

Was kann man selbst für die Überwachung seiner MPN tun?

Was sind MPN?

Bei myeloproliferativen Neoplasien (MPN) handelt es sich um eine Gruppe von Erkrankungen, bei denen die Stammzellen im Knochenmark wuchern und sich ungeordnet vermehren. Bei MPN bilden abnormale Stammzellen übermäßig viele Blutkörperchen einer oder mehrerer Arten (rote/weiße Blutkörperchen und/oder Blutplättchen). MPN werden manchmal auch als klonale Blutstammzellerkrankungen bezeichnet, die aus einer Veränderung oder Mutation in der DNS einer einzelnen Stammzelle herrühren.¹

Die drei häufigsten Arten von MPN sind:²

- Myelofibrose (MF): wenn das Knochenmark durch die übermäßige Bildung von Blutkörperchen erschöpft ist und durch Narbengewebe ersetzt wird. Dies führt dann zu einer mangelnden Bildung normaler Blutkörperchen.³
- Polycythaemia vera (PV): tritt auf, wenn der Körper zu viele rote Blutkörperchen bildet, die normalerweise dem Sauerstofftransport im Körper dienen. Zu viele davon führen zu einer Verdickung des Blutes, was zu verschiedenen anderen Problemen führen kann.⁴
- Essenzielle Thrombozythämie (ET): tritt auf, wenn der Körper zu viele Blutplättchen bildet, die der Körper normalerweise für die Blutgerinnung benötigt.⁵

Symptome^{1,7}



Müdigkeit
(Fatigue)



Nachtschweiss



Vorzeitiges
Völlegefühl



Pruritus



Unwohlsein im
Bauchbereich



Knochenschmerzen
(nicht in den Gelenken
oder Arthritis)



Energielosigkeit



Fieber



Konzentrations-
probleme



Unbeabsichtigte
Gewichtsabnahme

Viele Menschen sind zum Zeitpunkt der Diagnose einer MPN beschwerdefrei. Falls Symptome auftreten, entwickeln sich diese langsam im Verlauf der Zeit und können den oben abgebildeten entsprechen.

Andere Symptome, die bei MPN auftreten, hängen mit den betroffenen Zelltypen zusammen.

Überwachung Ihrer Erkrankung

Es ist wichtig, Ihre Erkrankung regelmässig zu überwachen. Entsprechende Aufzeichnungen helfen bei der Identifizierung von Veränderungen Ihrer Gesundheit und bei Gesprächen mit Ihrem Behandlungsteam.



SCANNEN SIE DEN QR-CODE

oder besuchen Sie die Internetseite:
<https://mpntracker.com/de-CH/>

MPN10-Symptom-Tracker⁷

Wenn man mit einer chronischen Erkrankung wie MF, PV oder ET lebt, ist es wichtig, sich aktiv an der Überwachung seiner Symptome zu beteiligen und Veränderungen mit dem Behandlungsteam zu besprechen. Sie können den MPN10-Symptom-Tracker anwenden, um den Schweregrad oder den Verlauf der häufigsten von Ihnen beobachteten Symptome zu beurteilen. Benachrichtigen Sie Ihr Behandlungsteam, falls Ihre Symptome sich verschlimmern oder für Sie eine grössere Herausforderung darstellen, da dies ein Hinweis darauf sein kann, den Behandlungsplan anzupassen.

Patienten mit Polycythaemia vera können sich ausserdem durch Verwendung folgender Hilfsmittel auf Gespräche mit dem Behandlungsteam vorbereiten:

Blutbild-Tracker

Ihr Blutbild, insbesondere der Hämatokrit (Hkt), die Konzentration der weissen Blutkörperchen (WBC), der Hämoglobingehalt (Hb) und die Konzentration der Blutplättchen bieten wichtige Informationen über den Zustand Ihrer Polycythaemia vera (PV). Verfolgen Sie aktiv Ihr Blutbild und besprechen Sie nach jeder Blutentnahme mit Ihrem Behandlungsteam, wie die aktuellen Werte im Vergleich zu den Zielwerten liegen.

Phlebotomie-Tracker

Phlebotomien (Aderlässe) können sich zur Kontrolle des Hkt-Niveaus eignen. Notieren Sie Datum und Volumen nach jeder Phlebotomie-Prozedur. Sie möchten eventuell den Behandlungsplan mit Ihrem medizinischen Betreuungsteam besprechen, wenn es zu einer Veränderung in der Anzahl der Aderlässe kommt oder falls die Behandlungen beschwerlich werden oder es zu Nebenwirkungen kommt.

Referenzen:

1. Leukaemia Foundation. What is MPN? Available at <https://www.leukaemia.org.au/disease-information/myeloproliferative-disorders/> Accessed Nov 2020;
2. Cancer Support Community. What are Myeloproliferative Neoplasms (MPNs)? Available at <https://www.cancersupportcommunity.org/myeloproliferative-neoplasms> Accessed Nov 2020;
3. Cancer Support Community. What is Myelofibrosis? Available at <https://www.cancersupportcommunity.org/myeloproliferative-neoplasms#tab4> Accessed Nov 2020;
4. Cancer Support Community. Polycythemia Vera (PV). Available at <https://www.cancersupportcommunity.org/myeloproliferative-neoplasms#tab2> Accessed Nov 2020;
5. Cancer Support Community. Essential Thrombocythemia (ET). Available at <https://www.cancersupportcommunity.org/myeloproliferative-neoplasms#tab3> Accessed Nov 2020;
6. Lab Tests Online. About Myeloproliferative Neoplasms. Available at <https://labtestsonline.org/conditions/myeloproliferative-neoplasms> Accessed Nov 2020;
7. Emanuel RM, Dueck AC, Geyer HL, et al. Myeloproliferative neoplasm (MPN) symptom assessment form total symptom score: prospective international assessment of an abbreviated symptom burden scoring system among patients with MPNs [published correction appears in J Clin Oncol. 2012 Dec 20;30(36):4590. Ferriari, Maria L [corrected to Ferrari, Maria L]]. J Clin Oncol. 2012;30(33):4098-4103. doi:10.1200/JCO.2012.42.3863