

Therapiebedingte Diarrhoe (nicht-medikamentöse Maßnahmen)

Liebe Patientin, lieber Patient, liebe Angehörige,

das Auftreten von Nebenwirkungen im Rahmen einer medikamentösen Tumorthherapie (Chemotherapie) ist eine häufige Belastung im Alltag, welche die Lebensqualität beeinflussen kann.

Eine der Nebenwirkungen kann Diarrhoe (Durchfall) sein. Mit dieser Information sollen Sie erfahren, welche unterstützenden und lindernden Maßnahmen wir Ihnen empfehlen können.

Definition „Diarrhoe“

Man spricht von einer Diarrhoe bei einer gesteigerten Stuhlfrequenz mit drei oder mehr Stühlen pro Tag, welche ungeformt und breiig bis flüssig sind. Gleichzeitig können Schmerzen bei der Stuhlentleerung oder Bauchkrämpfe auftreten und es kann in der Folge zu einem reduziertem Allgemeinzustand, einer Elektrolytverschiebung und in sehr ausgeprägten Fällen zu einer Exsikkose (Flüssigkeitsmangel) kommen.

Risikofaktoren und verstärkende Faktoren

Unabhängig von den möglichen Ursachen, weisen manche der Betroffenen gewisse Risikofaktoren und verstärkende Faktoren auf, welche eine Diarrhoe begünstigen können.

- » Hohes Lebensalter
- » Reduzierter Allgemeinzustand
- » Chemo- und Radiotherapie am Abdomen
- » Vorbestehende Darmerkrankungen
- » Vorangegangene Magen-Darm-Operationen
- » Bestehende Mangelernährung
- » Ein künstlicher Darmausgang (Anus Praeter)

Ursachen

Es gibt verschiedene Ursachen, warum Diarrhoen auftreten können. Unter anderem:

- » Nebenwirkung der medikamentösen Tumorthherapie
- » Monoklonale Antikörper
- » Zytostatika (Chemotherapie)
- » Antibiotikatherapie
- » Gastrointestinale Infektionen (unter anderem bei Immunsuppression nach Zytostatika)
- » Psychosomatische Ursachen, z. B. Angst, Stress
- » Übermäßige Einnahme von Abführmitteln
- » Graft-versus-Host-Disease (GvHD) nach einer Stammzelltransplantation

Grad	Beschreibung
I	<4 Stühle/Tag über Normalfrequenz
II	4-6 Stühle/Tag über Normalfrequenz
III	>7 Stühle Stühle/Tag über Normalfrequenz, Stuhlinkontinenz, stationäre Aufnahme indiziert
IV	Lebensbedrohliche Konsequenzen, dringende Intervention indiziert

Auf einen Blick: Therapiebedingte Diarrhoe

Therapiebedingte Diarrhoe (Durchfall) beschreibt das Absetzen von ungeformten, breiigen bis flüssigen Stühlen in einer erhöhten Häufigkeit (siehe Gradeinteilung Abb. 1). Diarrhoen während der Tumorthherapie können verschiedene Ursachen und begünstigende Faktoren haben.

Pflegerische Maßnahmen und Empfehlungen

Treten bei Ihnen Diarrhoen auf, finden Sie folgend aufgeführt einige Empfehlungen zur Linderung der Symptome und Hautpflege.

- » Perianale Hygiene und Hautpflege
 - » Schonende Analflege mit feuchten Tüchern ohne Parfum
- » Bei Inkontinenzmaterialien: vermehrter und regelmäßiger Wechsel
- » Hautschutz, Barrierecreme
 - » Der Einsatz von anderen Cremes und Salben ist nicht indiziert
- » Vermeiden eines feuchten Hautmilieus
- » Wärmeanwendungen zur Krampfminderung
- » Bauchdeckenentspannende Lagerung
- » Stuhlbeobachtung (Stuhlprotokoll)
- » Mechanische Reizungen meiden

Medikamentöse Therapie

Sollte Ihre Symptomatik so ausgeprägt sein, dass Sie eine medikamentöse Behandlung benötigen, besprechen Sie dies bitte mit Ihrem Behandlungsteam.

Ernährungsempfehlungen

Die aufgeführten, allgemeinen Ernährungsempfehlungen richten sich nach den Ursachen und der Ausprägung Ihrer Symptomatik. Gerne hilft Ihnen ihr Behandlungsteam mit einer individuellen und situationsangepassten Beratung.

Empfohlene Lebensmittel:

- » Fein geriebener Apfel mit Schale
- » Banane, Karotten (gerieben oder als Suppe),
- » Stärkehaltige Lebensmittel, z. B. Kartoffel, weißer Reis und Nudeln
- » Blumenkohl, Brokkoli gegart oder unter Verwendung des Kochwassers als Kaliumlieferant
- » Weißbrot, Trockengebäck (z. B. Salzstangen, Butterkekse), Zwieback
- » Ausreichend Trinkflüssigkeit (Wasser, schwarzer Tee, lang gezogen mindestens 10 Min.)

Zu meidende Lebensmittel:

- » Blähende Gemüsesorten (u.a. einige Kohlgemüsesorten, Hülsenfrüchte)
- » Scharf gewürzte Speisen
- » Kohlensäurehaltige Getränke
- » Alkohol, Kaffee und Fruchtsäfte

Wo finde ich weitere Informationen?

Für weitere Informationen, sowie eine individuelle Maßnahmenplanung, steht Ihnen Ihr Behandlungsteam gerne zur Verfügung.

Vertiefende Informationen finden Sie unter:

- » www.onkopedia.de
- » <https://www.krebsgesellschaft.de/onko-internetportal/basis-informationen-krebs/nebenwirkungen-der-therapie/beschwerden-bei-krebstherapien-und-gegenmassnahmen.html>
- » www.leitlinienprogramm-onkologie.de/patientenleitlinien/supportive-therapie Seite 87-94

Quellen:

- » Stange, A. & Winkler, J. (2017): Diarrhö und Obstipation. In Margulies, A. et al (Hrsg.): Onkologische Krankenpflege, 6. Auflage, S. 389 – 402, Berlin: Springer Verlag
- » Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft, Deutsche Krebshilfe, AWMF): Supportive Therapie bei onkologischen PatientInnen - Langversion 1.1, 2017, AWMF Registernummer: 032/054OL, <http://leitlinienprogramm-onkologie.de/Supportive-Therapie.95.0.html> (Zugriff am 27.11.2022)