

MUT

Leben mit Krebs



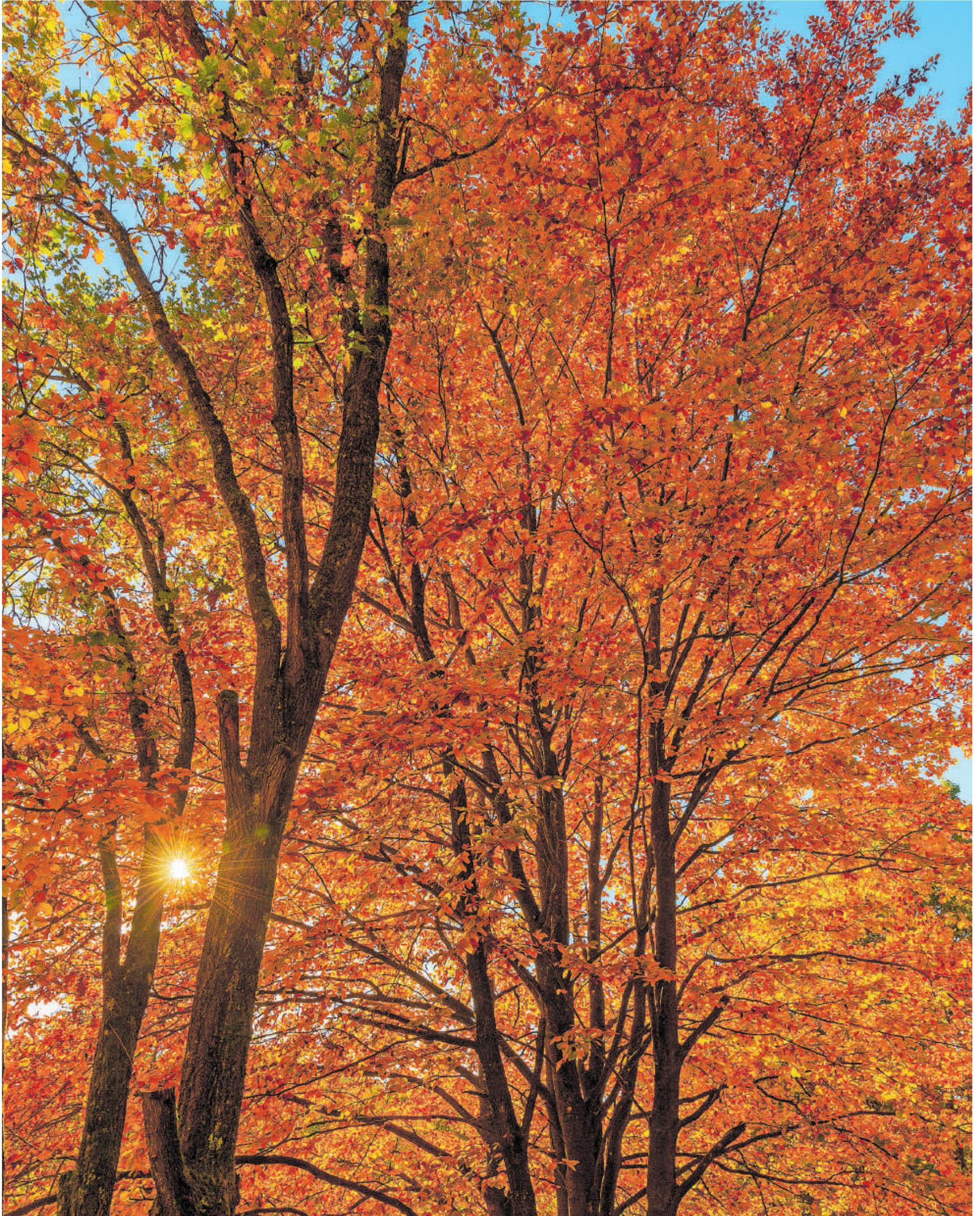
Woche 35



Eine Sonderbeilage des

WOCHENBLATT

LU



Waldbaden - eine halbe Stunde Waldspaziergang in sauberer Luft wirkt wie eine Sauerstofftherapie. Der Wald stärkt das Immunsystem und schützt sogar vor Krebs. Qing Li, Professor an der Fakultät für Medizin an der Universität Tokio, hat mit seinem Team herausgefunden, dass Aufenthalte im Wald die Produktion der sogenannten Killerzellen anregen. Mit Killerzellen kämpft der Körper gegen Krebszellen.

FOTO: JENS VOLLMER

Editorial



„Ich weiß, der Krebs wird siegen. Aber bis dahin gehört jeder Tag mir.“ (Buchtitel von Laura Maaskant)

FOTO: JENS VOLLMER

„Wenn ich wüsste, dass morgen die Welt untergeht, würde ich heute noch ein Apfelbäumchen pflanzen“, sagte einst Martin Luther – ein Gedanke, den wir in dieser Sonderausgabe verfolgen wollen, denn die Diagnose Krebs bedeutet Mut.

Mut, trotzdem zuversichtlich zu sein – Mut, den Kampf gegen den Krebs aufzunehmen – Mut, damit zu leben und oft leider auch Mut zu sterben.

In unserer Region Pfalz-Baden gibt es unzählige Menschen, die nicht nur selbst mutig ihr Schicksal angenommen haben, sondern auch für andere zu Mutmachern werden. Sie sind Anlaufstelle und bieten Beistand und Informationen für alle, die nach dem Diagnose-Schock erst einmal orien-

tiertungslos sind. Der Einzelne mag zwar schwach sein, doch die Gemeinschaft ist umso stärker, bietet Halt und letztendlich Mut, das Leben neu an- und wahrzunehmen.

Die Verarbeitung und der Umgang mit der Erkrankung dauern über einen langen Zeitraum an und selbst nach einer erfolgreichen Therapie verläuft das Leben andersartig als vor der Diagnose.

In unserer Sonderbeilage stehen die Menschen im Mittelpunkt, die sich im Ehrenamt engagieren, die als Mutmacher tapfer vorangehen und letztendlich trotz aller Probleme mit der Krankheit möglichst große Lebensqualitäten aufzeigen. Neue Denk- und Verhaltensweisen werden angestoßen.

Die amerikanische Kommunikationswissenschaftlerin Virginia Satir brachte es auf den Punkt: „Ich glaube daran, dass das größte Geschenk, das ich von jemandem empfangen kann, ist, gesehen, gehört, verstanden und berührt zu werden. Das größte Geschenk, das ich jemandem geben kann, ist, ihn zu sehen, zu hören, zu verstehen und zu berühren. Wenn dies geschieht, entsteht Kontakt. Kontakt sowohl zu mir selbst, zu meinem Gegenüber und zur Welt.“ Genau das ist das Lebenselixier vieler Selbsthilfegruppen und ehrenamtlichem Engagements, um mutig mit dem Krebs leben zu können.

Jens Vollmer
Chefredakteur

Look good - feel better

DKMS Life bringt mit Seminaren ein wenig Unbeschwertheit in schweren Zeiten

VON CORNELIA BAUER

Ratgeber. „Ich bin sehr dankbar für dieses tolle Seminar und die beiden fast schon unbeschwerteten Stunden.“ - Solche Dankeschön-Nachrichten erreichen die DKMS Life eigentlich nach jedem ihrer Seminare.

Die gemeinnützige GmbH will krebserkrankten Menschen Hoffnung und Lebensmut schenken, um sie während ihrer Therapie zu unterstützen und ihren Heilungsprozess positiv zu beeinflussen. Dabei geht die DKMS Life einen eher ungewöhnlichen Weg, denn die Seminare drehen sich nicht um Medizin und auch nicht um Therapie, ja nicht einmal vorrangig um die Krankheit.

Dafür geht es um Lebensmut und Optimismus und um ganz viel Freude in einer ansonsten schwierigen Zeit. In ihren Seminaren geben Kosmetik-Expertinnen an Krebs erkrankten Frauen professionelle Tipps zur Gesichtspflege, zum Schminken, zu Kopfbedeckungen und Haarer-



Wer gut aussieht, fühlt sich besser - so die Grundannahme der Patientinnenseminare.

FOTO: DKMS LIFE

men können. Nachteil: Der Austausch in der Gruppe, der normalerweise zum Seminar dazugehört, fehlt.

Dennoch, das Online-Angebot kommt gut an: „Ich finde es super, dass es das Online-Seminar gibt, es wurde toll umgesetzt. Alles hat gut geklappt und ich habe viele Ideen und Tipps bekommen, die ich gleich am nächsten Tag umgesetzt habe. Ich fühle mich dadurch wirklich besser und 'wieder normal',“ sagt eine der Teilnehmerinnen.

Das look good feel better-Programm ist für Patientinnen kostenfrei, es ist produktneutral und ausdrücklich nicht-medizinisch. In der Region finden die look good feel better-Kosmetikseminare in Nicht-Coronazeiten in folgenden medizinischen Einrichtungen statt:

Diakonissenkrankenhaus Karlsruhe-Rüppurr, Kliniken der Stadt Ludwigshafen, Fürst-Stirum-Klinik in Bruchsal, Vincentius-Diakonissen-Kliniken, Städtisches Klinikum Karlsruhe, Asklepios Südpfalzklinik, Universitätsklinikum Mannheim und Diakonissenkrankenhaus Mannheim, aber zum Beispiel auch bei der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz in Kaiserslautern.

DKMS Life ermöglicht jährlich rund 10.000 Patientinnen eine Teilnahme an einem von rund 1.500 look good feel better-Kosmetikseminaren in über 320 medizinischen Einrichtungen deutschlandweit. Mehr als 320 ehrenamtliche Kosmetikexpertinnen sind hierfür im Einsatz. Möglich wird das durch Spenden und Sponsoring.

die Ernährungs-Experten

Praxis für Ernährungsberatung & Ernährungstherapie

Carolin Kettenring



Wie ernähre ich mich bei Krebs?

Die Ernährung spielt dabei eine wesentliche Rolle: Darf ich weiter essen, was mir schmeckt? Gibt es besonders geeignete Lebensmittel? Wie kann ich mir helfen, wenn es mir einmal nicht gut geht?

All diese Fragen stellt man sich als Krebspatient.

Das Team der Ernährungsexperten in Mannheim berät Sie individuell und beantwortet Ihnen all Ihre Fragen in Bezug auf die Ernährung bei Krebs.

Zudem hilft eine gesunde Ernährung einer Vielzahl von Krankheiten vorzubeugen. Auch bei der Entstehung von Krebs spielt die Ernährung eine wichtige Rolle.

MANNHEIM | LUDWIGSHAFEN | BENSHEIM | WORMS
LEIMEN | WIESLOCH

10422620_10_1

Das Programm geht von der Annahme aus, dass wer gut aussieht, sich auch automatisch besser fühlt. „Die Ankündigung zum Seminar kam genau an meinem schlechtesten Tag der Woche nach der Chemo. Ich habe mich so sehr auf diese positive Abwechslung nur für mich gefreut, dass diese 'ätzende' Zeit glatt um fast zwei Tage verkürzt wurde“, so die Reaktion einer Teilnehmerin.

Das look good feel better-Patientenprogramm soll das Wohlbefinden von krebserkrankten Menschen steigern und ihnen neue Lebensfreude schenken. Es ist gedacht als Hilfe zur Selbsthilfe, die nachhaltig das Selbstwertgefühl und damit die Lebensqualität von Krebspatientinnen in Therapie verbessern soll. Damit will DKMS Life krebserkrankte Menschen motivieren, mit Optimismus gegen den Krebs anzukämpfen.

Allerdings sind bis auf Weiteres alle Vor-Ort-Seminare aufgrund der Coronasituation abgesagt. DKMS Life hat daher das Programm umgestellt und bietet den Patientinnen nun Online-Kosmetikseminare über die Webseite www.dkms-life.de an, so dass sie vor Infektionen geschützt von zu Hause aus teilnehmen können.



Das look good feel better-Patientenprogramm schenkt krebserkrankten Menschen neue Lebensfreude

FOTO: DKMS LIFE

Die Diagnose Krebs ist niederschmetternd und wirft das Leben aus der Bahn.



Eine Tumorerkrankung beschreibt das unkontrollierte Wachstum von Gewebe.

Diese Störung des Zellzyklus geschieht durch biochemische Vorgänge – hier liegt eine Möglichkeit der Prävention vor.



Die Rochus Vital Apotheken im Globus wollen hier Mut machen und aufklären. Die Versorgung mit Mikronährstoffen ist bei sehr vielen Krebspatienten nicht gewährleistet.

Da der Bedarf an Vitaminen und Mineralstoffen sehr erhöht ist, kann auch durch eine vollwertige Kost kaum noch gesichert werden.

Appetitlosigkeit, Ebrechen, Durchfälle und zerstörte Schleimhäute sorgen für eine gefährliche Abwärtsspirale: weniger wird aufgenommen und noch weniger kommt in den Zellen an.

Der Körper ist den krebsauslösenden Substanzen sowie Infektionen ausgeliefert und für die Belastungen einer Tumorthherapie äußerst geschwächt. Individuelle und an das Krankheitssta-

dium angepasste Unterstützung von Mikronährstoffen kann dazu beitragen, die Lebensqualität der Patienten zu steigern, das geschwächte Immunsystem zu stärken aber auch die Regeneration nach einer Operation zu fördern.

Dazu können Nebenwirkungen wie Müdigkeit, Belastung für Herz und Nieren, Verringerung der Immunabwehr, Zerstörung von Schleimhäuten abgemildert werden.

Das führt zu weniger Therapieabbrüchen und höhere Erfolgchancen der Behandlung.

Es ist aber nicht sinnvoll ungezielt einzelne Stoffe einzunehmen – das Zusammenspiel der Mikronährst-

offe ist wie bei einem Orchester – alles muss auf einander abgestimmt sein. Hierfür leisten die Rochus Vital Apotheken im Globus mit speziell ausgebildetem Team eine professionelle Beratung, zu welcher eine individuelle Mikronährstoffmischung gehört. Darüber hinaus beraten wir uns mit behandelnden Ärzten, um für eine optimale Therapiebegleitung der Patienten zu sorgen.

Unser zusätzlich angebotener Lieferservice, schafft den Patienten und Angehörige Zeit, die sinnvoller genutzt werden kann. Diesen Bestell- und Lieferservice bieten wir seit Jahren in der Zusammenarbeit mit einem ambulanten Hospiz- und Palliativzentrum. Das entlastet das Pflegepersonal und die Therapeuten.



Rochus-Apotheke im Globus Neustadt
www.rochus-apotheke.net

Das Team von Kosmetikerinnen bietet Ihnen Produkte aus dem Camouflage-Sortiment und Tipps zu deren Anwendung, um die beispielsweise durch Strahlenbehandlung belastete Haut zu pflegen.



Austausch mit Gleichgesinnten

Krebspatient Michael Höß hat vor drei Jahren eine Selbsthilfegruppe gegründet



Michael Höß, Initiator der Selbsthilfegruppe „Leben mit Krebs“ im Rahmen eines Besuchs bei der Zweigstelle Kaiserslautern der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. FOTO: VESTER

VON RALF VESTER

Selbsthilfegruppe. Krebs gehört zu den gefürchtetsten Diagnosen überhaupt. Von einem auf den anderen Moment ist plötzlich alles anders. Das Loch, in das die Betroffenen fallen, könnte tiefer nicht sein. Der Boden unter den Füßen verschwindet – für viele sogar für eine lange Zeit. Kaum eine andere Diagnose ist für Patienten und Angehörige belastender und mit mehr Ängsten verbunden als die Mitteilung des Arztes, dass eine Krebserkrankung festgestellt wurde. Betroffene plagen große Sorgen, das ganze Leben scheint aus den Fugen. Und über allem steht die Frage: Wie geht es nun weiter?

So erging es auch Michael Höß aus dem südwestpfälzischen Leimen. Der 63-jährige hatte Ende 2010 mit verstärkter Müdigkeit und zahlreichen Erkältungen mit Fieber zu kämpfen. Die Sache bedurfte einer Abklärung. Die endgültige Diagnose hatte es in sich: Lungentumor. Im Westpfalz-Klinikum wurde ein nicht unerhebliches

Stück Lunge entfernt. Metastasen hatten sich gebildet, es bedurfte zusätzlich einer entsprechenden Chemotherapie. „Es ging mir miserabel, ich wog gerade mal noch um die 50 Kilo und hatte keine Haare mehr“, blickt Höß zurück.

Es folgte ein schlimmes Jahr, das auch für Frau und den damals 21-jährigen Sohn extrem fordernd war. Hinzu kamen finanzielle Sorgen aufgrund des Berufsausfalls, viel Bürokratie, bis die Erwerbsminderungsrente bewilligt war. Plötzlich muss man sich mit medizinischen und sozialrechtlichen Dingen auseinandersetzen, die noch wenige Tage zuvor unwichtig erschienen – und von denen man noch nicht einmal wusste, dass es sie gibt.

Der Leimener hatte sich komplett abgeschottet und kaum mehr soziale Kontakte. Hilfe lehnte er zunächst ab. Die Betroffenen können von all dem ein Lied singen. Zwar war irgendwann das Größte erst mal ausgestanden. Aber die Angst blieb freilich – bis heute. Es folgten

über die Jahre hinweg engmaschige CT-Kontrollen etc., immer verbunden mit der Angst, dass sich neue Krebsherde gebildet haben könnten, die ihn wieder zurückwerfen könnten.

Es bedurfte einiger Zeit, bis Michael Höß wieder den Kopf zu heben begann und sich für die Außenwelt und somit auch für Hilfe öffnete. Er begann, derlei Angebote anzunehmen und hatte schließlich den Wunsch, eine eigene Selbsthilfegruppe ins Leben zu rufen. Im Jahr 2017 war es dann so weit: In Pirmasens wurde die Selbsthilfegruppe „Leben mit Krebs“ mit Unterstützung der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz gegründet. Die Gruppe, die sich seither regelmäßig jeden ersten Dienstag im Monat trifft, ist nicht nur offen für alle Krebspatienten, sondern auch für deren Angehörige.

Im Vordergrund steht der Austausch über Erfahrungen der Behandlung, aber auch der Krankheitsbewältigung im Alltag sowie der Umgang mit den vielfältigen Ängsten. „Allein mit der Angst

und den Sorgen um sich selbst und seine Angehörigen muss jeder Patient selbst seinen Weg finden, mit der Situation umzugehen. Manche ziehen sich zurück, wollen niemanden sehen, mit niemandem sprechen. Die meisten aber wollen sich gerne aussprechen, suchen Rat und Unterstützung, Aufmunterung und Trost. Dafür sind wir dann da, wenn die erste Hemmschwelle, über seine Erkrankung zu sprechen, überwunden ist“, erklärt der Initiator der Gruppe.

Trotz sorgenvoller Themen will die Selbsthilfegruppe auch dazu beitragen, dass die Teilnehmer auf andere Gedanken kommen und miteinander lachen. „Familie und Beruf fordern nach der Reha und der Wiedereingliederung ihren Tribut. Behördengänge stellen einen hohen Aufwand dar, da muss man hin und wieder abschalten“, betont Höß, dessen Gruppe von einem Psychoonkologen der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz begleitet wird. Weitere fachliche Betreuung, beispielsweise in Form von Diplom-

Pädagogen, runden das Angebot ab.

Manche Themen sind den an Krebs Erkrankten auch schlicht peinlich. Wer redet mit Freunden und Angehörigen schon gerne über Themen wie therapiebedingte Inkontinenz, Impotenz oder dergleichen. Der Austausch mit Gleichgesinnten kann unheimlich befreiend wirken. Zu sehen, dass andere Patienten ähnliche Erfahrungen machen und die eigenen Ängste und Sorgen teilen, zeigt, dass sie mit ihren Gedanken und Gefühlen nicht allein sind. Die Gruppe ist seit ihrer Gründung stetig gewachsen und hat sich kontinuierlich weiterentwickelt. Weitere Teilnehmer sind immer willkommen, gerade auch aus der jüngeren Generation.

Kontakt:

Selbsthilfegruppe „Leben mit Krebs“ für Krebspatienten und Angehörige
Ansprechpartner: Michael Höß
Telefon: 0176 35190806,
E-Mail: info-selbsthilfegruppe.hoess@gmx.de

Vorsorge „mit Gefühl“

Die MammaCare-Methode zur Brust-Selbstuntersuchung



Im Brustkrebsvorsorgekurs „MammaCare“ lernen Frauen, wie sie ihren Tastsinn so verfeinern, dass sie selbst kleine Knoten in der Brust spüren.

FOTO: ANNA SHVETS/PEXELS

Ratgeber. Bis heute haben Frauen keine Möglichkeit, sich effektiv vor Brustkrebs zu schützen. Deshalb ist es umso wichtiger, dass sie ihn rechtzeitig erkennen.

Im Brustkrebsvorsorgekurs „MammaCare“ lernen Frauen, wie sie ihren Tastsinn so verfeinern, dass sie selbst kleine Knoten in der Brust spüren. „MammaCare“ ist die einzige wissenschaftlich überprüfte Form der Vermittlung der Brustselbstuntersuchung. Die Kurse werden durch zertifizierte MammaCare-Trainer geleitet. Oft übernehmen die Krankenkassen einen Teil der

Kosten.

Denn die Brustselbstuntersuchung ist die erfolgreichste Methode, um Brustkrebs auch schon im frühen Stadium zu bemerken. Die routinemäßige Krebsvorsorge beim Frauenarzt findet nur alle sechs bis zwölf Monate statt. Empfohlen wird aber, dass Frauen ihre Brust einmal im Monat abtasten, um so früh wie möglich Veränderungen festzustellen. Außerdem kann sich ein Frauenarzt bei der Krebsvorsorge-Routine keine 20 Minuten für die Brustuntersuchung nehmen. Pro Brust sollte eine gründliche Untersuchung aber zirka zehn Minuten dauern.



Krebs ist besiegt, wenn man ihn frühzeitig erkennt

FOTO: MICHAELGAIDA/PIXABAY.COM

Rund 80 Prozent der Erkrankungen werden bei einer Selbstuntersuchung entdeckt. Frauen, die einmal gelernt haben, wie die Brust richtig abgetastet wird, fühlen sich sicherer und haben eine positivere Grundeinstellung zu ihrer eigenen Brust. Je früher der Brustkrebs entdeckt wird, um so besser die Heilungschancen.

Ein Expertenteam aus den USA hat bereits Ende der achtziger Jahre das „MammaCare“-Programm entwickelt, bei dem Frauen die richtige Technik zum Er tasten von Knoten und anderen Auffälligkeiten des Brustgewebes anhand eines Siliconmodells vermittelt wird.

Die Methode ist auch in Deutschland anerkannt und beliebt, denn sie hilft, größere Sicherheit beim selbstständigen Er tasten der Brust zu erlangen. Der Methode liegt die Erkenntnis zugrunde, dass jede Frau ihren Körper selbst am besten kennt, und sie daher auch im Normalfall Veränderungen viel früher entdecken kann als der Arzt, der die Pa-

tientin nur selten sieht. Am Siliconmodell lernen Frauen in zwischen 90 und 120 Minuten, normale und krankhafte Strukturen in der Brust zu ertasten und zu unterscheiden. Dazu sind in dem Modell Knoten verschiedener Größe und Härte in unterschiedlicher Tiefe eingearbeitet.

Den Frauen wird beigebracht, die gesamte Oberfläche und Tiefe ihrer Brust sicher zu ertasten. Wichtig dabei ist, den Tastsinn zu schulen, zumal die Fingerspitzen feinste Strukturen wahrnehmen können.

Und was passiert, wenn tatsächlich ein Knoten ertastet wird? Nicht jeder Knoten ist auch automatisch bösartig. Vier von fünf Knoten sind völlig harmlos. Das muss allerdings durch eine Ultraschalluntersuchung sowie weiterführende Untersuchungen abgeklärt werden.

„MammaCare“-Kurse werden von Ärztinnen, Hebammen, Krankenschwestern, MTRA oder Physiotherapeutinnen angeboten. |cob

Gesundheitsorganisation Ludwigshafen eG Unsere Leistung: Gesundheit



Die Gesundheitsorganisation Ludwigshafen, kurz GO-LU, ist ein Zusammenschluss von ärztlichen Mitgliedern aller Fachrichtungen aus Ludwigshafen, Bad Dürkheim, Frankenthal und dem Rheinland-Pfalz-Kreis. Durch die vernetzte partnerschaftliche Zusammenarbeit optimieren wir die medizinische Versorgung der Bevölkerung in unserer Region.

Das „GO-LU-Land“ verfügt außerdem über ein sehr gut ausgebautes soziales Beratungs- und Hilfsangebot. In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die aufgrund ihrer Situation, gleichen Krankheit oder Lebenslage betroffen sind, um sich gegenseitig zu helfen und zu unterstützen. Hier steht immer die Hilfe zur Selbsthilfe und individuelle Beratung sowie Hilfeleistung im Vordergrund. Darüber hinaus ermöglichen Schulungen für ehrenamtliche Begleiterinnen und Angehörige von betroffenen Menschen, die Hilfe und Unterstützung für den hausärztlichen Bereich vermitteln.

Deshalb stehen wir Ihnen gerne mit unseren Fachärzten und Kooperationspartnern zur Seite und möchten Ihnen Mut machen.

Für alle weiteren Informationen über die GO-LU stehen wir Ihnen telefonisch unter 0621 - 66 00 30 0 oder per E-Mail: info@go-lu.de zur Verfügung. Unsere teilnehmenden Ärzte finden Sie über unseren Arztfinder unter www.go-lu.de oder auch als Printversion in unserem Ärzteverzeichnis.



Die Nadel im Heuhaufen

Bernd Lang ist für die DKMS auf der Suche nach potenziellen Lebensrettern



Bernd Lang wurde auch begleitet von seinem Vater.

FOTO: PRIVAT

Hof mit Herz
**Therapeutisches Reiten/
 Tiergestützte Therapie**

Nadja Scriba
 Onkologische
 Fachkrankenschwester
 Viehweg 3
 35104 Lichtenfels-
 Goddelsheim
 Handy:
 0172-6871622
 E-Mail:
 sprittlerberg@yahoo.de



VON BRITTA BENDER

Freimersheim. Weltweit erkrankt alle 35 Sekunden ein Mensch an Blutkrebs. In Deutschland sind es 30 pro Tag. Dennoch findet nur ein Drittel der Patienten, die eine lebensrettende Stammzellspende benötigen, innerhalb der Familie einen geeigneten Spender. Der Großteil benötigt daher einen nicht verwandten, fremden Spender. Allerdings ist die Wahrscheinlichkeit, einen passenden außerhalb der Familie zu finden sehr gering. Es gleicht einer Suche nach der Nadel im Heuhaufen.

Aufgrund der Coronakrise können keine Typisierungsaktionen stattfinden. Unzählige Blutkrebspatienten sind dennoch auf

Hilfe angewiesen.

Wie jeder Mensch in nur wenigen Sekunden potenzieller Lebensretter werden kann, dafür wirbt Bernd Lang aus Freimersheim seit 10 Jahren. Er hatte sich 2008 bei der Deutsche Knochenmarkspenderdatei (DKMS) registrieren lassen. Als Stammzellenspender infrage zu kommen ist zwar unwahrscheinlich, falls doch wird man zum Lebensretter, denn eine Stammzellspende ist für die Patientinnen und -Patienten die allerletzte Chance den Blutkrebs zu besiegen und zu überleben.

Seit er vor zehn Jahren der damals 25-jährigen Amanda Trybula das Leben gerettet hat, ist es Bernd Lang eine Herzensangelegenheit, mit unterschiedlichen

Aktionen, mehr und mehr Menschen darauf aufmerksam zu machen, wie einfach es ist, sich bei der DKMS registrieren zu lassen und eventuell zum Lebensretter zu werden.

Er lud ein nach Freimersheim zum Open House im September 2013, um gemeinsam mit Amanda Trybula von ihren Erfahrungen zu berichten. Weitere Aktionstage folgten. Einer davon fand unter dem Motto „Registrierungspatenschaft Stammzellspende“ statt. Bereits registrierte Menschen waren aufgerufen, jemanden mitzubringen, der sich bereit erklären würde, sich ebenfalls registrieren zu lassen.

Bernd Lang erfand den Rock'n Rollator. Er baute die Gehhilfe um zu einem fahrbaren Karaoke-Ge-

fährt. Er trat damit auf beim Seniorennachmittag in Freimersheim, war unterwegs auf Weihnachtsmärkten im Eingangsbereich vom Globusmarkt in Neustadt.

Die jüngste Aktion fand am 18. Juli, genau 10 Jahre nach der Stammzellenspende, statt, und zwar mit einer Klapprad-Tour.

Warum mit Klapprad? „Weil zwei Teile perfekt zusammenpassen müssen, um ans Ziel zu kommen“, zieht Bernd Lang den Vergleich, denn erst, wenn für ein Blutkrebspatient oder -patientin ein genetischer Zwilling gefunden ist, kann eine Heilung möglich gemacht werden.

Die Tour der Südlichen Weinstraße entlang hat Höhen und Tiefen; es geht auf und ab, ebenso wie bei einem Krankheitsverlauf mit Blutkrebs.

Die Tour startete am Deutschen Weintor.

Wer schon einmal beim jährlichen Erlebnistag Deutsche Weinstraße mitgeradelt ist, kennt diese Strecke oder Teilstrecken.

Eröffnet wurde die Tour mit Grußworten von Dr. Thomas Gebhart (MdB und Parlamentarischer Staatssekretär für Gesundheit). Mit am Start war Alexander Schweitzer (MdL, Fraktionsvorsitzender und Mitglied im Bundesvorstand der SPD), er trat bis nach Frankweiler fleißig in die Pedale für den guten Zweck. In Frankweiler löste ihn Christine Schneider (Europaabgeordnete für Rheinland-Pfalz und Schirmherrin der Klapprad-Spendentour) ab, die Bernd Lang bis ins Etappenziel nach Edenkoben begleitete. Wegen der Coronakrise wurde im Vorfeld nicht allzu viel öffentliches Interesse für die Radtour geweckt.

Sonntags ging die Tour mit Familie und Freunden in die zweite Etappe, von Edenkoben über Neustadt und Bad Dürkheim nach Grünstadt bis zum Weintor in Bockenheim.

Nach jeder Aktion von Bernd Lang ist das Interesse an DKMS gestiegen und auch die Registrierungen in der Region nahmen jeweils zu. Stolze 2006 Euro an Spendengeldern konnten mit der Klapprad-Tour generiert werden. Viel wichtiger sind Lang jedoch die Neu-Registrierungen bei DKMS: „Dank dieser Jubiläumstour haben sich 77 neue Möglichkeiten ergeben, Leben zu spenden“.

Vor etwas mehr als zehn Jahren bekam er die Nachricht, dass er genau das tun könnte; Leben spenden.

So folgte der Gang zum Hausarzt, der einen Gesundheitscheck durchführt. Des Weiteren wird das Blut auf bestimmte Infektionserreger wie z.B. HIV oder Hepatitisviren geprüft. Anhand dieser Ergebnisse wird entschieden, ob man zu hundert Prozent der passende Spender für die entsprechende Patientin, den Patienten, ist.

Dem Spender wird außerdem vor der Stammzellenspende der Wachstumsfaktor G-CSF verabreicht. Normalerweise enthält das Blut nur wenige Stammzellen, dieses Medikament steigert die Anzahl und löst eventuell ein leichtes Abgeschlagenheitsgefühl, ähnlich einer Erkältung, aus.

Bernd Lang musste dann nach bestandenen Tests zur Stammzellen-Entnahme nach Frankfurt in die Klinik fahren. Selbstverständlich auf Kosten der DKMS.

Diese Entnahme erfolgt durch eine Blutabnahme aus einer Armvene. Es wird in eine spezielle Zentrifuge geleitet. Dort werden die Stammzellen vom Blut getrennt. Dieses wird anschließend über eine Vene im anderen Arm wieder in den Körper zurückgeleitet.

„240 Milliliter Blut und dreieinhalb Stunden“, schildert Lang seinen persönlichen Einsatz, „wenn die Stammzellen ausreichen, war’s das.“

In 80 Prozent der Fälle reichen die Stammzellen bei diesem Verfahren auch aus.

Die Geschichte mit der Entnahme aus dem Rückenmark ist ein Gerücht.



Bernd Lang war für die DKMS unterwegs mit dem Klapprad entlang der Südlichen Weinstraße. FOTO: PRIVAT

Allerdings wird, falls Stammzellen nicht ausreichen sollten, eine kleine OP erforderlich. Dann müssen diese aus dem Beckenkamm entnommen. Bei der Knochenmarkspende beschränkt sich das Risiko jedoch im Wesentlichen auf die Kurznarkose.

Kurz vor der Transplantation leiten die Ärzte bei Amanda Trybula die Vorbereitungsphase für die Stammzelltransplantation ein. Innerhalb zwei bis vier Wochen gab der Anstieg der weißen Blutkörperchen erste Anhaltspunkte, dass die neuen Stammzellen ihre Aufgabe erfüllen und gesunde Blutzellen bilden.

Die Spende hat Amanda Trybula das Leben gerettet. Sie musste noch vier Monate in der Klinik verbringen, die meiste Zeit unter Quarantäne.

Zwei Jahre ist ein Kontakt über DKMS möglich, allerdings anonym, persönliche Informationen auszutauschen ist nicht erlaubt. Inhalte werden sogar während dieser Zeit von der DKMS kontrolliert und gegebenenfalls unleserlich gemacht.

Bei beidseitigem Einverständnis

werden die Adressen nach dieser Zeitspanne freigegeben.

So kam es, dass Bernd Lang im Frühjahr 2013 in die USA flog, um Amanda persönlich kennenzulernen. „Es war, als ob wir uns schon ewig kennen“, berichtet er. Es sei, als ob man derselben Familie angehöre. Immerhin sind die beiden genetische Zwillinge.

Nach einem Open House und TV Reportagen in der USA, folgte dann im September der Besuch von Amanda in der Pfalz, in Freimersheim.

Bernd Lang setzt sich seither unermüdlich dafür ein, potenzielle Stammzellenspender für die DKMS zu gewinnen.

Dass jederzeit ein bedrohliches Ereignis eintreffen kann, das musste er vor einigen Jahren am eigenen Leib erfahren.

Nach überstandener Schlaganfall und einer dadurch notwendigen Herzoperation, ist er umso mehr sensibilisiert.

Bei der Diagnose Blutkrebs besteht die Heilungschance darin, die passenden Stammzellen zu erhalten.

Die Wahrscheinlichkeit, welt-

weit, einen genetischen Zwilling zu finden ist sehr gering. Höchstens fünf von hundert Registrierten werden innerhalb von zehn Jahren zur Spenderin, zum Spender. Jüngere kommen zu etwa einem Prozent innerhalb des ersten Jahres nach der Typisierung infrage.

Diese erfolgt ganz einfach: auf der homepage der DKMS kann man sich registrieren, innerhalb weniger Tage bekommt man ein Registrierungsset zugesendet. Darin enthalten sind Formulare, die auszufüllen sind und Wattestäbchen. Mit diesen wird ein Wangenabstrich gemacht. Dieses Set wird ganz einfach wieder an die DKMS zurück geschickt. Mehr ist nicht zu tun.

Die Registrierung kostet die DKMS 35 Euro. Nicht jeder kann oder muss diesen Betrag selbst bezahlen, deshalb ist die DKMS als gemeinnützige Organisation auf Geldspenden angewiesen.

Bernd Lang ist mehr als froh, dass er infrage kam. Er lobt die hervorragende Betreuung der DKMS, vor allem rund um die Stammzellenentnahme in Frankfurt. Er freut sich, dass man sich bis heute regelmäßig bei ihm erkundigt, wie es ihm gesundheitlich geht.

Wohl ist er kein Unbekannter bei der Deutschen Knochenmarkspenderdatei und schon gar nicht in der Südpfalz.

Weitere Informationen

- <https://www.facebook.com/profile.php?id=100015246944257>
- <https://www.dkms.de/de>
- <https://www.dkms.de/de/spender-werden>
- Telefon 07071 943-0

Impressum

WOCHENBLATT

Die Sonderveröffentlichung „Mut – Leben mit Krebs“ erscheint im Verbreitungsgebiet der Wochenblatt-Ausgabe Ludwigshafen gesamt. Auflage: 84.900 Exemplare

Herausgeber: SÜWE Vertriebs- und Dienstleistungsgesellschaft mbH & Co. KG, Amtsstr. 5-11, 67059 Ludwigshafen; www.wochenblatt-reporter.de

Anzeigenleitung: Annette Hübschen

Chefredaktion: Jens Vollmer

Redaktion: Roland Kohls (rk), Telefon: 0621 5902-484

Prospektmanagement/Anzeigenblattzustellung: Tobias Ehrenberg

Satz: Digitale PrePress GmbH, Neustadt Wstr.

Druck: Druck-, und Versanddienstleistungen Südwest GmbH & Co.KG, Flomersheimer Str. 2-4, 67071 Ludwigshafen

Anzeigenpreisliste: Gültig Nr. 40 vom 01.01.2020. Für nicht veröffentlichte oder nicht rechtzeitig veröffentlichte Anzeigen und nicht ausgeführte Beilagenaufträge wird kein Schadenersatz geleistet. Dies gilt auch bei Nichterscheinen der Zeitung in Fällen höherer Gewalt oder bei Störung des Arbeitsfriedens. Des Weiteren wird für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos keine Haftung seitens des Verlages übernommen.

Umwelthinweis: Zur Herstellung dieser Ausgabe wurde Recycling-Papier verwendet.

BVDA **GPZ** **ADA**

PERÜCKEN | HAARTEILE | TURBANE

alhair

- Diskrete, kompetente Beratung
- Vertragspartner aller Gesundheitskassen
- Große Auswahl an Qualitäts-Perücken
- Service und Pflege Ihrer Perücken
- Vor-Ort-Service, auch im Krankenhaus

Service, Beratung & Perücken auf Rezept

MAINZ
Steingasse 18
Telefon: 0 61 31 / 22 45 10
E-Mail: mainz@peruecke.de

MANNHEIM
Seckenheimer Str. 30
Telefon: 0621 / 444 709
E-Mail: mannheim@peruecke.de

ONLINE & VERSAND
www.peruecke.de
Telefon: 0800 / 11 840 40
E-Mail: info@peruecke.de

Sie finden uns in Mannheim, Mainz oder Online.

„Die Hoffnung stirbt zuletzt“

Frauenselbsthilfe Krebs sucht neue Räumlichkeiten



Gruppenleiterin Aicha Hamoud-Gogollok vor den ehemaligen Räumlichkeiten.

FOTO: BAS

VON CHARLOTTE
BASARIC-STEINHÜBL

Ludwigshafen. Seit mehr als 42 Jahren steht die Frauenselbsthilfe Krebs (FSH), Gruppe Ludwigshafen, an der Seite erkrankter Frauen. Aicha Hamoud-Gogollok leitet die Gruppe seit nun fast 30 Jahren.

Die Ortsgruppe Ludwigshafen ist Teil des Bundesverbands Frauenselbsthilfe Krebs (FSH), eine der ältesten und größten Krebs-Selbsthilfeorganisationen in Deutschland (siehe auch Artikel Seite 20). Neben dem Bundesverband gibt es elf Landesverbände und bundesweit ein dichtes Netz regionaler Gruppen, in denen etwa 35.000 Frauen und

Männer mit unterschiedlichen Erkrankungen Rat und Hilfe finden.

Auffangen

Der Bundesverband hat es sich zur Aufgabe gemacht, Betroffene nach der Krebs-Diagnose aufzufangen. Ziel ist es, in dieser schwierigen Zeit Hoffnung und Zuversicht zu vermitteln und zu signalisieren, dass Betroffene den Weg nicht allein gehen müssen. Wer Austausch möchte, kann eine der Selbsthilfegruppen besuchen, wie beispielsweise die Ortsgruppe Ludwigshafen, das Forum nutzen oder anrufen.

Circa zwölf bis 15 neuerkrankte Frauen melden sich pro Jahr bei der Gruppe in Ludwigshafen, erläutert Gruppenleiterin Hamoud-Gogollok. Meist erfolgt der erste Kontakt telefonisch, danach trifft man sich persönlich. Viele der Frauen haben sehr spezifische Fragen nach Behandlungsformen und manchmal suchen sie auch jemanden, der ihnen einfach nur zuhört.

„Nach der Diagnose Brustkrebs im Jahr 2003 war ich sehr froh, dass ich einen ersten telefonischen Kontakt zu Hamoud-Gogollok herstellen konnte, um über meine Ängste hinsichtlich einer bevorstehenden Operation

und anschließender Therapien zu sprechen“, sagte eine Betroffene, „bis auf den heutigen Tag bin ich mit der Gruppe und den betroffenen Frauen sehr verbunden und versuche, auch nach einer zweiten Krebserkrankung nicht den Mut zu verlieren.“

Informieren

Wer gut informiert ist, hat meist weniger Ängste, kann seine Erkrankung besser annehmen und auch besser bewältigen. Die FSH möchte den Patienten dabei helfen, sich mit der eigenen Erkrankung und den verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten vertraut zu machen und dann gemeinsam mit dem Arzt eine Therapieentscheidung zu treffen.

Informiert wird entweder bei Gruppentreffen, bei Einzelgesprächen, telefonisch oder per E-Mail, mithilfe von Broschüren oder auch der Krebs-App, die man sich auf das eigene Smartphone laden kann. Dabei geht es um Themen wie die Möglichkeiten der medizinischen und therapeutischen Versorgung, psychosoziale Angebote, das Versicherungsrecht sowie qualitätsgesicherte Informationsangebote, die über den aktuellen Stand des medizi-

nischen Wissens verfügen.

In der Ludwigshafener Gruppendatei befinden sich circa 200 Personen. Regelmäßig werden in nicht-Corona-Zeiten Vorträge zu verschiedenen Themen angeboten. Die Themenvorschläge kommen oft aus der Gruppe selbst. Zu den Vorträgen kommen etwa 25 bis 30, manchmal auch über 40 Personen. Gruppengespräche werden auf höchstens 15 Personen begrenzt.

Begleiten

In den Selbsthilfegruppen, am Telefon, per E-Mail oder auch im Forum werden die Betroffenen auf dem Weg durch die Erkrankung begleitet. Dabei möchte man immer wieder dabei helfen, den Blick auf das zu lenken, was das Leben lebenswert macht.

„Als ich im September 2009 aus heiterem Himmel meine Diagnose ‚Mamma-Ca beidseits‘ bekam, war ich absolut schockiert“, sagte Angelika Burkhardt, „Ende dieses Jahres nahm ich Kontakt zur FSH auf und fühlte mich sofort gut aufgehoben. Die vielen ähnlichen Schicksale machten mir enorm Mut, mit meiner eigenen Situation zurecht zu kommen.“

GESUNDE HAUT Erleben Sie die Welt der Pflege



**Permanent Make-up
und Micro Blading**

**Dauerhafte Schönheit
professionell
in Szene gesetzt**

GEPFLEGT VON KOPF BIS FUSS

Ihr Kosmetikstudio

Marianne Hoffmann

Theodor-Heuss-Straße 7 - Mutterstadt
☎ 30 30 430 - www.ihrkosmetikstudio.de

2010 bestätigte das genetische Institut Heidelberg, dass es sich bei mir um einen familiären Brustkrebs BRCA II handelt. Und wieder bot mir die FSH-Gruppe Ludwigshafen Informationen und Halt in dieser schweren Zeit. Ich schätze an der Frauenselbsthilfe die vielfältigen Informationsveranstaltungen, die Herzlichkeit und Empathie im Umgang miteinander und das Zusammengehörigkeitsgefühl. Entsprechend meinem Lebensmotto habe ich auf meinem Unterarm tätowiert: „Die Hoffnung stirbt zuletzt.“ Danke allen Mutmacher*Innen, vor allem Aicha Hamoud-Gogollock!“

Eine Gruppe trifft sich regelmäßig zum Walken. So erzählt Marianne Hack: „Vor knapp drei Jahren las ich den Aushang mit dem Titel ‚Reif für die Insel?‘ in der Frauenambulanz des Klinikums und wurde so auf die FSH-Gruppe Ludwigshafen aufmerksam. Direkt nach der Diagnose Krebs und anschließender Therapie, war das ein wirklicher Rettungsanker. Wie sich herausstell-

te, treffen sich Frauen mit der gleichen Diagnose - teilweise mit Partner - zum Walken ohne Stöcke an der Pegeluhr auf der Parkinsel. So ist man unter Betroffenen und erfährt außer Anteilnahme, Hilfestellungen und dem aufgehoben sein das angenehme Gefühl, etwas für die Gesundheit zu tun. Dieses tolle Angebot der FSH-Gruppe Ludwigshafen, das ehrenamtlich von Übungsleiterin Ilonka Dörr mit zusätzlichen, abwechslungsreichen Übungen geleitet wird, ist nur eines von mehreren Angeboten der FSH-Gruppe Ludwigshafen. Der Austausch untereinander war und ist für mich sehr wichtig und hilft, das Leben besser zu meistern. Sehr hilfreich sind immer die interessanten Vorträge, die meist im gemeinsamen Gruppenraum stattfinden.“

Betroffene in Corona-Zeiten

Anfang August traf sich eine kleine Gruppe erstmals nach der monatelangen corona-bedingten

Pause im Ebertpark. Frauen, die einen Partner und/oder einen Garten haben, hatten kaum Probleme, den Lockdown gut zu überstehen. Die Alleinstehenden hatten es verständlicherweise schwerer. Es gab auch einige, die den Lockdown regelrecht genossen, weil alle Termine wegfielen und diese Zeit zum Lesen, Spazierengehen und auch zum Ausmisten genutzt werden konnte. Andere suchten Online-Angebote im sportlichen Bereich. Allen gemeinsam war aber, dass die Gruppentreffen sehr vermisst wurden und sich die Anwesenden riesig freuten, endlich wieder - wenn auch mit Abstand - zusammen kommen zu können. Die FSH-Gruppe hatten in dieser Zeit untereinander über eine WhatsApp-Gruppe oder auch telefonisch Kontakt und so hat man sich in dieser Zeit untereinander geholfen.

Überhaupt ist der Zusammenhalt groß, wie auch Ilonka Dörr berichtet: „Auch das ist FSH: Ellenbogen gebrochen, Gips, sechs

Wochen eingeschränkt und vom ersten Tag an haben meine Walker sich rührend um mich bemüht. Ich wurde von A nach B gefahren, man ging mit mir einkaufen. Die Taschen wurden getragen und daheim an den richtigen Ort gebracht. Täglich wurde ich persönlich am Telefon aufgebaut. Kleine Leckereien haben die Zeit versüßt. Ist das nicht wertvoll? Danke!“

FSH sucht Räumlichkeiten

Ende Juni musste die FSH aus ihren bisher genutzten Räumen ausziehen. Nun sucht die FSH-Selbsthilfe einen Ort, wo sie ihre Treffs, Gruppenaktivitäten, Einzelgespräche, Gesprächskreise und Vorträge durchführen kann. „Ideal wäre ein großer, ebenerdiges Versammlungsraum mit Platz für eine Küchenzeile und zusätzlich eine Toilettenanlage. Parkplätze in der Nähe und Anbindung an öffentliche Verkehrsmittel sind ebenfalls wichtig,“ so Gruppenleiterin Hamoud-Gogol-

lok. Da sämtliche Ausgaben der FSH durch Spenden und Sponsor-gelder bezahlt werden, sollte die Miete möglichst günstig sein. „Wenn jemand eine Idee hat, freuen wir uns über eine Kontaktaufnahme,“ so Hamoud-Gogollock weiter. |bas

Kontakt und Informationen:

E-Mail:
FSH-Gruppe-Ludwigshafen@t-online.de
Aicha Hamoud-Gogollock, Telefon 0621 567064; Mobil 0177 8468256 (Gruppenleiterin); Elke Kopp, Telefon: 06237 7391 (Stellvertreterin)
www.frauenselbsthilfe.de

Weitere Informationen:

Gruppen der Frauenselbsthilfe Krebs gibt es im gesamten Bundesgebiet. Wer eine Gruppe in seiner Nähe sucht, wird online fündig unter www.frauenselbsthilfe.de

Die Teilnahme an den Gruppen steht jedem offen, unabhängig von Alter, Geschlecht, Nationalität oder Art der Krebserkrankung. Der Besuch ist kostenfrei.

ANZEIGE

ANZEIGE

Als Krebspatient bestens versorgt

Evangelisches Krankenhaus Bad Dürkheim bietet spezialisierte Angebote in Wohnortnähe

Bad Dürkheim. Nach Angaben des Robert Koch-Instituts erkrankt in Deutschland fast jeder Zweite an Krebs. Am Evangelischen Krankenhaus Bad Dürkheim versorgen erfahrene Mediziner aus den Bereichen Gynäkologie, Allgemein- und Bauchchirurgie sowie Innere Medizin und Palliativmedizin Menschen mit Krebs wohnortnah und in der besonders persönlichen Atmosphäre in der mittelgroßen Klinik. Fragen an die Leiterin der Gynäkologie, Dr. Dagmar Hübner, den Chefarzt Allgemein- und Viszeralchirurgie Dr. Mathis Fußer und den Internisten und Palliativmediziner Dr. Andreas Brückner, Chefarzt Innere Medizin.



Dr. Dagmar Hübner FOTO: PS

???: Brustkrebs ist die häufigste Krebserkrankung bei Frauen. Allerdings leben 82 Prozent noch mindestens zehn Jahre. Wie wird

den vielen Frauen geholfen? **Dr. Dagmar Hübner:** Die Therapien entwickeln sich weiter. So kommen bei langen, wiederkehrenden Krankheitsverläufen heute teilweise Medikamente zum Einsatz, die das Immunsystem für die Krebstherapie stimulieren. Und es wird weiter geforscht.

???: Wie versorgen Sie Frauen mit Brustkrebs am Evangelischen Krankenhaus Bad Dürkheim?

Dr. Hübner: Bei der Diagnostik bieten wir ambulant Ultraschall gestützte Stanzbiopsien. Ebenfalls ambulant erfolgt die Chemotherapie. Wir haben große Erfahrung mit Brustkrebsoperationen, bei denen die Brust möglichst erhalten wird. Die Entfernung der Wächterlymphknoten ist Standard. Beim Brustaufbau arbeiten wir mit sehr erfahrenen plastischen Chirurgen zusammen.

???: Nach einer Krebsdiagnose sind die Betroffenen erschüttert. Was empfehlen Sie Betroffenen?

Dr. Hübner: Die Krankheit anzunehmen und emotional zu verarbeiten, ist wichtig für die Genesung. Deshalb motivieren wir Betroffene, etwa durch Körpertraining schon während der Behandlung, Stressbewältigung und ge-

sunde Ernährung aktiv zur Genesung beizutragen.



FOTO: PS

Mathis Fußer **Mathis Fußer:** Wenn der Krebs früh erkannt und richtig behandelt wird, ist er in 90 Prozent aller Fälle heilbar. Deshalb spielt die gründliche Diagnostik eine wichtige Rolle bei uns. Krebsfrühformen können oft bei einer Darmspiegelung entfernt werden. Nur manchmal muss nachoperiert werden. Diese Operationen führen wir meist laparoskopisch durch, also in der sogenannten Schlüssellochtechnik. Die deutlich bessere Sicht dabei ermöglicht exakte Operationsergebnisse und die Patienten erholen sich rascher, weil die Wunden sehr klein sind.

???: Wie kommen sie zum richtigen Behandlungskonzept?

Fußer: Wir arbeiten eng mit niedergelassenen Onkologen und Strahlentherapeuten zusammen.

Im eigenen Haus tauschen wir uns mit Internisten, Anästhesisten und Palliativmediziner aus. Impulse gibt auch die Tumorkonferenz, bei der wir individuelle Behandlungskonzepte für unsere Patienten besprechen.



FOTO: PS

Dr. Andreas Brückner **???:** Nicht jede Krebserkrankung ist heilbar. Die Palliativmedizin verbessert die Lebensqualität unheilbar Kranker. Wie gehen Sie dabei vor?

Dr. Andreas Brückner: Bei vielen Krebspatienten ist das Bild sehr komplex. Auf unserer Palliativstation arbeiten spezialisierte Ärzte, Pflegekräfte, Therapeuten und Seelsorger gemeinsam zum Wohl der Patienten. Wir lindern Übelkeit, lindern Schmerzen und betreuen Betroffene psychologisch und spirituell, damit sie ihre Erkrankung besser bewältigen. Ziel ist immer, dass die Patienten in ihr häusliches Umfeld zurückkehren, damit sie die verbleibende Lebenszeit in der gewohnten

Umgebung so bewusst und erfüllt wie möglich gestalten.

???: Können Schwerkranke denn zuhause angemessen versorgt werden?

Dr. Brückner: In vielen Fällen ist das möglich. Hierfür wurde in den vergangenen Jahren eine sehr gute Struktur mit Ambulanten Hospiz- und Palliativberatungen sowie Spezialisierter Ambulanter Palliativ Versorgung (SAPV) entwickelt. Auch in Bad Dürkheim arbeiten wir mit diesen wichtigen Einrichtungen zusammen. Der SAPV-Stützpunkt gehört sogar zum selben Träger wie wir, nämlich zu den Diakonissen Speyer. Die Diakonissen haben im vergangenen Jahr neben unserer Klinik ein Hospiz eröffnet. Dieses Netzwerk ist sehr hilfreich für unsere Arbeit. |ps



Evangelisches Krankenhaus Bad Dürkheim

Früherkennung rettet Leben



Ab 50 Jahren steigt das Darmkrebsrisiko

FOTO: SILVIU COSTIN IANCU/PIXABAY.COM



**Gaby's
Wäscheladen**
...der sympathische Laden

**Eine individuelle
Beratung in
angenehmer Atmosphäre,
bitte mit Termin.**

Wir sind für Sie da:
Mo. - Fr. 9.00 - 12.30 Uhr - 14.30 - 18.30 Uhr - www.gabys-waescheladen.de
Sa. 9.00 - 13.00 Uhr - 1. Samstag von 9.00 - 16.00 Uhr

**Langstraße 12
67292 Kirchheimbolanden
Telefon: 06352 5082**

10486658_10_1

LUSANUM PERÜCKENSTUDIO

Irmgard Töngi, Yorkstr. 1, 67061 Ludwigshafen
Tel.: 06 21 - 51 45 15
Ihre Zweithaarspezialisten

Unsere Leistungen für Sie:

- schnelle Hilfe bei Chemotherapie
 - Abrechnung mit allen Krankenkassen
 - diskrete und individuelle Beratung
 - auf Wunsch zu Hause oder in der Klinik
 - Termine telefonisch
 - Zuschnitt und Pflege des Zweithaars
 - große Auswahl in Kunst- und Echthaar
 - alle Farbmodelle und Strähnentechiken möglich.
- 10491888_10_1

Darmkrebsvorsorge. Obwohl die Darmspiegelung vor Darmkrebs schützen kann, sind immer noch viele Menschen skeptisch. Der Krebsinformationsdienst des Deutschen Krebsforschungszentrums räumt mit den häufigsten Vorurteilen auf.

Bei vielen Menschen löst die Darmspiegelung zur Krebsfrüherkennung Skepsis aus. Und das, obwohl das Verfahren erwiesenermaßen vor Darmkrebs schützen kann. Mit dieser Untersuchung können bereits Vorstufen von Krebs erkannt und entfernt werden. Trotzdem gibt es immer noch Menschen, die das Angebot nicht wahrnehmen. Grund hierfür sind oft Unsicherheit und mangelnde Information. Der Krebsinformationsdienst des Deutschen Krebsforschungszentrums räumt mit den häufigsten Vorurteilen auf.

In Deutschland stellt Darmkrebs bei Männern aktuell die dritthäufigste, bei Frauen sogar die zweithäufigste Krebserkrankung dar.

Für knapp 24.000 Patienten pro Jahr verläuft die Erkrankung tödlich. Zur Früherkennung von Darmkrebs ist die Darmspiegelung für Männer ab 50 und Frauen ab 55 zurzeit die wichtigste Methode. Sie ist schnell, zuverlässig und in der Regel auch schmerzfrei. Das Endoskop, ein fingerdicker Schlauch, der vorne über eine kleine Kamera verfügt, wird vorsichtig durch den After in den Darm eingeführt. Der Arzt kann so das Innere des Darms und die Darmschleimhaut untersuchen. Wucherungen der Darmschleimhaut, sogenannte Polypen, können entfernt und verdächtige Stellen als Gewebeprobe entnommen werden. Der ganze Vorgang dauert zwischen 15 und 45 Minuten. Die Untersuchung kann in Kurznarkose durchgeführt werden, so dass viele Patienten von der eigentlichen Untersuchung kaum etwas mitbekommen. War diese unauffällig, so muss sie erst nach zehn Jahren wiederholt werden, sofern man keine Beschwerden hat.

Vorurteile und Halbwissen

Der Darm und alles was damit zusammenhängt ist für die meisten Menschen eine schambehaftete Zone, über die ungern gesprochen wird. Von der Vorstellung, einen Schlauch ausgerechnet in dieses Organ eingeführt zu bekommen, ist mancher peinlich berührt. Hinzu kommen falsche Vorstellungen und Halbwissen, die sich hartnäckig in der öffentlichen Wahrnehmung halten. „Unser Ziel ist es, jeden in die Lage zu versetzen, eine informierte und auf fundierten Fakten basierende Entscheidung zu treffen“, so Dr. Susanne Weg-Remers, Leiterin des Krebsinformationsdienstes des Deutschen Krebsforschungszentrums. Ärztinnen und Ärzte des Dienstes beantworten Fragen zum Thema Krebs täglich von 8 bis 20 Uhr unter der kostenlosen Telefonnummer 0800-420 30 40. Die E-Mail-Adresse lautet krebsinformationsdienst@dkfz.de.



Auf sich selbst Acht geben: Vorsorge ist wichtig

FOTO: ALEXANDRA_KOCH/PIXABAY.COM

Kurz und bündig

Das sind die Fakten zu typischen Irrtümern:

Ohne Beschwerden kann ich mir die Untersuchung doch sparen, sagen manche. Das stimmt so nicht. Denn die Vorstufen des Darmkrebses, die Polypen, verursachen keine oder kaum Beschwerden. Sie können sich aber im Verlauf der Jahre zu einem bösartigen Tumor weiter entwickeln. Werden sie dagegen während der Darmspiegelung entdeckt, entfernt Sie der Arzt, sodass ein Tumor gar nicht erst entstehen kann.

Viele Liter Abführmittel trinken – das ist eklig, meinen andere. Um ein sicheres Untersuchungsergebnis zu erhalten, ist eine gute Darmreinigung Voraussetzung. Heutzutage sind dafür aber zwei Liter ausreichend. Der zugesetzte Orangen- oder Zitronengeschmack sorgt zudem für eine geschmackliche Verbesserung.

Viel zu riskant, findet so mancher Skeptiker. Das Untersuchungsverfahren gilt als das zuverlässigste, um bösartige Tumoren und ihre Vorstufen zu entdecken. Die Darmspiegelung wird von gut ausgebildeten Experten für Magen-Darm-Erkrankungen (Gastroenterologen) durchgeführt. Zu Komplikationen, kommt es nur bei 2 von 1.000 Darmspiegelungen, in erster Linie handelt es sich dabei um Blutungen.

Das bringt doch nichts, sagt die Resignierten. In Deutschland werden seit der Einführung der

Darmspiegelung in das gesetzliche Krebsfrüherkennungsprogramm im Jahr 2002 Daten gesammelt und ausgewertet. Demnach wurden durch die Darmspiegelung zur Früherkennung im Zeitraum von zehn Jahren etwa 180.000 Darmkrebs-Erkrankungen verhindert. Außerdem konnten im gleichen Zeitraum etwa 40.000 Darmkrebs-Erkrankungen früher entdeckt werden und die Betroffenen hatten damit eine bessere Heilungschance.

Das ist doch nur was für alte Menschen, sagen Junggebliebene. Das Risiko an Darmkrebs zu erkranken steigt ab einem Alter von 50 Jahren deutlich an. Darmkrebs kann sich aber auch schon in jüngeren Jahren entwickeln. Zum Beispiel, wenn Darmkrebs in der Familie aufgetreten ist. Dann steigt das Risiko für die anderen Familienmitglieder. Verwandte von Darmkrebspatienten sprechen am besten mit dem Arzt, in welchem Alter sie mit der Früherkennung beginnen sollen.

Deutsches Krebsforschungszentrum

Das Deutsche Krebsforschungszentrum (DKFZ) ist mit mehr als 3.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern die größte biomedizinische Forschungseinrichtung in Deutschland. Über 1.300 Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler erforschen im DKFZ, wie Krebs entsteht, erfassen Krebsrisikofaktoren und suchen nach neuen Strategien, die verhindern, dass Menschen an

Krebs erkranken. Sie entwickeln neue Methoden, mit denen Tumoren präziser diagnostiziert und Krebspatienten erfolgreicher behandelt werden können.

Beim Krebsinformationsdienst (KID) des DKFZ erhalten Betroffene, interessierte Bürger und Fachkreise individuelle Antworten auf alle Fragen zum Thema

Krebs.

Gemeinsam mit Partnern aus den Universitätskliniken betreibt das DKFZ das Nationale Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) an den Standorten Heidelberg und Dresden, in Heidelberg außerdem das Hopp-Kindertumorzentrum KiTZ. Im Deutschen Konsortium für Translationale Krebsforschung (DKTK), einem der sechs Deutschen Zentren für Gesundheitsforschung, unterhält das DKFZ Translationszentren an sieben universitären Partnerstandorten. Die Verbindung von exzellenter Hochschulmedizin mit der hochkarätigen Forschung eines Helmholtz-Zentrums an den NCT- und den DKTK-Standorten ist ein wichtiger Beitrag, um vielversprechende Ansätze aus der Krebsforschung in die Klinik zu übertragen und so die Chancen von Krebspatienten zu verbessern.

Das DKFZ wird zu 90 Prozent vom Bundesministerium für Bildung und Forschung und zu 10 Prozent vom Land Baden-Württemberg finanziert und ist Mitglied in der Helmholtz-Gemeinschaft Deutscher Forschungszentren.

**Nicht vergessen:
Jetzt existenzielle Risiken
absichern**

VON
VERBRAUCHER-
SCHÜTZERN
EMPFOHLEN

Das Leben steckt voller Überraschungen und bringt viele Veränderungen mit sich. Unabhängige Experten und Verbraucherschützer empfehlen daher, mögliche Wagnisse nicht zu ignorieren.

Sichern Sie jetzt Ihre existenziellen Risiken bei der HUK-COBURG ab. Am besten vereinbaren Sie gleich einen Termin bei einem unserer Berater.

Kundendienstbüro
Stefanie Vollmer
Versicherungsfachfrau
Telefon 06235 4910180
Telefax 0800 2875324062
stefanie.vollmer@HUKvm.de
Speyerer Straße 1
67105 Schifferstadt
Telefonservice
Mo., Fr. 8.30–12.30 Uhr
Mo. + Do. 14.00–17.00 Uhr
Öffnungszeiten:
Mi. 8.30–12.30 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Kundendienstbüro
Birgit Weiskopf
Versicherungsfachfrau
Telefon 06324 9714441
Telefax 06324 9714447
birgit.weiskopf@HUKvm.de
Bahnhofstraße 36
67454 Haßloch
Mo. – Fr. 8.30–12.30 Uhr
Do. 14.00–18.00 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Kundendienstbüro
Silvia Wolf
Telefon 06321 34577
Telefax 06321 4811111
silvia.wolf@HUKvm.de
Neumayerstraße 19
67433 Neustadt
Mo. – Fr. 9.00–12.00 Uhr
Mo., Di., Do. 15.30–18.00 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Kundendienstbüro
Nabih Sabeh
Kaufmann für Versicherungen
und Finanzen
Telefon 06341 146856
Telefax 0800 2875324866
nabih.sabeh@HUKvm.de
Westbahnstraße 10
76829 Landau
Mo. – Fr. 8.30–12.30 Uhr
Mo., Di., Do. 14.30–17.30 Uhr
Termin nach Vereinbarung

Kundendienstbüro
Stefanie Vollmer
Telefon 06359 2090222
Telefax 0800 2875323957
stefanie.vollmer2@HUKvm.de
Industriestraße 7 / Eing. Benzstraße
67269 Grünstadt
Telefonservice
Mo., Di. 14.00–17.00 Uhr
Mi., Fr. 9.00–13.00 Uhr
Do. 9.00–17.00 Uhr
Öffnungszeiten:
Mi. + Fr. 13.30–17.30 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Kundendienstbüro
Beate Gundermann
Versicherungsfachfrau
Telefon 06233 3699318
Telefax 0800 2875323958
beate.gundermann@HUKvm.de
Berliner Straße 19
67227 Frankenthal
Mo. – Fr. 9.00–12.00 Uhr
Mo. + Di. 14.00–17.00 Uhr
Do. 14.00–18.00 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Kundendienstbüro
Beate Liebhart
Versicherungsfachwirtin
Telefon 0621 54590197
Telefax 0800 2875324283
beate.liebhart@HUKvm.de
August-Heller-Straße 8
67065 Ludwigshafen-Mundenheim
Mo., Di., Do. 8.30–13.00 Uhr
Mo., Do. 15.00–18.00 Uhr
Fr. 8.30–12.00 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Kundendienstbüro
Regina Daubermann
Telefon 06232 26676
Telefax 0800 2875324594
regina.daubermann@HUKvm.de
Im Erlich 60
67346 Speyer
Mo. – Do. 9.00–12.30 Uhr
Mo. – Do. 14.30–17.30 Uhr
sowie nach Vereinbarung



Viele helfende Hände

Förderverein „Mama/Papa hat Krebs“: Segen für Kinder und Jugendliche



Ministerpräsidentin Malu Dreyer (Mitte) zusammen mit Oberbürgermeister Klaus Weichel, FCK-Stadionsprecher Horst Schömbs, FCK-Spieler Christian Kühlwetter, Florian Dick im Februar zu Besuch beim Förderverein „Mama/Papa hat Krebs e.V.“

FOTO: VIEW/STAATSKANZLEI RLP

VON RALF VESTER

Mama/Papa hat Krebs e.V.

Der im April 2009 von der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. ins Leben gerufene Förderverein „Mama/Papa hat Krebs e.V.“ betreut und begleitet Kinder und Jugendliche, in deren Familien ein Eltern- oder Geschwisteranteil an Krebs erkrankt ist in einer belastenden Lebenssituation sowie deren gesamte Familie durch vielseitige und kostenfreie Hilfsangebote, die nur durch Spenden- und Fördergelder aufrechterhalten werden können. Betreut werden Familien und betroffene Kinder und Jugendliche in der gesamten Nord-, Süd- und West-

pfalz.

Der gemeinnützige Verein finanziert seine Arbeit und Angebote fast ausschließlich über Spenden und freiwillige Zuwendungen. Das können Geldspenden sein, aber auch Veranstaltungen, wie beispielsweise der am 5. und 6. September durchgeführte „Lautrer Lebenslauf“. Die psychoonkologischen und erlebnispädagogischen Angebote werden den betroffenen Familien kostenfrei angeboten, denn häufig erleben betroffene Familien nicht nur eine emotionale, sondern auch eine finanzielle Krise.

Lange Zeit lag das Hauptaugenmerk der Hilfsangebote auf den Tumorpatienten und deren

Angehörigen, damit standen zu meist die Patienten und deren Partner im Fokus. Da jedoch zunehmend Eltern mit noch jungen Kindern an Krebs erkranken, sind immer häufiger Familien mit noch sehr jungen Kindern von der Diagnose betroffen.

Für Kinder gerät durch die Krebserkrankung eines Elternteils ihre bisher sichere und zuverlässige Welt ins Wanken. Betroffene Elternteile und ihre Partner sind oft sehr verunsichert, wie sie mit ihren Kindern über ihre Erkrankung sprechen sollen. Eigene Sorgen und Ängste und die anstehende medizinische Behandlung belasten so sehr, dass es ihnen schwerfällt, die kindlichen Bedürfnisse ausreichend im Blick zu behalten. Auch sehr kleine Kinder spüren, dass etwas nicht stimmt und malen sich ihr Nicht-Wissen mit schlimmen Fantasien aus.

„Mama/Papa hat Krebs“ versteht sich als präventives Projekt, das mit verschiedenen, individuellen Angeboten die Kinder und Jugendlichen sowie deren Familien begleitet. Neben individuellen Sprechstunden für Eltern, Kinder/Jugendliche oder die gesamte Familie wird ein erlebnispädagogisches Konzept mit dem Schwerpunkt Sport ver-

folgt.

Monatlich trifft sich eine Klettergruppe – hier ist elternfreie Zone, ein hoch qualifizierter Berater begleitet die Gruppe und ist für die Kinder da, wenn Fragen aufkommen. Jeden Monat findet eine Familienaktion statt. Hier wird zum Beispiel Draisine gefahren, Discgolf gespielt, gewandert und vieles mehr. Da die Familien aus der gesamten Nord-, West- und Südwestpfalz stammen, findet die Aktion immer an einem anderen Ort in der Region statt.

Zudem lädt der Verein jedes Jahr etwa zehn betroffene Familien zu einer viertägigen Familienfreizeit ein, um über das gemeinsame Erleben Kontakt untereinander herzustellen und dadurch den Zusammenhalt innerhalb der Projektgruppe zu stärken. Diese Auszeit von Sorgen, Nöten und dem Alltag ist für die Familien sehr wichtig.

Themenabende, Workshops und teilweise geleitete Selbsthilfegruppen sind des Weiteren wichtige Pfeiler des Projekts, um durch unterschiedliche Herangehensweisen adäquate Copingstrategien zu entwickeln, die möglichen Belastungen präventiv entgegenwirken können.

Der größte Kostenpunkt des Projekts ist zugleich der wichtigste

te Pfeiler der Hilfsangebote: ein fachlich ausgebildetes Personal, das sich aus Beratern (Psychologinnen/PädagogInnen/ Sozialpädagogin mit psychoonkologischer und psychotherapeutischer Zusatzausbildung) zusammensetzt und gewährleistet, dass betroffene Familien und deren Kinder professionell begleitet, betreut und unterstützt werden.

Unterstützt wird der Förderverein „Mama/Papa hat Krebs e.V.“ von prominenten Persönlichkeiten. Bereits seit der Anfangszeit des Vereins setzt sich beispielsweise der 1. FC Kaiserslautern für dessen Belange ein. Mehrere Fußballprofis standen schon Pate. Derzeit sind es Ex-Profi Florian Dick sowie der aktuelle Mittelstürmer des FCK, Christian Kühlwetter. Mit dem in Winnweiler aufgewachsenen Popstar Mark Forster gibt es seit Beginn dieses Jahres einen weiteren hochkarätigen Fürsprecher für „Mama/Papa hat Krebs“.

Spendenkonto:

„Mama / Papa hat Krebs“ e.V.
Stadtparkasse Kaiserslautern
IBAN: DE64 5405 0110 0000 5264 18
BIC: MALADE51KLS

Biologische Krebsbehandlung!

Stärken Sie Ihre natürlichen Abwehrkräfte durch ein biologisches, ganzheitsmedizinisches Therapiekonzept! Aufnahme von Patienten auch bei fortgeschrittenen Krankheitsstadien, z.B. Metastasen. Unser erfahrenes Team bietet eine individuelle ärztliche Betreuung in familiärer Atmosphäre. Volle Kostenübernahme aller gesetzlichen und privaten Krankenkassen auf Antrag!

Gerne senden wir Ihnen kostenlos Informationsmaterial zu.

VITA NATURA KLINIK für Ganzheitsmedizin
Altschloßstr. 1 · 66957 Eppenbrunn
Tel. 06335/9211-0 · Fax 06335/9211-50
E-Mail: vita-natura-klinik@t-online.de
Homepage: <http://www.vita-natura-klinik.de>



Gebündelte Kompetenz

Prostatazentrum der Pfalz entwickelt Behandlungspfade – Patienten profitieren



Im Prostatazentrum der Pfalz kümmert sich ein Spezialistenteam um die Patienten

FOTO: PS

Speyer/Landau. Jedes Jahr erkranken 60.000 Männer an Prostatakrebs, von denen circa 15.000 die Erkrankung nicht überleben. Daneben gibt es auch eine gutartige Vergrößerung des Organs. Betroffen sind in beiden Fällen Männer ab 50 Jahren. Daneben kann es zur akuten und chronischen Entzündung der Prostata kommen.

Typische Symptome bei Prostatavergrößerung

Typische Symptome der gutartigen Prostatavergrößerung sind häufiger Harndrang, ein schwacher Harnstrahl sowie eine unvollständige Blasenentleerung. Die Erkrankung wird heute meist medikamentös behandelt. Operiert wird diese nur, falls Schäden an der Niere, Blasensteine oder Blutungen drohen. „Viele Operationen erfolgen erst dann, wenn die medikamentöse Therapie nicht mehr ausreicht und der Leidensdruck der Patienten hoch ist“, weiß Professor Gerald Haupt, Leiter der Kliniken für Urologie des Sankt Vincentius Kran-

kenhauses Speyer und des Vincentius Krankenhauses Landau. Da die Prostata die Harnröhre umschließt, wird bei einer Vergrößerung die Blasenentleerung schwieriger und eine Operation ist häufig die einzige Behandlungsmöglichkeit. „Ein anerkanntes und etabliertes Verfahren ist die sogenannte TURP, eine Abholzung von Prostatagewebe durch die Harnröhre“, erklärt der Experte. Zudem besteht die Mög-

lichkeit der Prostataverkleinerung oder Gewebeentfernung mittels Laser oder selten offener Operation.

Prostatakrebs: heilbar nur im Frühstadium

Prostatakrebs ist die häufigste Krebserkrankung des Mannes. Es gibt keine Frühsymptome, jedoch ist der Krebs nur im Frühstadium heilbar. Dabei gibt es eine gering aggressive Form, die nicht behandelt werden muss und eine aggressive Ausprägung, die unbehandelt zum Tode führt.

Patienten mit Prostataerkrankungen werden in den urologischen Praxen behandelt, im Falle einer stationären Behandlung in den Urologischen Kliniken. Beim Prostatakarzinom erfolgen die meisten Therapien durch Urologen, teils in Kombination mit Strahlentherapeuten und/oder Onkologen. „Wir wollten trotz verschiedener Leistungserbringer eine einheitliche Therapie der Patienten erreichen und haben daher für die einzelnen Krankheitsbilder Behandlungspfade entwickelt, in denen die diagnostischen und therapeutischen Vorgehensweisen geregelt sind

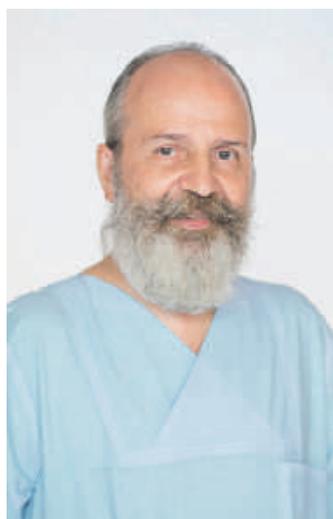
und die regelmäßig geprüft werden“, erläutert Haupt. Das war der Anlass zur Gründung des Prostatazentrums Pfalz als eines der ersten zertifizierten Prostatazentren in Deutschland vor 15 Jahren, dem die Urologische Kliniken des Sankt Vincentius Krankenhaus Speyer und des Vincentius-Krankenhauses Landau, daneben einige urologische Praxen, Strahlentherapiepraxen sowie die onkologische Schwerpunkt-Praxis Speyer angehören.

Mehrere Experten entscheiden zusammen

Die Zentrumsteilnehmer diskutieren über die Vorgehensweise und therapeutischen Möglichkeiten für Patienten mit Prostatakarzinomen, anderen Tumorerkrankungen und komplexen Situationen bei gutartigen Erkrankungen in Konferenzen und in einem geschlossenen webbasierten Forum. „Das heißt, bei therapeutischen Entscheidungen hat der Patient nicht nur einen Arzt als Berater, sondern das ganze Prostatazentrum“, betont der Chefarzt. Der betreuende Arzt bespricht dann die Beschlüsse der

Konferenz mit dem Patienten und unterstützt ihn in seiner Entscheidung bestmöglich.

Die beiden Urologischen Kliniken sind mit rund 4.500 Patienten jährlich eine der größten Urologischen Einheiten Deutschlands. „Durch die Patientenzahl können wir die Spezialisierung unserer 25 Ärzte vorantreiben und höchste Qualität anbieten sowie moderne Technik wie den DaVinci-OP-Roboter, Laser und Fusionsbiopsie einsetzen, aber durch die kleinen Krankenhäuser die kurzen Wege nutzen und vor allem den Patienten als Mensch behandeln“, resümiert Haupt. |ps



Professor Gerald Haupt

FOTO: PS



Kontakt:

Prostatazentrum Pfalz/Sankt Vincentius Krankenhaus Klinik für Urologie
 Chefarzt: Prof. Dr. Gerald Haupt
 Man erreicht das Prostatazentrum telefonisch unter 06232 133311 oder per E-Mail unter urologie@vincentius-speyer.de. Informationen auch online unter der Adresse www.vincentius-speyer.de.

Gemeinsam lachen bis zum Schluss

Ambulante Hospiz- und Palliativarbeit wird oft ehrenamtlich geleistet

VON MARKUS PACHER

Neustadt. Im Gesundheitsbereich ist Neustadt an der Weinstraße im Bereich der Ambulanten Hospiz- und Palliativarbeit hervorragend aufgestellt. Ambulante Sterbebegleitung funktioniert allerdings nur mit Unterstützung ehrenamtlicher Mitarbeiter, die im Rahmen einer neunmonatigen Ausbildung auf ihre Aufgaben vorbereitet werden. In Neustadt engagieren sich über fünfzig Menschen ehrenamtlich im Palliativzentrum Neustadt. Markus Pacher sprach mit zwei davon: In einem bewegenden Doppelinterview gewähren uns Marita Hubmann und Marion Holz intensive Einblicke in ihre aufopferungsvolle Arbeit.

??? Frau Holz, wie kam es dazu, sich ehrenamtlich im Palliativbereich zu engagieren?

Marion Holz: Bei fast allen, die in der Palliativarbeit tätig sind, waren persönliche Erlebnisse der Auslöser sich ehrenamtlich zu engagieren. Bei mir war es der plötzliche Kindstod meines Sohnes. Die Erfahrung, dass niemand da ist, der einem in solch einer Situation hilft und dass man sich isoliert fühlt, hat mich sehr nachdenklich gestimmt. Ein Hinweis des „Ambulanten Hospizes & Palliativzentrum“ über einen Info-Abend zur Ausbildung hat meine Neugierde geweckt. Insbesondere der ambulante Charakter hat mich dabei sehr interessiert. Nach der neunmonatigen Ausbildung und meine Praxiserfahrungen weiß ich heute: Das ist meins - die Arbeit ist sehr erfüllend und man bekommt sehr viel zurück.

??? Und wie war es bei Ihnen, Frau Hubmann?

Marita Hubmann: Hauptberuflich war ich zuvor im Medizinbereich tätig. Schon immer habe ich mich gewundert, wie stark Menschen sind, so etwas auszuhalten. Früh reifte in mir der Entschluss, nach dem Ausscheiden aus meinem Beruf etwas Sinnvolles für meine Mitmenschen zu tun. Die Grundvoraussetzung für ein ehrenamtliches Engagement



Ehrenamtlich in Sachen „Sterbebegleitung“ unterwegs: Marion Holz und Marita Hubmann vom Palliativzentrum Neustadt.

FOTO: PACHER

im Palliativbereich ist, dass man selbst den Mut aufbringt, sich mit der eigenen Sterblichkeit auseinanderzusetzen.

??? Welche Rolle spielen die Angehörigen in der Palliativarbeit?

Marita Hubmann: Ohne Angehörige geht nichts. Meistens melden sich nicht die Betroffenen selbst, um um Hilfe zu bitten, sondern deren Angehörige. Die Zeiten haben sich geändert: Viele Menschen wollen daheim sterben. Aber die Angehörigen haben Angst vor dieser Situation, fühlen sich überfordert. Wir unterstützen sie, damit sie die Aufgaben leisten können.

??? Warum ist ehrenamtliche Palliativarbeit so wichtig?

Marita Hubmann: Wir müssen alle irgendwann sterben. Jeder muss sich mit dem Sterblichkeitsthema beschäftigen. Für unsere Arbeit interessieren sich viele Menschen und alle finden es gut, was wir machen. Nur die genauen Hintergründe möchten die meisten Menschen lieber ausblenden. Das Thema „Tod“ wird gerne verdrängt. Das Wichtigste für uns ist: Ein Signal zu setzen und allen klar zu machen, dass es Menschen gibt, die bis zum Schluss für einen da sind, die den Mut haben, die Situation gemeinsam auszuhalten, die den Mut haben, zu bleiben. Ohne das Ehrenamt ist die ambulante Palliativarbeit nicht zu bewerkstelligen.

??? Kommt es nicht manchmal zu

Meinungsverschiedenheiten oder gar zu Konflikten zwischen Ihnen und den Angehörigen?

Marion Holz: Jede Familienkonstellation ist anders. Man stößt immer auf andere Grundvoraussetzungen. Wir versuchen, jeden dort abzuholen, wo er steht, ohne dabei behrend zu wirken. Insbesondere die Ehemänner der Patientinnen tun sich schwer, die Endgültigkeit der Situation zu akzeptieren. Wir erklären ganz offen, dass es nur noch darum geht, den Schmerz zu lindern und dass nicht mehr diagnostiziert wird. Das sollte klar ausgesprochen werden. Denn wenn man nicht offen darüber redet, nimmt man den Angehörigen die Möglichkeit, Abschied zu nehmen. In dieser Situation fühlt man sich als eine Art Mediator.

Marita Hubmann: Ja, so sehe ich das auch. Wir sprechen dabei gerne von Weggehende und Dableibende. Diese Vermittlung wollen wir leisten. Die meisten Angehörige wollen die Patienten nicht gehen lassen. Da ist es manchmal gut, Ihnen die Freiheit zu verschaffen, mal einen Kaffee trinken zu gehen, sich mit Freunden zu treffen etc.. Damit sie auch mal abschalten können und nicht immer nur festhalten müssen. Ich selbst hatte nie ein Problem mit Angehörigen. Wir gehen gemeinsam zur Beerdigung und halten auch noch hinterher Kontakt. Dieser Kontakt hält natürlich nicht ewig. Es ist ein allmähliches Loslassen.

??? Wie verbringen Sie die Zeit mit dem Patienten?

Marita Hubmann: Es geht nicht um die Erledigung irgendwelcher praktischer Alltagsdinge, wie manche Angehörigen glauben. Das passiert eher mal ausnahmsweise. Nein, es geht ums Zuhören, Singen, Spazieren gehen oder Vorlesen. Wir wollen uns intensiv einfühlen, was jemand braucht und dabei eine gewisse Normalität vermitteln - eine Situation schaffen, in der ganze normale Dingen besprochen werden und gerne auch gelacht wird. **Marion Holz:** Es wird sehr viel über das Leben reflektiert. Man hat einen Menschen vor sich, der sein Leben gelebt hat und nun zurück blickt. Wir gehen mit ihm gemeinsam seine Stationen durch, bringen ihm Achtung und Würde entgegen. Und wir wollen gemeinsam Lachen bis zum Schluss. Das erleichtert das Abschiednehmen.

??? Auf welche Weise erfolgt die Unterstützung durch Ärzte?

Marita Hubmann: Wir können jederzeit die Hauptamtlichen und Ärzte konsultieren. Einmal im Monat haben wir ein Ehrenamtlichen-Treffen. Die Teilnahme ist Pflicht. Dort kann man seine Anliegen vorbringen und Tipps und Ratschläge einholen. Darüber hinaus werden bei jedem Treffen Supervisionen angeboten.

??? Außenstehende interpretieren die Sterbephase als emotionale Ausnahmesituation. Wie fin-

den Sie die Balance zwischen persönlicher Nähe und der notwendigen Distanz zum Patienten?

Marion Holz: Interessanterweise ist das Sterben an sich nicht das Schlimmste. Das Schlimmste gibt es eigentlich nicht. Der Tod gehört zum Leben. Viel schwieriger bei unserer Arbeit sind z. B. die Familienkonstellationen. Man erhält tiefe Einblicke in das Leben der Menschen und deren Konflikte mit ihrer Familie. Entsprechend entpuppt sich die Betreuung manchmal als schwierig und manchmal als eher einfach. Grundsätzlich ist nach seinem Tod der Mensch für mich nicht gestorben. Seine Geschichte und die Erkenntnis ihn gekannt zu haben, bleibt.

??? Aus welchen Lerninhalten besteht die Ausbildung?

Marita Hubmann: Sie dauert neun Monate und enthält ein 60-stündiges Praktikum in einem Altenheim oder einem Palliativzentrum. Hauptsächlich geht es bei der Ausbildung um die Beantwortung von Fragen wie „Warum mache ich das?“, „Wie gehe ich mit dem Thema um?“, „Wie erkennt man einen Sterbeprozess?“, „Wie gehe ich mit Demenz um?“, „Wie spreche ich den Patienten an?“. Darüber hinaus geht es um spirituelle Fragen. Als Referenten stehen uns Seelsorger zur Verfügung. Eine besondere Rolle spielt dabei natürlich das Thema „Trauerarbeit“. Während unserer Ausbildung finden auch Exkursionen statt, zum Beispiel die Besichtigung eines Krematoriums oder eines Friedwalds. Darüber hinaus stehen Unterrichtseinheiten zu Themen wie „Bestattung“ oder „Bestattungsrecht“ auf dem Programm.

??? Gibt es einen Wunsch, den Sie zum Abschluss noch äußern möchten?

Marita Hubmann: Wir wünschen uns auch in Zukunft, dass es Menschen gibt, die den Mut aufbringen, bis zum Schluss zu bleiben und für andere da zu sein. **Marion Holz:** Und den Betroffenen und deren Angehörigen wünschen wir den Mut, sich bei uns zu melden und unsere Unterstützung in Anspruch zu nehmen. |pac

Sich öffnen ins Leben

Doppeljubiläum im Zeichen der Sterbebegleitung

VON MARKUS PACHER

Neustadt. Zwanzig Jahre Ambulantes Hospiz und fünf Jahre Palliativzentrum - im Rahmen eines kleinen Festakts wurde am letzten Donnerstag das Doppeljubiläum der segenreichen Neustadter Einrichtung gefeiert.

„Hospizarbeit gab es schon vorher. Sie ist aus der Bürgerschaft entstanden. Vor allem in Haßloch und Deidesheim gab es Leute, die sich berufen fühlten, Sterbende zu begleiten“, berichtet Leiterin Kerrin Klatt über die Anfänge der Hospizarbeit im Raum Neustadt. „Die Frage, wie wir die ehrenamtlich tätigen Bürgerinnen und Bürger unterstützen können, stand bei der Gründung des Ambulanten Hospizes von Anfang an im Mittelpunkt unserer Überlegungen“, erinnert sich Kerrin Klatt. Im Jahre 2000 begann schließlich die Zusammenarbeit zwischen Ehrenamtlichen und Hospizschwestern, 2003 erfolgte die Kooperation mit der Marienhaus GmbH. 2015 kam das Palliativzentrum hinzu. Träger sind die Marienhaus Kliniken GmbH und der Caritasverband.

„Der Zusammenschluss beider Einrichtungen ermöglicht uns eine bestmögliche Betreuung von Sterbenden, darunter befinden sich viele Krebskranke oder Leute, die sich intensiv mit dem Thema beschäftigen“, erzählt Kerrin Klatt. Momentan engagieren sich 42 Ehrenamtliche, darüber hinaus verfügt die Einrichtung über zehn ausgebildete Teilzeit-Pflegekräfte, eine Sozialpädagogin, zwei feste Ärzte und zusätzlich drei Ärzte für Bereitschaftsdienste. Mit der Gründung des Palliativzentrums kann ein 24-Stunden-Bereitschaftsdienst unter ärztlicher Aufsicht ermöglicht werden.

Voraussetzung für eine sogenannte SAPV (spezialisierte ambulante Palliativversorgung) ist eine entsprechende Verordnung durch den Arzt. Die Kosten übernimmt die Krankenkasse. Ziel ist es, die Lebensqualität und die Selbstbestimmung von Palliativpatienten so weit wie möglich zu erhalten, zu fördern und zu verbessern und ihnen ein men-

schenswertes Leben bis zum Tod in ihrer gewohnten Umgebung zu ermöglichen. „Wenn sich die Situation für den Betroffenen stabilisieren sollte, kann wieder das Ambulante Hospiz die Betreuung übernehmen“, berichtet Kerrin Klatt über eine ganz auf die individuelle Situation abgestimmte Sterbebegleitung. „Wir sind 24 Stunden am Tag erreichbar - das gibt den Menschen sehr viel Sicherheit“, weiß Kerrin Klatt. „Die Kombination von Ambulante Hospiz und Palliativzentrum bringt uns große Vorteile. Wir können uns gegenseitig austauschen und überlegen, wo eine Betreuung erforderlich ist, ob diese von unseren Pflegekräften oder vom Ehrenamt übernommen wird, ob ein Arzt benötigt wird etc.“, erklärt Karin Leidner, die seit zehn Jahren mit Kerrin Klatt zum Kernteam gehört und unter anderem Vorträge hält und Ehrenamtliche ausbildet, wie überhaupt jeder im Team seine Spezialaufgabe hat und das Thema „Hierarchie“ offensichtlich keine Rolle zu spielen scheint. Vor allem ist man froh darüber, dass trotz der steten Vergrößerung in den letzten beiden Jahrzehnten immer noch ausreichend Zeit für die Patienten bleibt, wie Kerrin Klatt betont. Dennoch konnten einige Träume

bisher leider noch nicht verwirklicht werden. Eine größere Räumlichkeit für Begegnungen mit Ehrenamtlichen, interessierten Bürgern und dem Team wünscht sich Kerrin Klatt. Das Angebot komplett machen würde schließlich ein stationäres Hospiz für jene Fälle, wo Menschen nicht mehr im eigenen Heim betreut werden können. Der Bedarf an einer solchen Einrichtung sei gestiegen, ist sich Katrin Leidner sicher, da

immer mehr Menschen alleine leben und der Zusammenhalt der Generationen nicht mehr so gut funktioniere wie früher. Fragt man Kerrin Klatt nach dem bewegendsten Moment im Verlauf ihrer Berufsjahre, erzählt sie uns die Geschichte von einem gestandenen 70-Jährigen, der in liebevoller Aufopferung seine hochbetagte Mutter pflegte. Als es ihm selbst immer schlechter ging und er spürte, wie seine

Kräfte nachließen, bat er unter Tränen das Ambulante Hospiz um Hilfe. Dieses stellte ein Team von drei ehrenamtlichen Helfern zusammen, die abwechselnd die Nachtwache übernahmen und somit dem Sohn zu seinem wohlverdienten Schlaf verhelfen. Letzterer konnte es kaum begreifen, dass es Menschen gibt, die sich in dieser selbstlosen Weise ehrenamtlich zum Wohle ihrer Mitbürger engagieren. |pac



Viele Ehrenamtliche unterstützen das Team des Ambulanten Hospizes und Palliativzentrums Neustadt. FOTO: PACHER

Zeit für Entspannung.

Einatmen. Ausatmen.

Wellness, Beauty & Massage







SOLEMIO
SALZGROTTE WALDSEE

Unter dem Motto EINATMEN.AUSATMEN dürfen Sie in der aus Himalaya-Salz angelegten Salzgrotte entspannen. Bei regelmäßigen Besuchen sorgt die salzhaltige Luft für eine Säuberung der Atemwege und eine Regeneration des Mineralstoffhaushaltes. Ruhe und Entspannung bei angenehmen 23 Grad!

- Ultraschall-Trockenverneblung mit Mineralien und Salze
- 76qm und 16 Relaxliegen
- 2 Gradierwerke

www.salzgrotte-waldsee.de



SOLEMIO
WELLNESS & BEAUTY

- Massagen schaffen Wohlbefinden und können Verspannungen lösen
- Nährende Kosmetikbehandlung abgestimmt auf Ihr Hautbild
- Dauerhafte Haarentfernung durch SHR-Laser auch für Menschen mit hellem Haar oder dunklem Hautton

www.solemio-beauty.de

SoleMIO Salzgrotte & Wellness & Kosmetik
Schillerstr. 5 • 67165 Waldsee • Tel. 06236-5099360

Den Körper wieder spüren

Sport mit und nach einer Krebserkrankung ist ein wichtiger Teil der Therapie



Sport nach Krebs hat viele Gesichter

FOTOS (3): SCHWITALLA



Sport nach Krebs gibt es für jede Alter und unabhängig vom Geschlecht

VON HEIKE SCHWITALLA

Sport. Ein wichtiges Thema während und nach einer Krebserkrankung ist die sportliche Betätigung. Die Wirkung von Sport bei Krebserkrankungen wird seit vielen Jahren in klinischen Studien untersucht.

Und Experten sind sich einig: Während und nach einer Krebserkrankung können Sport und Bewegung zur Verbesserung der körperlichen und psychischen Verfassung beitragen.

Es hat sich gezeigt, dass körperliche Aktivität messbar die Nebenwirkungen einer Chemo- oder antihormonellen Therapie reduzieren kann. Sport und Bewegung stärken die allgemeine Gesundheit, vermitteln den Patienten wieder ein Gefühl und Zutrauen für den eigenen Körper – insgesamt wird die Lebensqualität durch Sport immens verbessert. Mäßiger Ausdauersport verbessert zudem die Aktivität des Abwehrsystems. Das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit werden positiv beeinflusst. Außer-

dem kann ein Gedankenaustausch mit Gleichgesinnten in der Sportgruppe ebenfalls bei der Krankheitsbewältigung helfen. Körperliche Aktivität hat aber auch direkt Einfluss auf die Entstehung von Krebs, den Verlauf einer Krebserkrankung und das Rückfallrisiko. Sie leistet somit sowohl in der Primär-, Sekundär- und auch Tertiärprävention ihren Beitrag zur Vorbeugung von Krebs.

Zahlreiche Sportvereine in Baden und der Pfalz bieten deshalb Sportgruppen und -Angebote für Menschen, die von einer Krebserkrankung betroffen sind. Einige Vereine haben Kurse maßgeschneidert auch bestimmte Erkrankungen – etwa Prostata- oder Brustkrebs, andere Vereine integrieren Patienten – je nach Schwere ihrer Erkrankung und individuell nach ihren Leistungsfähigkeiten – in andere Sportgruppen. Auch der SSC Karlsruhe arbeitet nach diesem Prinzip. „Da Krebs wirklich alle Altersgruppen betreffen kann und die Krankheit so viele Gesichter hat, bieten wir „Krebssport“ im eigentlichen Sinne gar nicht an“, sagt Martina

Scholl, Sportwissenschaftlerin, Sporttherapeutin und Abteilungsleiterin für Reha- und Gesundheitssport beim SSC Karlsruhe. „Wenn sich jemand mit einer Krebserkrankung bei uns meldet, sprechen wir mit der Person und finden ganz individuell ein Angebot für ihn“, ergänzt sie. So könnte etwa ein Lungenkrebspatient in der Lungensportgruppe landen, jemand, der etwas gegen seine Narbenschmerzen tun möchte in einem Gymnastikangebot oder ein Patient, der unter dem Fatigue-Syndrom – einem chronischen Ermüdungszustand, der häufig nach Chemotherapien und ähnlichen Behandlungen auftreten kann – fühlt sich in einer Ausdauergruppe oder in einem Entspannungsangebot besonders wohl.

Der Verein habe über die Jahre nur gute Erfahrungen mit dieser Vorgehensweise gemacht, denn selbst bei den Patienten einer Krebsart gebe es zum Teil einfach so große Unterschiede, dass es wenig Sinn mache, sie in einer gemeinsamen Sportgruppe zu schicken. „Nehmen wir mal Brustkrebs als Beispiel“, sagt Scholl.

„Da habe ich eine 75-Jährige mit künstlichem Hüftgelenk – sie eindeutig in unserer Sitzgymnastik besser aufgehoben ist und eine aktive 45-Jährige, die vor ihrer Erkrankung schon viel Sport gemacht hat, und nun einfach wieder so „normal“ als möglich ins Leben zurückkehren möchte, die beiden Personen können dich nicht zusammen Sport machen, das gibt immer eine inhomogene Gruppe, ein Teilnehmer wäre immer unglücklich, über- oder unterfordert, das kann als Sportverein unser Ansatz nicht sein.“ Aber natürlich gibt es auch Sportvereine, die auf genau dieses Konzept setzen – und auch das sei völlig in Ordnung, betont Scholl. Denn manche Menschen suchen nach einer Erkrankung ganz bewusst den Kontakt zu

anderen Betroffenen und schätzen den Austausch in einer Krebs-Sportgruppe. Der Verein für Reha- und Bewegungssport in Rheinzabern etwa hat maßgeschneiderte Reha-Gymnastikgruppen eigens für Krebspatienten, in der Region Karlsruhe findet man diese Gruppen unter anderem beim TSV Bualach oder bei der TG Aue.

Info

Wer nach oder während einer Krebserkrankung wieder Sport machen möchte und im eigenen Sportverein keinen Ansprechpartner findet, der kann sich im Internet über die Angebote informieren.

In Rheinland-Pfalz bietet sich die Seite www.bsv-rlp.de/reha-suche des Behinderten- und Rehabilitationssportverbandes Rheinland-Pfalz an.



Qi Gong ist auch eine Möglichkeit, den Körper zu spüren

FOTO: MICHAELRAAB/PIXABAY.COM

Warum an einem „Krebszentrum“ behandeln (lassen)?



Mit der Diagnose Krebs ändert sich alles für die Patientin – und in ihrem Umfeld. In der Familie wachsen Sorgen und Ungewissheit. Im Bereich der Unterleibskrebserkrankungen (Genitalkrebs) muss die Patientin zudem um ihre Weiblichkeit bangen. In dieser Situation ist es schwer als Betroffene, manchmal auch als betreuender Frauenarzt, die „richtige“ Adresse für die weitere Behandlung, welche meistens eine Operation bedeutet, zu wissen. Um hier Abhilfe zu schaffen, hat die Deutsche Krebsgesellschaft (DKG) mit Unterstützung eines unabhängigen Instituts (onko-zert) fachliche Anforderungen erstellt, die die höchste Qualität in der Versorgung von Krebserkrankten gewährleisten.

Neben der fachlichen Expertise des gesamten Personals wird eine interdisziplinäre (fachübergreifende) Zusammenarbeit verlangt und alle Behandlungsschritte

sind definiert sowie klar und verbindlich unter Berücksichtigung der individuellen Lebenssituation der Betroffenen. Dazu gehört neben der Mindestfallzahl an behandelten Patientinnen (Ärzte können nur dort wirklich gut sein, wo sie häufig tätig sind) auch genauso die psychologische Betreuung der Betroffenen und Angehörigen. Diese „vernetzte Kompetenz“, größtenteils unter einem Dach, macht eine professionelle und patientinnengerechte Betreuung möglich. Es werden also Qualität und Patientinnenzufriedenheit sowie auch die Zufriedenheit ihrer Frauenärztin (auch Fragebögen sind unter anderem Teil der Qualitätsmessung an Zentren) von unabhängigen Auditoren beurteilt. Und dies jährlich mit den höchst möglichen Anforderungen innerhalb der Republik.

Kann man also Qualität und Behandlungserfolge messen? Ja, es gibt eindeutige Zahlen, die zeigen, dass Behandlungen in einem von der DKG zertifizierten Krebszentrum bessere Erfolge verzeichnen. Das verwundert auch nicht: es müssen ausreichend viele Patientinnen behandelt werden, die Fachexpertise muss sehr hoch sein, neueste Therapiemöglichkeiten inklusive Studien für neue Therapieansätze müssen angeboten werden etc. Und: alle Therapieentscheidungen müssen von vielen an der Behandlung der Patientinnen beteiligten Experten (Onkologen, Interni-

sten, Strahlentherapeuten, Gynäkologen, Chirurgen) im Rahmen der Tumorkonferenzen festgelegt werden. Einstimmig. Und um hier auch die höchste Qualität zu bieten, müssen diese Experten Schwerpunkte in der Onkologie (Betreuung von Krebspatienten) vorweisen und regelmäßig an Fort- und Weiterbildungen teilnehmen.

Die Betreuung der Betroffenen und deren Angehörigen hier am Diakonissenkrankenhaus Mannheim konnte in den vergangenen Jahren durch unser Genitalkrebszentrum, sowie durch das Brustkrebzentrum, auf medizinisch höchstem Niveau stattfinden. Das Diakonissenkrankenhaus Mannheim steht darüber hinaus auch für eine dem Menschen zugewendete Medizin. Wir sehen Sie als Partner in der Therapie nicht „nur“ als Patientin. Besuchen Sie uns gerne und machen Sie sich ein Bild.



Diakonissenkrankenhaus Mannheim

Fachbereich Gynäkologie und Geburtshilfe • Speyerer Straße 91-93 • 68163 Mannheim
Telefon 0621 8102-3101 • Fax 0621 8102-3110

Hilfe, Information und Qualifikation

Verband Frauenselbsthilfe Krebs FHS unterstützt Ortsgruppen und bietet Informationen

Selbsthilfe. Der Austausch mit Menschen, die sich in einer ähnlichen Lebenssituation befinden, kann sehr hilfreich sein, um einen guten Umgang mit der eigenen Erkrankung zu finden.

Qualifizierungsprogramm

Mit den stetig wachsenden gesundheits- und gesellschaftspolitischen Anforderungen an Selbsthilfeorganisationen wandeln sich auch die Erwartungen an die Inhalte, Struktur und Qualität einer zeitgemäßen und effizienten Beratung. Im Jahr 2004 hat der Bundesverband der Frauenselbsthilfe Krebs (FSH) mit Unterstützung des „Institutes für gesundheits- und sozialwissenschaftliche Forschung und Beratung Freiburg“ (IFB) ein Qualifizierungs- und Kompetenzkonzept für unsere Mitglie-



Die Frauenselbsthilfe Krebs ist bunt: Handarbeit mit FSH-Schriftzug

FOTO: PRIVAT

der erarbeitet, das seither ständig überprüft und an die aktuellen Erfordernisse angepasst wird. Es vermittelt den Gruppenleitungsteams das notwendige Wissen, um Menschen mit einer Krebserkrankung zeitgemäß, qualifiziert und entsprechend den Erfordernissen unseres Gesundheitssystems beraten und begleiten zu können.

Die Teilnahme an diesem Qualifizierungs- und Kompetenzprogramm ist für die Mitglieder unseres Verbandes erforderlich. Es stärkt sie nicht nur in Hinblick auf ihre ehrenamtliche Tätigkeit, sondern auch mit Blick auf ihre persönliche Entwicklung. Die Qualität ihrer Arbeit stellt die FHS außerdem durch ständige Fortbildungen auf Landes- und Bundestagungen sicher.

Soziale Informationen

Um Neuerkrankten einen

schnellen Überblick zu wichtigen Themen zu geben, bietet die FSH eine Broschüre „Soziale Informationen“ zum Download an. Darin ist Wissenswertes und Nützliches aus Gesetzestexten, Richtlinien und Verordnungen zusammengefasst, beispielsweise zu Themen wie der Beantragung eines Schwerbehindertenausweises, Patientenrechte, die Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung für Menschen mit Krebs oder zum Thema Rehabilitation. Die Broschüre wird jährlich aktualisiert.

Krebs-App

Wer die Diagnose Krebs erhält, der hat meist tausende von Fragen. Im Internet findet man sehr viele Informationen zum Thema. Doch gerade durch diese Fülle ist es schwierig, sich zurechtzufinden. Auf welche Informationen kann man vertrauen? Die FSH hat eine App fürs Smart-

phone entwickelt, die dabei hilft, sich im Dschungel der Angebote zu orientieren - auch unterwegs. Dort findet man schnell und übersichtlich qualitätsgesicherte Informationen rund um das Thema Krebs oder relevante Ansprechpartner.

Magazin „perspektive“

Die „perspektive“ ist das unabhängige und werbefreie Magazin der FSH für Menschen mit einer Krebserkrankung. In der aktuellen Ausgabe gibt es unter anderem die Schwerpunktthemen „Jeder Jeck ist anders - Für den Umgang mit einer Krebserkrankung gibt es kein Patentrezept“ und „Nebenwirkungen einer Chemotherapie: Was hilft bei Übelkeit und Erbrechen oder Polyneuropathie“. Die vier jährlichen Ausgaben der „perspektive“ können entweder online gelesen oder kostenfrei bestellt werden. |rk/ps

ANZEIGE

ANZEIGE

Herausragende Versorgungsqualität

Klinikum der Stadt Ludwigshafen ist Spezialist für Tumore in Bauch- und Brustraum

Ludwigshafen. Krebserkrankungen sind so vielfältig wie die Menschen selbst, die davon betroffen sind. Umso wichtiger, dass sich Patienten in der Versorgung onkologischer Erkrankungen auf ein Team aus Experten mit hohem Erfahrungsschatz verlassen können. Das Klinikum Ludwigshafen bietet eine in der Region einmalige Versorgungsqualität für Menschen mit Tumoren in der Bauch- und Brustregion an. Hand in Hand arbeiten Experten unter einem Dach und stellen eine Behandlung nach höchsten Anforderungen sicher.



Prof. Dr. Stefan Willis im Gespräch mit seinen Kollegen

FOTO: PS

Prof. Dr. Stefan Willis ist Leiter des Kompetenzzentrums für Thoraxchirurgie sowie gemeinsam mit Prof. Dr. Ralf Jakobs Leiter des Viszeralonkologischen Zentrums. Beide Zentren sind nach den strengen Richtlinien der Deutschen Gesellschaft für Thoraxchirurgie beziehungsweise der Deutschen Krebsgesellschaft zertifiziert.

Bundesweit ist die Thoraxchi-

urgie in Ludwigshafen eines von nur 14 zertifizierten Kompetenzzentren dieser Art und somit Ansprechpartner Nummer 1 für Patienten mit Lungentumoren. Wegen der großen Erfahrung in der Behandlung von Patienten mit Tumoren der Bauchorgane wurde dem Darmkrebs- und Bauchspeicheldrüsenkrebszentrum am Klinikum bereits 2016 die Zusatz-

qualifikation als Viszeralonkologisches Zentrum mit Anerkennung des Behandlungsschwerpunktes für Magenkrebs verliehen. Diese gebündelte Expertise und herausragende Qualität ist in

KliLu
Wir leben Medizin.

der Region einmalig.

Neueste, patientenschonende Eingriffe sind am Klinikum dank moderner Operationssälen und -ausstattung Standard. Zahlreiche Eingriffe an Lunge, Darm, Magen oder Bauchspeicheldrüse können mittlerweile minimal invasiv durchgeführt werden (sogenannte Schlüsselloch- und Laser-Chirurgie). Auch der Ope-

rationsroboter DaVinciXi kommt zum Einsatz. Neben hochmodernen Operationstechniken steht den Patienten bei Bedarf das gesamte Spektrum modernster Chemotherapien und Immunmedikation zur Verfügung. „Wir legen großen Wert auf individuelle Behandlungen und stimmen jeden Therapieansatz gemeinsam mit dem Patienten und den Behandlungspartnern ab“.

Die Anforderungen, die an eine Klinik vor einer positiven Zertifizierung gestellt werden, sind hoch: Nur wer eine große Anzahl an komplexen Operationen vorweisen kann und zudem eine niedrige Komplikationsrate dokumentieren kann, hat Aussicht auf Zertifizierung. Darüber hinaus spielen eine überdurchschnittliche Ergebnisqualität und das Thema Patientensicherheit eine große Rolle im Zertifizierungsverfahren. „Wer bei uns behandelt wird, darf sich auf höchste Prozess- und Ergebnisqualität verlassen. Unsere Patienten profitieren enorm von unserer jahrelangen, umfangreichen Expertise“, so Prof. Willis. |ps