

Prosjekt 2 – Fysisk trening for bryst- og lymfekreftoverlevende med kronisk fatigue (tretthet)

Gruppe: Thorsen L, Gjerset GM, Edvardsen E, Kiserud CE, Reinertsen K, Lie H, Skaali T, Mathiesen R, Fosså A, Oldervoll LM, Raastad T, Geisler S, Weedon-Fekjær S, Wisløff T m.fl.

Bakgrunn: Fatigue (tretthet) er en av de hyppigste seneffektene etter kreft og kreftbehandling. Vi skiller mellom akutt og kronisk fatigue. Kronisk fatigue defineres som uttalt tretthet i seks måneder eller lenger. Fatigue påvirker funksjonsnivå, livskvalitet og arbeidsevne i stor grad. Ved Nasjonal kompetansetjeneste for seneffekter etter kreftbehandling er det gjort etterundersøkelser som viser at mellom 25-35 % av overlevende etter brystkreft og lymfekreft er kronisk trette. Årsaken til kronisk fatigue er ofte ukjent og det er begrensede behandlingsmuligheter. Fysisk trening er et tiltak som har vist seg å redusere nivået av akutt fatigue under og umiddelbart etter kreftbehandling, men vi vet lite om hvordan fysisk trening påvirker energinivået blant langtidsoverlevende med kronisk tretthet. Vi planlegger derfor en randomisert kontrollert studie der vi ønsker å undersøke effekt av fysisk trening på kronisk trette langtidsoverlevende.

Overordnet mål er å undersøke om et fire måneder langt fysisk treningsprogram kan redusere nivå av fatigue og øke fysisk kapasitet, livskvalitet og arbeidsevne blant langtidsoverlevende etter brystkreft og lymfekreft med kronisk tretthet, sammenlignet med en lik gruppe pasienter som følger standard oppfølging.

Spesifikke forskningsspørsmål er å undersøke om;

- trening er gjennomførbart blant kronisk trette langtidsoverlevende og hvilke barrierer deltagerne møter?
- trening vil redusere nivå av tretthet, øke fysisk kapasitet inkludert kardiorespiratorisk form og muskelstyrke, livskvalitet og arbeidsevne?
- trening blant kronisk trette langtidsoverlevende vil ha en kostnadseffekt for samfunnet?

Metode:

Vi planlegger å invitere ca. 100 kronisk trette langtidsoverlevende etter brystkreft og lymfekreft 2-10 år etter kurativ behandling fra OUS, Ahus og Bærum sykehus. Halvparten skal gjennomføre et 16-ukers treningsprogram og andre halvparten skal følge standard oppfølging. Begge gruppene skal undersøkes ved inklusjon, etter fire og 12 måneder, samt svare på de samme spørreskjemaene (fatigue, livskvalitet, arbeidsevne og treningsbarrierer) og gjennomføre de samme testene på fysisk kapasitet.

Implikasjon:

Ved å innhente mer kunnskap om gjennomførbarhet og effekt av fysisk trening blant kronisk trette kreftoverlevende vil vi bli i bedre stand til å gi spesifikke treningsanbefalinger til en stor gruppe kreftoverlevende.