

Mette Kaasgaard, PostDoc, PhD, MSc, Classical Singer and Singing Pedagogue.

'Singing for Lung Health' som tillæg til standard-tilbuddet i opfølgning efter operativ behandling for mennesker med ikke-småcellet lungekræft – et randomiseret kontrolleret studie om effekt og betydning.

Lungekræft er nu den hyppigste kræftårsag i Danmark (omkring 5000 nye tilfælde pr år). Patienterne er ofte overladt til sig selv efter endt behandling, livskvaliteten er lav, symptombyrden høj, og mange er socialt og eksistentielt udsatte. Samtidig mangler der målrettede træningstilbud, som tilgodeser deres udfordringer og behov.

Lungekor er blevet populære i det meste af verden som en positiv social aktivitet med sundhedsfremmende gevinster, fx på livskvalitet, vejrtrækningskontrol og håndtering af åndenød. Sangtræning indeholder både fysisk træning og psykosociale aspekter, som tilgodeser lungepatienters behov. Studier peger på en fysisk træningseffekt ved sang, og at sang medfører bedre kontrol over vejrtrækningen, mindre åndenød, samt mindre angst og depressive symptomer. Deltagerne oplever at være i et fællesskab med ligesindede om noget sjovt og meningsfuldt. Det at synge sammen kan således være med til at bryde den ensomhed, isolation og håbløshed, som mange mennesker med lungesygdomme – inklusiv mennesker med lungekræft - kæmper med.

I nærværende projekt vil vi fokusere på sangtræning som mulig relevant aktivitet for lungekræftpatienter, hvilket ikke tidligere har været undersøgt. Projektet bygger videre på resultater fra Sing-a-Lung 1.0, hvor vi undersøgte effekt og betydning af sangtræning for mennesker med KOL i et stort lodtrækningsstudie, der involverede 11 danske kommuner og 270 patienter. I nuværende projekt vil vi anvende best-practice-tilgang i form af Singing for Lung Health fra Storbritannien, også anvendt i Sing-a-Lung 1.0.

Vi vil sammenligne sangtræning som supplement til standardtilbuddet i opfølgningsprogrammet med standardtilbuddet alene. Vi forventer, at sangtræning er en relevant aktivitet, og er bedre end standardtilbuddet alene til at forbedre både fysiologiske og psykosociale parametre, samt mindske den samlede symptombyrde.

Projektet forløber mellem Q3 2023 og Q4 2025 og bliver til i et samarbejde mellem de lungemedicinske afdelinger og forskningsenheder på Sygehus Lillebælt Vejle, Odense Universitetshospital og Sjællands Universitetshospital Næstved.

I alt vil vi facilitere 10 hold med hver 10 deltagere, 3 hold i Vejle, 3 hold i Odense og 4 hold i Næstved, dvs. en samlet forsøgskohorte på 100 deltagere. Deltagerne gennemgår undersøgelser før forsøget og igen efter 16 uger. De hold, der udtrækkes til sangtræning, modtager 10 ugers sangtræning bestående af 2 sessioner á 1 ½ time pr. uge.

Målingerne består både af objektive målinger af gangdistance (primært endepunkt), lungefunktion, muskelstyrke, og af subjektive målinger af livskvalitet, symptombyrde, samt angst og depressive symptomer. Endvidere udfører vi en kvalitativ undersøgelse med fokus på oplevelsen af at synge.