emotion Regulation Therapy for Psychologically Distressed Caregivers of Cancer Patients

Mia S. O'Toole, Douglas S. Mennin, Allison Applebaum, Britta Weber, Hanne Rose, David M. Fresco , Robert Zachariae

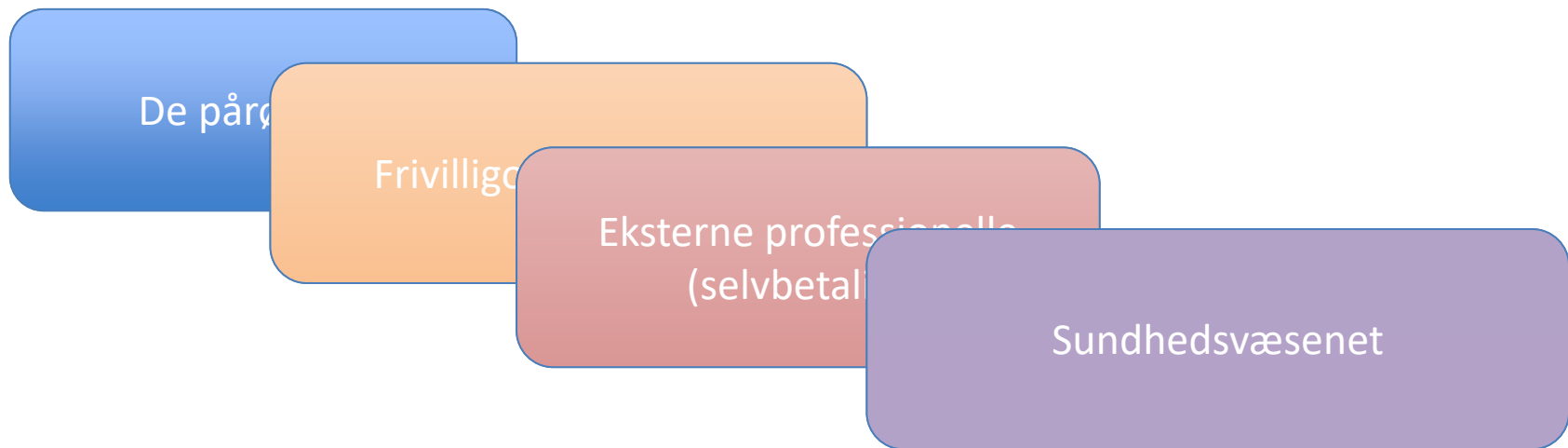
#DKD2022

#SamarbejdeOmKræft

Sli.do

#131525

# De pårørende, civilsamfundet og sundhedsvæsenet



- Hvilke opgaver skal varetages af hvem?
- Hvor går grænserne?
- Ansvars- og opgaveglidning?