

ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΤΟΥ ΠΝΕΥΜΟΝΑ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ Πώς βιώνουν τη νόσο οι Ευρωπαίοι ασθενείς και φροντιστές

Συνοπτική παρουσίαση

Με τη συνεργασία στην Ελλάδα με:



Περιγραφή και μεθοδολογία

Η παρούσα έκθεση είναι μια περιγραφική ανάλυση που διερευνά τις ψυχολογικές επιπτώσεις του καρκίνου του πνεύμονα και τις ψυχολογικές εμπειρίες των ατόμων στην Ευρώπη που επηρεάζονται από τη νόσο μετά τη διάγνωση. Η συλλογή δεδομένων έγινε μέσω ενός online ερωτηματολογίου (28 Μαΐου – 6 Ιουλίου 2025) που συμπληρώθηκε από τους συμμετέχοντες. Συνολικά 2.204 άτομα ολοκλήρωσαν την έρευνα (1.709 άτομα με καρκίνο του πνεύμονα και 495 φροντιστές) σε 31 χώρες της Ευρωπαϊκής Περιφέρειας του ΠΟΥ.

Αποτελέσματα

Ψυχική υγεία και καρκίνος του πνεύμονα

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες (61,16%) ανέφεραν σημαντική **επίπτωση στην ψυχική τους υγεία** μετά τη διάγνωση καρκίνου του πνεύμονα.

Τα συναισθήματα που αναφέρθηκαν συχνότερα ως εκείνα που επιβαρύνουν σημαντικά την ποιότητα ζωής ήταν η **θλίψη** (58,54%), ο **φόβος** (56,49%), το **άγχος** (56,31%) και η **αβεβαιότητα** (55,22%). Ο **φόβος αποτυχίας της θεραπείας ή εξέλιξης της νόσου** ήταν η **συχνότερη συναισθηματική δυσκολία**, που επηρέασε το 76,71% των συμμετεχόντων. Το στάδιο που επιβάρυνε περισσότερο ψυχολογικά τους ασθενείς στη διαδρομή της φροντίδας ήταν η **ανακοίνωση της διάγνωσης** (63,62%), ενώ επόμενη στη σειρά ήταν η **διαχείριση των παρενεργειών** (45,52%).

Ανησυχητικό είναι το γεγονός ότι 43,97% ανέφεραν έντονη θλίψη · 24,68% αισθάνονται παγιδευμένοι, και 21,16% ανέφεραν επίμονα συναισθήματα απελπισίας ή αναξιοσύνης μετά τη διάγνωση.

Εννέα στους δέκα συμμετέχοντες βίωσαν **συναισθηματικές δυσκολίες που επηρέασαν την καθημερινή τους ζωή** μετά τη διάγνωση καρκίνου του πνεύμονα. Σχεδόν οι μισοί (46,31%) δήλωσαν ότι οι συναισθηματικές δυσκολίες διατάρασαν «συχνά» ή «διαρκώς» την καθημερινότητά τους, ιδίως στην κοινωνική ζωή, τον τρόπο ζωής, τα οικονομικά και την εργασία.

Διαταραχές ψυχικής υγείας: κατάθλιψη και αγχώδης διαταραχή

Από τους συμμετέχοντες που ανέφεραν διάγνωση κατάθλιψης (23,04%), το 23,31% διαγνώστηκε μετά την εμφάνιση καρκίνου του πνεύμονα, ενώ το 43,14% είχε ήδη διαγνωστεί και συνέχισε να την αντιμετωπίζει. Συνολικά, το 15,16% του συνόλου των συμμετεχόντων παρουσίασε κατάθλιψη μετά τη διάγνωση καρκίνου του πνεύμονα. Επιπλέον, ανάμεσα σε όσους δεν είχαν επίσημη διάγνωση, το 15,18% δήλωσε ότι αντιλαμβάνονταν πως πάσχει από κατάθλιψη.

Μεταξύ των ερωτηθέντων με διάγνωση αγχώδους διαταραχής (21,24%), 29,45% διαγνώστηκαν μετά τη διάγνωση καρκίνου του πνεύμονα, ενώ 57,24% είχαν προϋπάρχον άγχος που συνέχισε να υφίσταται. Συνολικά, 18,36% όλων των συμμετεχόντων είχαν αγχώδη διαταραχή μετά τη διάγνωση καρκίνου του πνεύμονα. Μεταξύ όσων δεν είχαν επίσημη διάγνωση άγχους, 15,65% αντιλαμβάνονταν ότι έχουν αγχώδη διαταραχή.

Υποστήριξη και τρόποι διαχείρισης

Ο **παράγοντας που αναφέρθηκε συχνότερα ως καθοριστικός για την ψυχική υγεία** ήταν η **διατήρηση μιας αίσθησης κανονικότητας** (53,29%), ακολουθούμενος από την υιοθέτηση υγιεινού τρόπου ζωής (49,45%) και τη στήριξη από οικεία πρόσωπα (45,47%).

Συνολικά 94,08% έλαβαν στήριξη από τους οικείους τους, και οι περισσότεροι συμμετέχοντες (82,51%) ήταν ικανοποιημένοι με αυτή. Ωστόσο, 65,54% ένιωσαν ότι οι οικείοι τους δεν **κατανοούσαν πλήρως** όσα περνούσαν, 41,09% δεν είχαν πάντα βοήθεια όταν τη χρειαζόνταν, και 26,45% «σπάνια» ή «ποτέ» μοιράζονταν τα συναισθήματά τους με το περιβάλλον τους.

Στη διαδρομή της φροντίδας τους, οι **μισοί συμμετέχοντες δεν έλαβαν καμία μορφή ψυχολογικής υποστήριξης** και οι περισσότεροι (65,88%) δεν ενημερώθηκαν για οργανώσεις ασθενών ή ομάδες υποστήριξης. Αξιοσημείωτο είναι ότι 41,34% θεώρησαν πως η **θεραπευτική ομάδα** τους δεν τους παρείχε καλή συναισθηματική στήριξη· ταυτόχρονα, παρόμοιο ποσοστό (39,44%) βίωσε συναισθηματικές δυσκολίες αλλά δεν τις ανέφερε.

Οι συμμετέχοντες υπογράμμισαν τη σημασία λήψης περισσότερων **ιατρικών πληροφοριών** (49,38%), **στήριξης για τη διαχείριση των παρενεργειών** (43,90%), βελτιωμένης επικοινωνίας με επαγγελματίες υγείας (37,59%) και ενισχυμένης πρόσβασης σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας (34,36%).

Κάλεσμα για δράση

- Τα συστήματα υγείας και οι φορείς χάραξης πολιτικής οφείλουν να αναγνωρίσουν τη στήριξη της ψυχικής υγείας ως θεμελιώδες στοιχείο της διαδρομής φροντίδας για τον καρκίνο του πνεύμονα.
- Οι επαγγελματίες υγείας οφείλουν να παρέχουν σαφείς πληροφορίες και να ενδυναμώνουν τα άτομα ώστε να μπορούν να διαχειρίζονται τη νόσο τους και την ψυχική τους ευεξία.

