

## Tüdőrák és mentális egészség: a tüdőrák által érintett európaiak tapasztalatai (beleértve a betegeket és a gondozókat/hozzátartozókat)

### Vezetői összefoglaló

Magyarországi együttműködéssel:



### Leírás és módszertan

Ez a jelentés egy leíró kutatási elemzés, amely a tüdőrák pszichológiai hatását és a mentális egészséggel kapcsolatos tapasztalatokat tárja fel az Európában érintett személyek körében. Az adatgyűjtés online, önkitöltős kérdőívvel zajlott (2025. május 28. – július 6.). Összesen 2.204-en töltötték ki a felmérést (1.709 tüdőrákos személy és 495 gondozó) a WHO Európai Régiójának 31 országából.

### Eredmények

#### Mentális egészség és tüdőrák

A résztvevők többsége (61,16%) jelentős **negatív hatásról számolt be mentális egészségére** tüdőrák-diagnózist követően.

Az életminőséget leginkább rontó érzelmek a szomorúság (58,54%), a félelem (56,49%), a szorongás (56,31%) és a bizonytalanság (55,22%) voltak. **A kezelés kudarca vagy a betegség előrehaladása miatti félelem volt a leggyakoribb érzelmi nehézség**, amely a résztvevők 76,71%-át érintette. A diagnózis közlése volt a gondozási út legmegterhelőbb része (63,62%), ezt követte a mellékhatások kezelése (45,52%).

Aggasztó módon 43,97% számolt be szélsőséges szomorúságról; 24,68% csapdában érezte magát, és 21,16% tartós reménytelenség- vagy értéktelenségérzést élt meg a diagnózis óta.

Tízből kilenc résztvevő tapasztalt mindennapjait érintő **érzelmi nehézségeket** a tüdőrák-diagnózist követően. Csaknem a fele (46,31%) szerint ezek a nehézségek „gyakran” vagy „folyamatosan” zavarták a mindennapokat, különösen a társas életet, az életmódot, a pénzügyeket és a munkát.

#### Mentális zavarok: depresszió és szorongás

A depresszióval diagnosztizáltak (23,04%) közül 23,31% a tüdőrák-diagnózist követően kapta a diagnózist, míg 43,14%-nál korábban állt fenn és továbbra is megmaradt. Összességében a résztvevők **15,16%-a élt át depressziót a tüdőrák-diagnózis után**. A formális depressziós diagnózissal nem rendelkezők 15,18%-a saját magát is érintettnek tartotta.

A szorongásos zavarban diagnosztizáltak (21,24%) közül 29,45% a tüdőrák-diagnózis után kapta a diagnózist, míg

57,24%-nál korábban fennállt és folytatódott. Összességében a résztvevők **18,36%-ánál jelentkezett szorongásos zavar a tüdőrák-diagnózis után**. A formális szorongásdiagnózissal nem rendelkezők 15,65%-a tartotta magát szorongásos zavarral élőnek.

#### Támogatás és megküzdési stratégiák

A normalitás érzésének fenntartása volt a leggyakrabban említett tényező, amely befolyásolja a mentális egészséget (53,29%), ezt követte az egészséges életmód (49,45%) és a szeretettől kapott támogatás (45,47%).

Összesen 94,08% kapott támogatást a szeretteitől, és a résztvevők többsége (82,51%) elégedett volt ezzel a segítséggel. Ugyanakkor **65,54% úgy érezte, hogy hozzátartozóik nem értik meg teljesen, min mennek keresztül**, 41,09%-nál nem volt mindig segítség, amikor szükség volt rá, és 26,45% „ritkán” vagy „soha” osztotta meg érzéseit a környezetével.

A gondozási út során a résztvevők felének **semmilyen mentális egészségügyi támogatást nem ajánlottak fel**, és a legtöbbet (65,88%) nem tájékoztatták betegszervezetekről vagy sorstársi csoportokról. Figyelemre méltó, hogy 41,34% úgy vélte, kezelőcsapata nem nyújtott jó érzelmi támogatást; ezzel egyidőben hasonló arány (39,44%) élt át érzelmi nehézségeket, ám nem jelezte azokat.

A résztvevők kiemelték a több **orvosi információ** (49,38%), **mellékhatáskezelési támogatás** (43,90%), a jobb kommunikáció az egészségügyi szakemberekkel (37,59%), valamint a mentális egészségügyi szolgáltatásokhoz való jobb hozzáférés (34,36%).

### Felhívás cselekvésre

- Az egészségügyi rendszereknek és a döntéshozóknak a mentális egészség támogatását a tüdőrákos ellátási út alapvető részének kell elismerniük .
- Az egészségügyi szakembereknek világos tájékoztatást, és segítséget kell adniuk, hogy az érintettek képesek legyenek betegségük alatt a mentális jólétük kezelésére.

