

Perspekti>en 2017

Jahresmagazin der Krebsgesellschaft NRW



Krebs im Netz

> *Hinterfragt: Facebook,
Blogs & Dr. Google*

> *Was hilft weiter?
Seiten & Apps*

> *Netzwelt der
Krebsgesellschaft NRW*

> *Krebsprävention
im YouTube-Style*

Neue Broschüren:
jetzt bestellen!

 Krebsgesellschaft
Nordrhein-Westfalen e.V.

Wieder mit im Boot?



Dabei sein
als Ruderteam,
Sponsor oder
Aktionspate

Düsseldorf am Ruder

Samstag, 2. September 2017

Düsseldorf am
Ruder 
für Menschen mit Krebs

Mehr Informationen unter
www.duesseldorf-am-ruder.de

Inhalt

Vorwort: Prof. Dr. med. Ullrich Graeven

Titelthema: Krebs im Netz

Krebs im Netz: Gefangen oder getragen?	06
Gute Informationen im Netz finden	08
Bloggen über Krebs!	09
Kann eine Suchmaschine Krebs erkennen?	11
Interview mit Dr. J. Selbach: Dr. Google und der gelernte Patient	12
Krebs-Apps: Es gibt nicht viele, sie werden kaum genutzt	14
Selbsthilfe im Netz	16

Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e.V. (Projekte & Aktionen)

Interview mit Prof. Dr. Ullrich Graeven: Krebsgesellschaft NRW - Wo geht es hin?	18
Netzwerk der Krebsgesellschaft NRW	20
Hautkrebsprävention im YouTube-Style	22
Engagement für gesunde Mitarbeiterschaft	24
Qualitätsverbund Krebsberatung NRW	26
Neues Beratungsangebot für Paare bei Krebs	28
Acht Jahre Krebsberatung Düsseldorf	29
Benefiz-Regatta: Düsseldorf am Ruder III.	30
Poster-Aktion schafft Bekanntheit: Fragen an Reinhard Baumann	32
Broschüren der Krebsgesellschaft NRW: Neuzugänge und Highlights	34
Mitgliederversammlung und Vorstand	36

KrebsStiftung Nordrhein-Westfalen

Benefiz-Auktion: Kunst gegen Krebs	38
------------------------------------	----

Aktuelles & Wissenswertes

Tipps: Bücher, Broschüren & Digitales	39
Dosenpate werden!	41
Impressum	42



Krebsgesellschaft
Nordrhein-Westfalen e.V.



für
uns
Menschen
in
NRW

Information, Beratung, Expertise, Netzwerk

Die Krebsgesellschaft NRW gibt Hilfe zum Leben: Menschen, die an Krebs erkrankt sind, und ihre Angehörigen erhalten verlässliche Auskunft und Orientierung.

Kontakt: Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e.V.
Volmerswerther Straße 20, 40221 Düsseldorf, Tel. 02 11 / 15 76 09 90

www.krebsgesellschaft-nrw.de

Spendenkonto: Krebsgesellschaft NRW / Stadtparkasse Düsseldorf IBAN DE63 3005 0110 0010 1514 88

Verwendungszweck: Gegen Krebs in NRW



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wir leben in äußerst spannenden Zeiten und genau genommen in zwei Welten: einer analogen und einer digitalen. Das Internet ist nicht mehr wegzudenken. Beruflich wie privat sind wir es gewöhnt, schnell an Informationen zu kommen, online einzukaufen oder zu kommunizieren, jederzeit und überall. Das ist eine große Errungenschaft mit schier unbegrenzten Möglichkeiten, aber nicht ohne Risiken und Nebenwirkungen. Gerade bei sensiblen Themen kann die große Freiheit des Netzes Verunsicherung, Schutzlosigkeit und Diffamierung mit sich bringen.

In der diesjährigen Ausgabe der *Perspektiven* haben wir uns daher für das Thema „Krebs im Netz“ entschieden und es von verschiedenen Seiten beleuchtet. Dabei haben wir uns die Fragen gestellt: Was bietet das Netz, was suchen die Menschen und warum geben Betroffene so viel von sich preis? Die Zahl der Krebs-Blogs hat in den letzten Jahren enorm zugenommen. Menschen geben schonungslose Einblicke in ihr Leben mit Krebs. Was ist ihre Motivation? Was macht sie stark?

Auch die Krebsgesellschaft NRW ist im Netz sehr aktiv. Auf den Seiten 20/21 ist die Fülle an digitalen Aktivitäten zu sehen. Es ist für sich eine eigene Welt mit einer Vielfalt von Themen und Bildern.

Natürlich berichten wir in dieser Ausgabe auch aus dem analogen Leben: Viele Aktivitäten stehen in diesem Jahr an, Bündnisse und neue Kooperationen formieren sich. Das Bündnis Krebsprävention steht bereits in den Startlöchern mit dem Ziel, geeignete Konzepte für die Umsetzung des Präventionsgesetzes zu erarbeiten.

Im Spätsommer wird es dann richtig sportlich. Düsseldorf greift erneut zum Ruder, um zu zeigen, wie sehr der Sport verbindet und das Thema Krebs in das Leben und die Gesellschaft holt.

Wir hoffen, Sie sind dabei! In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine spannende Lektüre.

Professor Dr. med. Ullrich Graeven
Vorsitzender des Vorstandes
Krebsgesellschaft NRW

Krebs im Netz: Gefangen oder getragen?

Ich gebe den Suchbegriff *Krebs* in die Suchmaschine ein und bekomme 29.800.000 Ergebnisse. Darunter sind neutrale, seriöse, wissenschaftliche, emotionale und auch katastrophale Seiten. Im Internet gibt es alles! Für diejenigen, die genau wissen, was sie suchen, sich auskennen, ist das kein Problem. Aber was ist, wenn nicht? Dann kann das Internet wahrlich zu einem Netz werden, in dem man sich eher verfängt, als dass es trägt.

Das Netz ist die ultimative Information! Doch was bringt die Datenflut bei Krebs? Wenn ich etwas über ein bestimmtes Krankheitsbild wissen möchte oder mehr noch, wenn ich mich mit sehr persönlichen Erfahrungen selbst zu Wort melden will?

Dr. Google ist 24 Stunden für mich da!

Auch der beste Arzt muss mal schlafen, Dr. Google nicht. Egal wann oder wo, ich kann auf dem Smartphone nachschauen und mir sofort Informationen beschaffen. Ob das sinnvoll ist, hängt sehr stark von der Situation ab, in der ich mich befinde. Eine klassische Situation ist kurz nach dem Erhalt der Diagnose. Ich werde mit etwas konfrontiert und möchte sofort alles darüber wissen. Eine Reaktion, die vor allem für die „Generation-Facebook“, also die 25- bis 45-Jährigen, recht normal ist. Nur ist Krebs kein Kochrezept oder eine Bauanleitung, die ich einfach mal nachschlage. Die Krankheit ist hochkomplex, die Behandlungsmöglichkeiten vielfältig und jeder Krankheitsverlauf anders. Es ist hoch wahrscheinlich, dass die ersten Internetrecherchen eher verunsichern und Angst machen. Auch wenn es schwer fällt, ist es daher empfehlenswert, die Suchmaschine anfangs ruhen zu lassen. Die Informationen, die der Arzt im Diagnose-Gespräch gegeben hat, müssen erst durch den Schock hindurchdringen. Dann kommen die Fragen. Ein guter Weg ist es, alle Fragen und Sorgen aufzuschreiben und beim nächsten Arzttermin Auge in Auge zu besprechen.

Das Netz schafft kein Vertrauen

Die Gespräche mit dem behandelnden Arzt kann das Internet nicht ersetzen. Im Gegenteil, in vielen Fällen erschwert es die Kommunikation. Mal abgesehen von der fachlichen Qualifikation und der analogen Echtzeit-Anwesenheit des Arztes, hat das Gespräch einen entscheidenden Vorteil: Es ist persönlich. Es geht um die individuelle Situation, die

nächsten Schritte und um Vertrauen. Denn dies wirkt sich sehr entscheidend auf den Therapieverlauf aus. Für den Betroffenen gilt: keine Scheu und alles fragen. Wird von ärztlicher Seite etwas nur knapp oder unverständlich erklärt, immer nachfragen. Auch kann es hilfreich sein, eine Begleitperson mit in das Gespräch nehmen, denn die eigene Betroffenheit erschwert die Aufnahme der Fülle an Informationen. Gelungene Gespräche schaffen eine solide Basis. Menschen, die sich gut aufgehoben fühlen, finden sich besser mit ihrer Krankheit im Alltag zurecht. Erst wenn eine stabile Phase mit den wichtigsten Informationen erreicht ist, können weitere Internetrecherchen hilfreich sein.

Es gibt sie, die guten Seiten!

Wenn es um die sachliche Information rund um Krebs geht, gibt es durchaus viele gute Seiten. Auch gibt es ein paar Merkmale anhand derer sich seriöse und weniger seriöse Seitenbetreiber erkennen lassen. Auf Seite 8 sind Tipps für sicheres Surfen im Netz aufgeführt.

Was will ich vom Netz?

Diese Frage sollte vor dem ersten Klick klar sein. Welche Information möchte ich? Fakten zum Thema? Empfehlungen? Beratung? Oder suche ich den Austausch mit anderen, möchte sogar selbst etwas veröffentlichen. Das „Fakten-Nehmen“ gestaltet sich im Grunde einfach. Mit dem Wissen, wo es welche Information gibt, ist dies schnell erledigt (s. Seite 8). Wenn es aber um Beratung, beispielsweise zu Therapieentscheidungen, geht, wird es schwieriger. In kleinerem Umfang ist Beratung durchaus möglich, das zeigen Internetseiten wie www.frag-den-professor.de. Einfache Sachverhalte lassen sich hier klären. Bei Krebs mahnt aber erneut



die Komplexität zur Vorsicht. Beratung im Internet kann sich nur auf Basisinformationen beziehen. Hier sollte die Erwartung nicht allzu groß und Vorsicht geboten sein. Fundiert beraten können (bei medizinischen Fragen) nur fachlich qualifizierte Personen, die Einblick in alle Unterlagen rund um die Diagnose und Behandlung haben.

Absolute Offenheit oder Torheit?

Dank des Internets können wir mit der Welt kommunizieren. Jeder kann sich beteiligen. Vor nicht allzu langer Zeit waren Veröffentlichungen und Meinungsmache Hoheitsgebiet von Journalisten und Autoren. Das sind Menschen, die in ihrer Berufsausbildung gelernt haben, was sie mit ihren Veröffentlichungen auslösen können. Im Internet kann jeder Autor sein, ungefiltert. Gegen diese „neue“ Frei- und Offenheit ist nichts einzuwenden, wenn ein paar Regeln beachtet werden. Das gilt im Grunde für jegliche Kommunikation im Netz, wird aber noch brisanter wenn es um Krebs geht.

Krebs ist die Krankheit, die auch in aufgeklärten Zeiten eine Vielzahl von kommunikativen Pannen mit sich bringt. Allein die analoge Welt ist voll davon und im Netz sieht es nicht anders aus. Starke Emotionen überlagern allzu häufig die Fakten. Foren und Blogs über Krebs sind da keine Ausnahme. Natürlich gibt es hier auch gute Seiten. Sich gegenseitig zu helfen, Tipps auszutauschen und einander mit Erfahrungen zur Seite zu stehen, sind grundlegend gute Motive. Dennoch sollte bei der Nutzung daran gedacht werden, dass es sich um persönlich gefärbte Sachverhalte handelt. Diese können im individuellen Fall hilfreich sein, dürfen aber nicht verallgemeinert werden. Blogs - also virtuelle Tagebücher - sind dabei eine ganz besondere Art der „Netzkommunikation“. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Im Netz bin ich nackt!

Die grenzenlose Freiheit und Anonymität des Netzes birgt viele Gefahren. Datenschutz, Überwachung, Kontrolle, Hate Speech sind hier die Schlagworte. Was passiert mit den persönlichen Daten, wenn diese auf Facebook und Co. gelandet sind? Können die Daten irgendwie oder irgendwann gegen mich verwendet werden? Facebook und Twitter sind Privatunternehmen, die ihre eigenen Regeln formulieren, wenn man sie gewähren lässt. Darüber sollte sich jeder Nutzer bewusst sein. Der Wille dabei zu sein, sich mitzuteilen ist da oftmals stärker als die Wahrung sensibler Daten. Wer etwas über sich posten möchte, sollte sich vorher mit den Risiken, möglichen Folgen und der eigenen Verantwortung auseinandersetzen.

Ein Votum für das Internet

Das Internet befindet sich im Wandel! Derzeit überwiegt das Gefühl von Datenunsicherheit und schlechtem Benehmen. Vieles wird akzeptiert, was in der analogen Welt undenkbar wäre. Auch sind Menschen, die gemeinsam an einem Tisch sitzen und auf ihre Handys starren, anstatt sich zu unterhalten, ein fragwürdiger Anblick! Und doch ist das Netz heute die einfachste, vielfältigste Art der Information und Kommunikation. Richtig genutzt, bietet es genau das, was im individuellen Fall gesucht wird. Und wenn es vielleicht auch „nur“ eine Telefonnummer zur richtigen Person ist, die mir hilft, mich nicht zu verfangen.

Dinah Oelschläger, Krebsgesellschaft NRW

Gute Informationen im Netz finden!

Wer im Internet nach Informationen rund um das Thema Krebs sucht, stößt auf unzählige Angebote. Darunter sind Organisationen, Fachgesellschaften, Kliniken, Studien, Unternehmen und auch Privatpersonen. Hier fällt die Orientierung nicht leicht.



Ein paar Fragen, die helfen Qualität zu erkennen:

- > Ist auf den ersten Klick zu erkennen, wer hinter dem Online-Angebot steht?
- > Gibt es ein Impressum und die Möglichkeit der Kontaktaufnahme?
- > Ist der Zweck des Internetangebots klar ersichtlich?
- > Werden Autoren und Quellen genannt?
- > Ist die Information aktuell (Datumsangabe)?
- > Sind die Informationen gemeinnützig oder kommerziell? Wird für etwas geworben? Wenn ja, ist die Information klar ersichtlich von der Werbung getrennt?
- > Hat die Internetseite Qualitätssiegel (z.B. afigs, HON)?

Als „Einstieg“ in die Netzwelt sind die Seiten großer Organisationen zu empfehlen:

Der Krebsinformationsdienst des Deutschen Krebsforschungszentrums ist bundesweiter Ansprechpartner für alle Fragen zum Thema Krebs. www.krebsinformationsdienst.de

Für Nordrhein-Westfalen bietet die Seite der Krebsgesellschaft NRW umfangreiche Informationen, regionale Adressen und Angebote. www.krebsgesellschaft-nrw.de

Die Deutsche Krebsgesellschaft e.V. bietet auf ihrer Seite Informationen für Fachleute und Patienten. www.krebsgesellschaft.de

Die Deutsche Krebshilfe verweist auf ihrem Internetportal auf ein breites Spektrum an Informationen. www.krebshilfe.de

Mit dem Krebswebweiser bietet das Tumorzentrum Freiburg-CCCF eine große Linksammlung zum Thema an. www.krebs-webweiser.de

Mit einem gemeinsamen Gesundheitsportal verweisen die Kassenärztliche Bundesvereinigung und die Bundesärztekammer auf eine große Auswahl an Gesundheitsthemen, darunter auch Informationen zu Krebserkrankungen. www.patienten-information.de

Neun Mitgliedsverbände der Krebsselfhilfe sind zu finden unter www.hausderkrebselfhilfe.de

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) bietet wissenschaftlich fundierte Informationen zu vielen Gesundheitsfragen. Nicht nur auf Krebs bezogen. www.gesundheitsinformation.de

Adressen zertifizierter Krebszentren sind unter www.oncomap.de und www.aekwl.de (Brustzentren NRW) zu finden.

Ambulante Krebsberatungsstellen in NRW sind auf der Homepage der Krebsgesellschaft NRW unter www.krebsgesellschaft-nrw.de zu finden.

Bei ergänzenden Fragen rund um den Befund helfen <http://befunddolmetscher.de> und die Internetseite <https://washabich.de> weiter.

Wissenschaftlich begleitete Erfahrungsberichte von Krebspatienten bietet ein Projekt der Universitäten Freiburg und Göttingen in Kooperation mit dem Institut für Public Health, Charité. www.krankheitserfahrungen.de

Achtung! Fakten oder Erfahrungen

Neben Informationsseiten gibt es eine Vielzahl von Foren und Blogs, die auf Erfahrungen basieren. Die hier gemachten Aussagen müssen nicht falsch sein, dennoch sind es sehr persönliche Erlebnisse. Jede Erkrankung (und damit auch die Behandlung) ist individuell.



Bloggen über Krebs

Krebs ist oft ein Tabu! Sich mitzuteilen fällt vielen Betroffenen schwer. Gegen dieses Schweigen geht ein Trend aus den USA vor: Weblogs (1) über Krebs. Mittlerweile gibt es auch hierzulande eine Vielzahl an Bloggerinnen und Bloggern, die sehr viel über sich und ihre Erkrankung preisgeben. Was ist ihre Motivation? Macht die öffentliche Präsenz im Netz angreifbarer oder stärker?

Katharine Erkelenz ist an Brustkrebs erkrankt. Sie hat mit ihrem Facebook-Blog „Krebscocktail“ begonnen, um über ihre Erlebnisse und über ihr anfängliches Informationsdefizit zu berichten. Ihr ist es wichtig, Informationen zu teilen und andere Frauen stark zu machen. Sie sagt, es gehe ihr nicht so sehr um Mitgefühl der Leser. „Das beste Mittel gegen Krebs ist Wissen. Ich bin davon überzeugt, dass der informierte Patient bessere Chancen in dem eh schon unfairen Kampf hat. Ich habe konkrete Wünsche an Ärzte und medizinisches Fachpersonal. Deshalb blogge ich.“ (2)

Information und Erinnerung

Andere Blogs wiederum zielen nicht so sehr auf die Weitergabe von Informationen ab. Hier geht es um Krankheitsverarbeitung, Dokumentation und Erinnerung. Der wohl bekannteste Krebsblogger war der Schriftsteller Wolfgang Herrndorf. Unter „Arbeit und Struktur“ berichtete Herrndorf seit der Diagnose Hirntumor im Jahr 2010 bis zu seinem Tod 2013 über seine Gedanken. Sein Blog war ursprünglich nicht öffentlich, ist aber inzwischen auch als Buch erschienen.

Status-Update Krebs

Das öffentliche Schreiben hat für viele Blogger eine seelische Funktion. Es geht ums „Sich-Frei-Schreiben“ und „Dranbleiben am Leben“. So schreibt die Berlinerin Janine Schmidt in ihrem Blog „fuck-off-henry“: „Man möchte sich mitteilen, sucht nach Gleichgesinnten, nach Bestätigung und möchte verstanden werden. Da ist ein

Status-Update oder ein Bild kurz nach der OP schnell mal hochgeladen.“ Dabei hinterfragt die Berlinerin ihre Online-Aktivitäten sehr bewusst. „Das Internet vergisst nie und hört ganz bestimmt nicht an der nächsten Zimmertür auf. Was passiert, wenn das analoge Leben einer Krebsdiagnose digital (aus-)gelebt wird? Wann hilft das Posten, Bloggen, Fotografieren und wann wird es hinderlich?“ Diese Fragen hat sie sich gestellt und entschieden, dass der Blog nicht nur bei der eigenen Krankheitsverarbeitung hilft, sondern bestenfalls auch anderen Betroffenen Mut machen kann. Bei Janine Schmidt wurde 2013 ein Non-Hodgkin Lymphom diagnostiziert. Ihr letzter Eintrag ist von Mai 2016, da war sie zwei Jahre ohne „Henry“, wie sie den Tumor im Blog nennt.

Sie schreibt: „Beinahe jeder von uns kommuniziert mit seinen Liebsten inzwischen via Smartphone, iPad oder Whatsapp.[...] Bequem, unkompliziert und vor allem schnell muss es gehen. [...]. Plattformen wie Facebook, Twitter, Pinterest oder Instagram gehören mittlerweile zum Alltag wie die Butter auf's Brot. Doch was geschieht, wenn die reale Welt sich plötzlich nicht mehr so aktiv, crazy, trendy und fancy darstellen lässt? Wenn hinter dem nächsten Hashtag plötzlich ‚fuckcancer‘ steht und das Wort Krebs in deinem Status-Beitrag auftaucht? Gerade dann ist der Austausch mit dem engsten Freundes- und Familienkreis enorm wichtig und die Erfindung von Social Networks ein wahrer Segen...oder doch nicht?“ (3)

(1) Wortkreuzung aus engl. Web und Log für Logbuch

(2) Zitat aus Appell: Krebsdiagnose - Ärzte mit Grenzen, www.doccheck.com, 07.12.2016

(3) Quelle: <http://fuck-off-henry.de>

Sterben mit Swag

Janine Schmidt schreibt über den Schrecken der Krankheit. Es ist nichts Verharmlosendes an ihrem Blog, aber es überwiegt das positive Gefühl. Das ist längst nicht immer so. Der Blog von Dimitrij Panov ist anders. Am 8. Oktober 2016 verabschiedet sich der 25-Jährige vom Leben. Er stirbt an den Folgen eines Hirntumors. Seine Posts - nicht nur sein letzter - treffen bis ins Mark. Die Gefühle, die seine Texte erzeugen sind extrem, voller Intensität, aber nicht gefühlsduselig. „Das Leben wird nicht mehr, schade drum, passiert. Zu Weinen darum sicherlich nicht meine Aufgabe, auch

Im Tutu um die Welt

Der Trend der amerikanischen Blogger ist eindeutig. Hier überwiegen Offenheit und WIR-Gefühl. Das verleiht Stärke. In Deutschland ist man da noch etwas zurückhaltender, aber auch längst nicht mehr schweigsam. Es wird genau beobachtet, was passiert und sogar konsumiert. Denn ein Krebs-Blog hat es sogar in einen Telekom-Werbespot geschafft. Zu sehen ist der amerikanische Fotograf Bob Carey in einem rosa Tutu. Als seine Frau Linda vor zehn Jahren an Brustkrebs erkrankte, begann er mit Selbstporträts, um sie aufzuheitern. Carey besuchte viele Orte und stell-



nicht mein Gebiet. Das überlass' ich dann den anderen, den zu den-Tränen-Fähigen. Nicht mir“, schreibt er am 4. September. (4)

Auch solche Posts können Mut machen, wenn auch auf etwas andere Weise, denn sie zeigen, da ist einer, der hat keine Angst vor dem Tod. Er spricht darüber und setzt sich über das gesellschaftliche Tabu hinweg.

te die Fotos ins Netz. Mit riesigem Erfolg. Inzwischen ist er dort eine Berühmtheit. Die Fotos im Tutu machen aufmerksam und dienen längst nicht mehr nur der Unterhaltung, sondern bringen Spendengelder ein. Die Carey Foundation unterstützt damit Frauen mit Brustkrebs. Ohne das Netz wäre eine solche Aktion niemals so bekannt geworden.

Krebs-Blogger - Das sind wir!

„Es gibt 'ne ganze Menge von uns! Wir bloggen uns den Krebs von der Seele. Bloggen um aufmerksam zu machen. Bloggen um aufzuklären. Bloggen um anderen Mut zu machen. Bloggen GEGEN den Krebs!“ Quelle: <https://www.facebook.com>

Krebs-Blogs im Netz (eine kleine Auswahl)

Marinas Blog
The Tutu Project
#FUCKOFFHENRY
Struktur und Arbeit
Krebstagebuch von Martin Gelmar
Der Krebsskillerblog
Annika vs Karl-Heinz

<http://www.hiddenfront.de>
<http://thetutuproject.com>
<http://fuck-off-henry.de/henry-who>
<http://www.wolfgang-herrndorf.de>
<https://www.krebs-tagebuch.de>
<https://www.krebsskillerin.net/blog>
<https://www.annika-vs-karl-heinz.de>

(4) Quelle: <http://sterbenmitswag.blogspot.de>

Google, Bing & Co: Kann eine Internet-Suchmaschine gefährlichen Krebs früherkennen?

Sag mir, wonach Du googelst - und ich sage Dir, ob Du an Bauchspeicheldrüsenkrebs erkrankt bist. Händeringend suchen Forscher nach einer Methode zur Früherkennung von Pankreaskarzinomen. Offenbar kann das Internet dabei helfen.

Drei von vier Patienten mit einem Pankreaskarzinom, die nicht operiert werden können, sterben binnen eines Jahres. Nur sieben von 100 Frauen und acht von 100 Männern, die an Krebs der Bauchspeicheldrüse erkranken, leben fünf Jahre nach der Diagnose noch.

Ein Grund für diese niederschmetternde Situation: Der Tumor ist zum Zeitpunkt der Diagnose meist nicht mehr lokal begrenzt. Die Beschwerden, die der Diagnose vorausgehen, sind in der Regel unspezifisch, der Tumor wächst rasch und metastasiert früh. Das macht es so schwer, die Erkrankung in einem Stadium mit noch guter Prognose zu erkennen.

Ein US-Forscher-Team um John Paparrizos von der Columbia University in New York hat nun einen unorthodoxen Weg zur möglichen Früherkennung von Pankreaskarzinomen gewählt. Die Frage, die sie sich vorlegten, lautete: Kann man anhand des Protokolls der Suchwörter, die jemand in eine Suchmaschine im Internet eingibt, spätere Pankreaskrebspatienten noch vor der Diagnose identifizieren? Unterstützung erhielten die Wissenschaftler von der Forschungsabteilung von Microsoft ([J Oncol Pract 2016, online 7. Juni](#)).

Fragen nach Symptomen analysiert

Laut den Ergebnissen von Paparrizos und Kollegen ist das möglich. Für ihre Machbarkeitsstudie haben sie zwei Gruppen definiert: Zum einen die Gruppe der Positiven, die eine Pankreaskrebsdiagnose erhalten hatten. Diese Gruppe bestand aus (anonymen) Menschen, die in der Suchmaschine Bing gezielt nach dem Begriff „Bauchspeicheldrüsenkrebs“ oder einem Synonym gesucht hatten und zudem erkennen ließen, dass sie eine entsprechende Diagnose erhalten hatten (etwa indem sie dies explizit in der Suchanfrage formulierten).

Die Gruppe der Negativen bestand aus Menschen, die nach Symptomen von Pankreaskrebs gesucht hatten - mit Begriffen wie „gelbe Augen“, „dunkler Urin“, „fettiger Stuhl“, „Verdauungsstörung“, „Bauchschmerzen“, „Gewichtsverlust“ und vielen anderen. Diese hatten aber nie konkret Auskunft über Pankreaskrebs selbst haben wollen. Positive und Negative zusammen bildeten die untersuchte Gesamtheit von Personen, bei denen es sinnvoll wäre, anhand einer passenden Suchhistorie nach Krebspatienten Ausschau zu halten.

Obwohl die Suche in Bing anonymisiert verläuft, lässt sich doch für jede Anfrage das Protokoll der vorhergehenden Suchbegriffe auffinden. Das geschah mit Blick auf die Gruppe der Positiven. Ein lernender Algorithmus filterte die Suchhistorie nach Begriffsmustern, die eine künftige Diagnose von Pankreaskrebs wahrscheinlich machen.

Diese Muster wurden schließlich an der Gesamtheit getestet. Wegen der geringen Prävalenz der Erkrankung kam es den Forschern um Paparrizos darauf an, die Muster so zu gestalten, dass es zu möglichst wenigen falsch-positiven Ergebnissen kam.

System zur Beobachtung

Mit Falsch-positiv-Raten zwischen 0,001 und 1 Prozent gelang es, anhand der Suchhistorie zwischen 5 und 30 Prozent der späteren Positiven ausfindig zu machen, und zwar etwa fünf Monate vor der tatsächlichen Diagnose.

Bei der niedrigsten Rate an falsch-positiven Ergebnissen würde nur einer von 100.000 aus der Gruppe der Negativen fälschlich als positiv diagnostiziert werden. Die Prävalenz eingerechnet hieße das: Von drei positiven Befunden wären zwei richtig und einer falsch.

Den Nutzen ihres Ansatzes sehen die Forscher nicht im aktiven Screening als vielmehr in der passiven Beobachtung. Die Analyse ihrer einschlägigen Suchprofile könnte dabei für Internetnutzer womöglich in dem Rat resultieren, bei den Symptomen einen Arzt aufzusuchen.

Quelle: Robert Bublak, *Ärzte Zeitung*, 18.07.2016



Interview mit Dr. Johannes Selbach Dr. Google und der gelernte Patient

Drei Viertel der Deutschen recherchieren Krankheiten im Internet, so lautete das Ergebnis einer forsa-Umfrage (1) im Auftrag der KKH Kaufmännischen Krankenkasse aus dem letzten Jahr. 73 Prozent der Deutschen haben im Internet schon einmal nach Informationen zu einer Krankheit beziehungsweise nach Symptomen, Verlauf oder Behandlungsmöglichkeiten gesucht.

Dr. med. Johannes Selbach

Facharzt für Innere Medizin,
Hämatologie und internistische
Onkologie

Seit 2014 tätig in der Gemein-
schaftspraxis MVZ Onkologie GmbH
Standort Duisburg-Nord

2003 bis 2014: Gemeinschaftspraxis
mit Dr. med. Jürgen Anhuf

1995: Niederlassung und Gründung
der onkologischen Schwerpunkt-
praxis Duisburg-Nord

Seit 2009 stellvertretender
Vorstandsvorsitzender der
Krebsgesellschaft NRW

Herr Dr. Selbach, Sie praktizieren seit 22 Jahren als niedergelassener Onkologe. Wie spüren Sie diesen Trend in Ihrem Praxisalltag?

Der Trend ist richtig da und zieht sich mittlerweile durch alle Altersklassen. Auch ältere Patienten nutzen das Internet mittlerweile viel intensiver als noch vor ein paar Jahren. Manchmal ist es aber auch nicht unbedingt der Patient, der vor mir sitzt, der Dr. Google konsultiert hat, sondern ein internetaffiner Bekannter, der vor dem Gespräch Tipps gegeben hat.

Kommen Patienten, die sich im Internet informiert haben, aufgeräumter zu Ihnen oder eher verunsicherter?

Es gibt Gespräche mit sehr gezielten Fragen. Da merke ich, da hat jemand umfassend recherchiert. Eine gute Basisinformation kann die Kommunikation dann durchaus erleichtern. Aber in den meisten Fällen werden die Gespräche eher schwieriger. Patienten, die mit einem Berg an Informationen kommen, sind eher verunsichert. Oft geht es um alternative Verfahren und Heilmittel, neue Therapiemethoden, aber auch um Verschwörungstheorien. Im Gespräch ist es dann meine Aufgabe, die Patienten dort abzuholen, wo sie stehen. Die vorhandene Information muss erst einmal sortiert werden. Das kostet zusätzliche Zeit, die im Praxisalltag eh schon begrenzt ist.

Berichten Ihre Patienten, welche Seiten sie nutzen?

In der Regel nicht. Im Gespräch fällt so nach und nach die Rede auf gewisse Inhalte, wo ich dann merke: hier sind alternative Quellen im Spiel. Da wir uns mitten im Informationszeitalter befinden, stellt sich die generelle Frage, wie gehen Menschen rational mit Informationen um - vor dem Hintergrund postfaktischer Inhalte oder alternativer Fakten? Die neutrale und sachkundige Beobachtung und Bewertung von Information war noch nie so wichtig wie heute. Ich denke, wir sollten daher die qualitativ guten Internetseiten verstärkt fördern. Vielleicht geht dies auf einfachen, eher altertümlichen Wegen. Ich könnte mir zum Beispiel vorstellen, dass ein Praxisflyer, der alle hilfreichen Internetseiten aufzeigt, funktioniert. Quasi ein Stück Papier als Lotse durch die digitale Welt. Vielleicht kann das die Krebsgesellschaft NRW in die Hand nehmen.

Eine weitere Studie (2) verweist auf die Top-50-Krankheitssuchbegriffe in Deutschland bei Google. Krebs erscheint hier nicht unter den ersten 10. Der Begriff Darmkrebs ist die Nr. 16. Deutet dies auf Zurückhaltung beim Thema Krebs?

Vielleicht ist es das. Aber es könnte auch an der Art der Recherchen zum Thema Krebs liegen. Da wird

(1) Das Meinungsforschungsinstitut forsa hatte vom 13. bis 16. September im Auftrag der KKH 1.015 Personen zwischen 18 und 70 Jahren repräsentativ befragt.

(2) Studie "Praxis Dr. Internet" des privaten Krankenversicherers Central Krankenversicherung verweist auf Suchanfragen der weltweit größten Suchmaschine Google im Zeitraum November 2013 bis Oktober 2014 zu 50 definierten Krankheitsbildern mehr als 41 Millionen Suchanfragen aus Deutschland. Auf Platz 16 (von 50) Darmkrebs mit 89.890 Suchanfragen im Monat, 33. Brustkrebs: 45.600, 38. Prostatakrebs: 32.340



dann nicht so sehr der Oberbegriff gegoogelt, sondern speziellere Begriffe, zum Beispiel neue Therapiemethoden oder Heilverfahren.

Was machen Sie, wenn Ihnen ein Patient einen Stapel an Internetrecherchen auf den Tisch legt?

Auf die Schnelle alles zu lesen ist natürlich unmöglich, wenig zielführend. Ich sage dann, bitte geben Sie mir das Wichtigste, damit ich mich orientieren kann und wir im Gespräch das Dringlichste besprechen können. Neben Sortieren und Priorisierung geht es ja auch um die richtige Dosierung. Zu welchem Zeitpunkt ist welche Information sinnvoll und bringt den Patienten weiter. Das ist sehr individuell. Ich erlebe nicht selten, dass Patienten nach dem Aufklärungsgespräch gar nicht mehr wissen, was besprochen wurde. Am Anfang sind es - mit oder ohne Internet - sehr viele Informationen, die über einen hereinbrechen. Kein Mensch ist gelernter Patient. In dieser Rolle muss man sich erst zurechtfinden - und das ist umso schwerer, wenn die Diagnose Krebs heißt. Ängste und Sorgen nehmen verständlicherweise großen Raum ein, da ist nicht immer Platz für jegliche Information. Das braucht auch immer etwas Zeit.

Kann das Internet auch Positives bewirken? Patienten selbstbewusster machen?

Ja, natürlich. Wenn man weiß, was man sucht und kritisch mit Recherchen umgeht. Das Internet kann auch das bestärken, was ich Patienten sage. Dort lässt sich zum Beispiel überprüfen, ob dieser oder jener therapeutische Schritt den onkologischen Leitlinien entspricht. Das kann Sicherheit geben. Das Internet ist fester Bestandteil des Alltags, das wird sich auch noch intensivieren. Aber was unsere Situation als behandelnde Ärzte angeht, können wir nur dann arbeiten, wenn uns die Menschen neben aller Information auch vertrauen. Das ist ganz wichtig für die Beziehung zwischen Arzt und Patient und den Behandlungsverlauf. Wenn Vertrauen da ist, muss man nicht zwingend alles digital überprüfen. Dann kann man sich auch in der analogen Welt gut aufgehoben fühlen.

Herzlichen Dank für das Gespräch!

Das Interview führte Dinah Oelschläger, Krebsgesellschaft NRW

Krebs-Apps:

Es gibt nicht viele, sie werden kaum genutzt

Die Weltgesundheitsorganisation WHO geht davon aus, dass sich weltweit mehr als 30 Prozent aller Krebsfälle durch Vorbeugung vermeiden ließen (1). Verhaltensbedingte Risikofaktoren wie Bewegungsmangel und Fehlernährung mit der Folge von Übergewicht in weiten Teilen der Bevölkerung (2) sowie Tabakkonsum (3) sind für ein Drittel der gesamten Krankheitslast in Deutschland verantwortlich (4) und gelten auch als gesicherte Risikofaktoren für die Entwicklung von Krebserkrankungen. Mehr als vier Millionen Menschen sind in Deutschland schon einmal an Krebs erkrankt. (5)

Das Angebot an Apps, die auf eine Veränderung des Lebensstils abzielen, wie Fitness- und Ernährungs-Apps sowie Apps zur Raucherentwöhnung, ist groß. In einer aktuellen Analyse hat HealthOn im Dezember 2016 untersucht, auf welche Unterstützung vorsorgeinteressierte Menschen treffen, die in App-Stores speziell nach Apps zur Krebsfrüherkennung suchen, bzw. welche Apps Krebsbetroffene oder Angehörige finden können, die in der Phase der Chemotherapie oder in der Nachsorge nach einer überstandenen Krebserkrankung Hilfe suchen. Hier einige Ergebnisse der Analyse:



Die Suche ist mühsam

Von den weltweit verfügbaren ca. 130.000 Gesundheits-Apps (6) verbleiben lediglich 21 Apps, die in deutscher Sprache und kostenlos genutzt werden können. Diese 21 „Krebs-Apps“ sind in langen Trefferlisten von mehr als 1.000 Apps verborgen, die meisten Apps sind Fehltreffer - in fremden Sprachen, ohne Bezug zum Thema Krebs oder ausschließlich zur Nutzung durch medizinische Fachkreise. 11 Apps zielen auf Krebsfrüherkennung ab, 10 Apps richten sich an Krebspatienten bzw. deren Angehörige.

Fazit: Dem Suchenden wird viel Geduld abverlangt. Vielleicht ist auch das ein Grund, warum diese Apps so wenig genutzt werden.

Die Zahl der Downloads ist gering

In der Summe wurden alle 21 Krebs-Apps lediglich 260.000 Mal von Nutzern auf Smartphones heruntergeladen. Bei mehr als vier Millionen Menschen in Deutschland, die in ihrem Leben schon einmal an Krebs erkrankt sind, scheint das nicht viel. 96 Prozent der Downloads verteilen sich auf nur fünf Apps. Es sind allesamt Vorsorge-Apps, die sich an gesunde Nutzer richten. Diese Apps unterstützen z. B. die monatliche Selbstuntersuchung der Brust oder die Beobachtung von auffälligen Muttermalen. Sie ermitteln im Selbsttest z. B. das individuelle Lungenkrebsrisiko oder die Selbstschutzzeit der Haut als Schutzmaßnahme vor Hautkrebs. Im Gegensatz dazu werden Apps, die sich explizit an bereits Erkrankte richten, kaum genutzt. Sie bieten

z. B. die Möglichkeit, Tagebuch zu führen über den Krankheitsverlauf, die belastenden Symptome der Krankheit, die unerwünschten Wirkungen der Therapie, und ermöglichen dem Nutzer, diese Daten mit dem behandelnden Arzt per E-Mail zu teilen.

Zurückhaltung bei Betroffenen

Aus wissenschaftlichen Studien zur partnerschaftlichen Arzt-Patienten-Beziehung ist bekannt, dass Patienten mit zunehmender Schwere ihrer Erkrankung aus dem Gefühl der Überforderung und Unsicherheit häufig Entscheidungen an den Arzt ihres Vertrauens abgeben. (7) Gesunde Menschen trauen sich offensichtlich eher zu, Krebsvorsorge in die eigene Hand zu nehmen und dazu z. B. Vorsorge-Apps zu nutzen. Eine App auf eigene Faust in den Stores zu suchen und zu nutzen, scheint für Krebspatienten hingegen eher unwahrscheinlich. Aber gerade das ist für Patienten derzeit der einzige Weg. Warum?

Praktische Hürden erschweren die App-Nutzung

Ärzten fehlt sowohl die rechtliche Grundlage, um qualitätsgesicherte Krebs-Apps z. B. aus einer, auch von Krankenkassen anerkannten Vorschlagsliste, sicher empfehlen zu können, als auch die rechtssichere Basis, um die von Patienten auf eigene Faust in Tagebüchern erfassten Daten in Patientenakten zu übernehmen und systematisch auswerten zu können. Damit Ärzte aus den vom Patienten z. B. in Symptomtagebüchern erfassten Daten Erkenntnisse für die Therapie ableiten können, müssen die erforderlichen Voraussetzungen erst geschaffen

werden. Dazu zählt die Definition von Anforderungen an Sicherheit und Qualität der Apps sowie die Gestaltung der Rahmenbedingungen, damit Datenschutz- und Patientenrechte sowie ethische Grundsätze gewahrt bleiben.

In Pilotprojekten werden derzeit gangbare Wege gesucht. Wissenschaftler der Versorgungsforschung arbeiten an Methoden, um den Nutzen von Apps zu bewerten und damit die Voraussetzung zu schaffen, dass sie als Bausteine auch in der Regelversorgung von Krebspatienten empfohlen werden können. Diese Nutzenevaluation berücksichtigt unter anderem den krankheitsbedingten Hilfebedarf von Patienten, der stark variieren kann, und bezieht darüber hinaus auch Alter, Bildungsgrad, Gesundheits- und Medienkompetenz und die sich daraus ableitenden Möglichkeiten und Präferenzen der avisierten Patientenzielgruppen ein.

Ob Apps sich zukünftig als neue Optionen auch in der Bewältigung von Krebserkrankungen individuell einpassen und ob bzw. wie sie die Kommunikation mit dem Arzt des Vertrauens zukünftig unterstützen können, bleibt Gegenstand weiterer Studien und nicht zuletzt die individuelle Entscheidung des Einzelnen.

Dr. Ursula Kramer, Apothekerin, Promotion: Pharmakologie, MBA, HealthOn e.V. / Verein zur Digitalen Gesundheitsförderung

Strukturierte Testberichte aller 21 untersuchten Krebs-Apps auf <https://www.healthon.de/testberichte>

Definition: App bezeichnet Anwendungssoftware (engl. Application software)

Quellen:

- (1) Zentrum für Krebsregisterdaten (2015). Rauchen, Übergewicht, Ernährung. Manche Risikofaktoren wären vermeidbar http://www.krebsdaten.de/Krebs/DE/Content/Krebsarten/Krebs_gesamt/krebs_gesamt_node.html (10.01.2016).
- (2) Robert Koch-Institut (Hrsg) (2012). Daten und Fakten: Ergebnisse der Studie »Gesundheit in Deutschland aktuell 2010«. Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes. RKI, Berlin.
- (3) Lampert T, Kuntz B (2015). Tabak - Zahlen und Fakten zum Konsum. In: Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (Hrsg.): Jahrbuch Sucht 2015. Lengerich: Pabst.
- (4) Plass D et al (2014). Trends in disease burden in Germany - results, implications and limitations of the Global Burden of Disease Study. Dtsch Arztebl Int 2014; 111: 629–38. DOI: 10.3238/arztebl.2014.0629.
- (5) Robert Koch-Institut. Krebsgeschehen in Deutschland 2016 <https://www.bundesregierung.de/Content/DE/Artikel/2016/11/2016-11-29-krebsbericht.html>
- (6) HealthOn App Dashboard 12/2016.
- (7) Härter M, Loh A, Spies C. Gemeinsam entscheiden – erfolgreich behandeln. Deutscher Ärzte-Verlag GmbH, 2005.

Selbsthilfe im Netz

Der Austausch mit Betroffenen ist für viele Krebserkrankte sehr wichtig und wertvoll. Kleine und große Selbsthilfverbände leisten bereits seit Jahrzehnten großartige Arbeit. Viele bieten Gruppentreffen und Besucherdienste in Kliniken an - klassische Selbsthilfearbeit, die sich bewährt hat. Doch auch hier macht das digitale Zeitalter nicht halt. Es gibt eine Vielfalt von Internetseiten, Online-Netzwerken und Foren.

Krebs allgemein

Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V. zählt zu den größten Selbsthilfeorganisationen in Deutschland. Die FSH ist nicht nur Anlaufstelle für erkrankte Frauen, sondern für alle an Krebs erkrankten Menschen und deren Angehörigen.
www.frauenselbsthilfe.de
<https://forum.frauenselbsthilfe.de/>

Junge Menschen mit Krebs

NetzwerkStatt Krebs – Junge Selbsthilfe
Diese Internetseite richtet sich an Frauen, die in jungen Jahren an Krebs erkranken. Ziel des Netzwerkes ist es, den Frauen qualitätsgesicherte Informationen zu Krebs und zum Leben mit Krebs zur Verfügung zu stellen. Betroffene können zudem selbst mitgestalten.
www.netzwerkstattkrebs.de

Jung und Krebs e.V.

Für junge Menschen gibt es nur wenige etablierte Einrichtungen und Selbsthilfegruppen, die Erfahrungsaustausch ermöglichen und Unterstützung leisten. Der Verein möchte diese Lücke schließen. Er unterstützt junge Menschen zu einem Zeitpunkt im Leben, an welchem entscheidende Weichen gestellt werden. <http://jung-und-krebs.de>

Das **Internet-Projekt Onko-Kids** ermöglicht krebskranken Kindern und Jugendlichen und ihren Familien eine bisher in Deutschland noch nicht existierende Form der Kommunikation.
<http://onkokids.de>

Der „**Hilfe für Kinder krebskranker Eltern e.V.**“ bietet Familien Rat und Unterstützung, wenn ein Elternteil an Krebs erkrankt. <http://www.hkke.org>

Darmkrebs

Deutsche ILCO e.V. zählt ebenfalls zu den größten und ältesten Selbsthilfevereinigungen: Sie ist Anlaufstelle für Menschen mit künstlichem Darmausgang/Harnableitung sowie für Darmkrebserkrankte und Angehörige. www.ilco.de
Forum: <https://ilco.de/forum>

Familienhilfe Darmkrebs e.V.

Die Organisation ist Ansprechpartner für erblichen Darmkrebs. Das Darmkrebs-Forum Semi-Colon bietet umfassenden Austausch.
<http://www.semi-colon.de>

Brustkrebs

Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V. fungiert sowohl als Anlaufstelle für Frauen mit Brustkrebs wie auch für Frauen und Männer mit anderen Tumorarten.
www.frauenselbsthilfe.de

mamazone - Frauen und Forschung gegen Brustkrebs e.V. Der Verein mamazone engagiert sich für Qualität in Diagnostik, Therapie und Nachsorge. www.mamazone.de

BRCA-Netzwerk - Hilfe bei familiärem Brust- und Eierstockkrebs e.V. bietet Hilfe bei familiärem Brust- und Eierstockkrebs. www.brca-netzwerk.de

Netzwerk Männer mit Brustkrebs e.V.

Das bundesweite Netzwerk bietet Informationen zu Behandlung und sozialen Leistungen und vermittelt weitere Ansprechpartner.
www.brustkrebs-beim-mann.de

Prostatalkrebs

Bundesverband Prostatalkrebs Selbsthilfe e.V.
Das Anliegen des BPS ist es, Ratsuchende über die vielen Aspekte einer Prostatalkrebserkrankung aufzuklären. www.prostatalkrebs-bps.de

Blasenkrebs

Selbsthilfe-Bund Blasenkrebs e.V. möchte Betroffene umfassend über die Krankheit und das Leben mit Blasenkrebs informieren.
www.blasenkrebs-shb.de

Deutsche ILCO e.V. www.ilco.de (s. Darmkrebs)

Die Blasenkrebs Online-Selbsthilfegruppe möchte Betroffene und Angehörige bei der Krankheitsbewältigung unterstützen. Sie bietet ein Internet-Forum und Chatmöglichkeiten.
www.forum-blasenkrebs.net

Bauchspeicheldrüsenkrebs

Der Arbeitskreis der Pankreatektomierten e.V. hat zum Ziel, die Gesundheit und Rehabilitation von Betroffenen entfernter Bauchspeicheldrüse und von nicht operierten Bauchspeicheldrüsen-erkrankten zu fördern. Krebspatienten werden dabei besonders berücksichtigt. www.bauchspeicheldruese-pankreas-selbsthilfe.de

Lungenkrebs

Der Bundesverband Selbsthilfegruppe Lungenkrebs e.V. unterstützt Menschen mit Lungenkrebs.
www.bundesverband-selbsthilfe-lungenkrebs.de

Nierenkrebs/Sarkome

Das Lebenshaus e.V. – Nierenkrebs
Hier finden Betroffene mit Nierenkrebs und Sarkomen Ansprechpartner.
www.daslebenshaus.org

Kehlkopfkrebs

Der Bundesverband der Kehlkopfflosen und Kehlkopfoperierten e.V. richtet sich an Menschen mit Kehlkopfkrebs und mit Tumoren im Rachen.
www.kehlkopfoperiert-bv.de

Leukämien und Lymphome, andere Bluterkrankungen

Die Deutsche Leukämie- und Lymphomhilfe e.V. ist der Bundesverband vieler Selbsthilfeorganisationen zur Unterstützung von Erwachsenen mit Leukämien und Lymphomen. www.leukaemie-hilfe.de

Leukämie-Online/LeukaNET e.V. ist eine unabhängige Wissens- und Kommunikationsplattform zum Thema Leukämie. www.leukaemie-online.de

Non-Hodgkin-Lymphome Hilfe e.V. ist eine Selbsthilfeorganisation in NRW für Menschen mit Leukämie- und Lymphomerkrankungen.
<http://www.nhl-hilfe.eu>

Plasmozytom/Multiples Myelom Selbsthilfegruppe NRW e.V. ist die einzige deutsche Selbsthilfeorganisation, die sich speziell nur um die Belange von Betroffenen des Multiplen Myeloms kümmert.
www.myelom-nrw.de

Hirntumoren/Tumoren des Nervensystems

Bei der Deutschen Hirntumorhilfe e.V. handelt es sich um eine unabhängige Organisation zur Förderung der neuroonkologischen Forschung und zur Verbesserung der Patientenversorgung. Die Hirntumorhilfe versteht sich als zentrale Anlaufstelle für Menschen mit Hirntumoren.
www.hirntumorhilfe.de

Neuroendokrine Tumoren, Karzinoid, MEN1

Das Netzwerk Neuroendokrine Tumoren e.V. ist die größte Selbsthilfeorganisation für Patienten mit neuroendokrinen Neoplasien im deutschsprachigen Raum. www.glandula-net-online.de

Bundesorganisation Selbsthilfe Neuro-Endokrine Tumoren e.V. bietet Informationen für Betroffene, Ärzte und die Öffentlichkeit. www.net-shg.de

Schilddrüsenkrebs

Bundesverband Schilddrüsenkrebs – Ohne Schilddrüse leben e.V. richtet sich an Menschen ohne Schilddrüse, insbesondere bei Krebs.
www.sd-krebs.de

Vulvakarzinom

VulvaKarzinom-SHG e.V. ist Anlaufstelle für Frauen mit Vulvakarzinom. Das Internetforum bietet Austausch im geschützten Bereich.
www.vulvakarzinom-shg.de

Hautkrebs

Das Hautkrebs-Netzwerk Deutschland ist eine Patientenorganisation mit dem Ziel, zu helfen, aufzuklären und die Interessen von Hautkrebs-Patienten zu vertreten.
<http://hautkrebs-netzwerk.de>

Die Selbsthilfegemeinschaft Haut e.V. versteht sich als Bindeglied zwischen Patienten und Medizinern, das Menschen mit Rat und Tat unterstützt.
www.shg-haut.de





Interview mit Prof. Dr. Ullrich Graeven Krebsgesellschaft NRW: Wo geht es hin?

Für die KG NRW war das vergangene Jahr eine Zeit der Weichenstellung. Im Rahmen von Workshops und Arbeitstreffen entwickelten Vorstand und Geschäftsführung eine neue Gesamtstrategie. Bislang vorrangig als Expertengesellschaft sichtbar, wird sich die KG NRW zukünftig verstärkt als Agentur für die onkologische Szene im Lande positionieren. Zu Grunde liegt der Netzwerkgedanke mit systematischer Beobachtung und Koordinierung der wichtigen Handlungsfelder und Zielgruppen.

Prof. Dr. med. Ullrich Graeven

Geburtsort: Düsseldorf

Seit 2004 Chefarzt der Klinik für Hämatologie, Onkologie und Gastroenterologie, Krankenhaus St. Franziskus, Mönchengladbach

Seit 2016 Vorsitzender des Vorstands der KG NRW

Seit 2015 im Vorstand der KG NRW

Sehr geehrter Herr Professor Graeven, die KG NRW hat einen wichtigen strategischen Grundstein für die Zukunft gelegt. Was genau verbirgt sich hinter dem Begriff Agentur?

Graeven: Eine Agentur vertritt und vermittelt die Interessen und Ziele einer bestimmten Gruppe oder eines Themas. Hier: die onkologische Versorgung in NRW. Bildlicher wird der Gedanke mit dem Begriff Plattform. Wir bieten quasi den Nährboden für landesweite Kooperationen und Bündnisse. Gemeinsam wollen wir das voranbringen, was Einzelinitiativen nicht schaffen. Die KG NRW ist dabei Initiatorin und Moderatorin. Sie übernimmt die Koordination und fördert die Entwicklung gemeinsamer Ergebnisse, die in Modelprojekte münden können.

Es geht also um Netzwerkarbeit, gemeinsame Schlagkraft. Warum ist das so wichtig?

Graeven: In der Vergangenheit ging es vorrangig um den Auf- und Ausbau verlässlicher Behandlungsstrukturen sowie um die Verlängerung von (Über)Lebenszeiten durch geeignete Therapien. Die Versorgung krebserkrankter Menschen in

NRW ist derzeit nach geltenden Standards weitgehend gewährleistet und innerhalb der einzelnen Sektoren gut strukturiert. Behandlungsleitlinien werden von übergreifenden Fachgesellschaften erarbeitet und finden ihren Niederschlag in zertifizierten Zentren. Die sektorale Trennung führt allerdings vielfach zu isoliertem Handeln der einzelnen Versorgergruppen. Dadurch besteht die Gefahr, dass einerseits schematische Verfahrensweisen konservieren, andererseits eine Vielzahl von guten Ansätzen oder Initiativen entstehen, die aber singulär bleiben.

Um den Herausforderungen der Zukunft wirkungsvoll zu begegnen, bedarf es weniger der Addition von Strukturen oder Programmen in das bestehende System. Notwendig und zeitgemäß ist vielmehr die Förderung der Kooperation in der Onkologie des Landes, die Verknüpfung loser Enden durch konsentiertes Vorgehen von Institutionen und Entscheidern sowie die Entwicklung bedarfsgerechter sektorübergreifender Konzepte. Schon in Bezug auf die aktuelle Situation, aber mehr noch mit Blick auf die zukünftige Entwicklung der Krankheitslasten und -kosten, gilt es verstärkt auf eine vernetzte Versorgung hinzuwirken.

Welche Konzepte und Bündnisse hat die KG NRW dabei gesondert im Blick?

Graeven: Für die kommenden Jahre wurden in Orientierung am Nationalen Krebsplan vier Schwerpunkte skizziert: das Bündnis Krebsprävention, Reha 2.0, der Patienten-Info-Pfad und die psychoonkologische Versorgung. Der Qualitätsverbund Krebsberatung NRW ist bereits seit 2015 aktiv. Unter Federführung der KG NRW haben sich hier sieben Krebsberatungsstellen zusammengeschlossen. Ergebnisse dieser Arbeit sind bereits sichtbar. Es gibt bereits erste einrichtungsübergreifende Berichte mit ausgewählten Kennzahlen der Beratungstätigkeit aus den Jahren 2015 und 2016. NRW ist bislang das erste Bundesland, das so etwas vorweisen kann.

Was verbirgt sich hinter Reha 2.0?

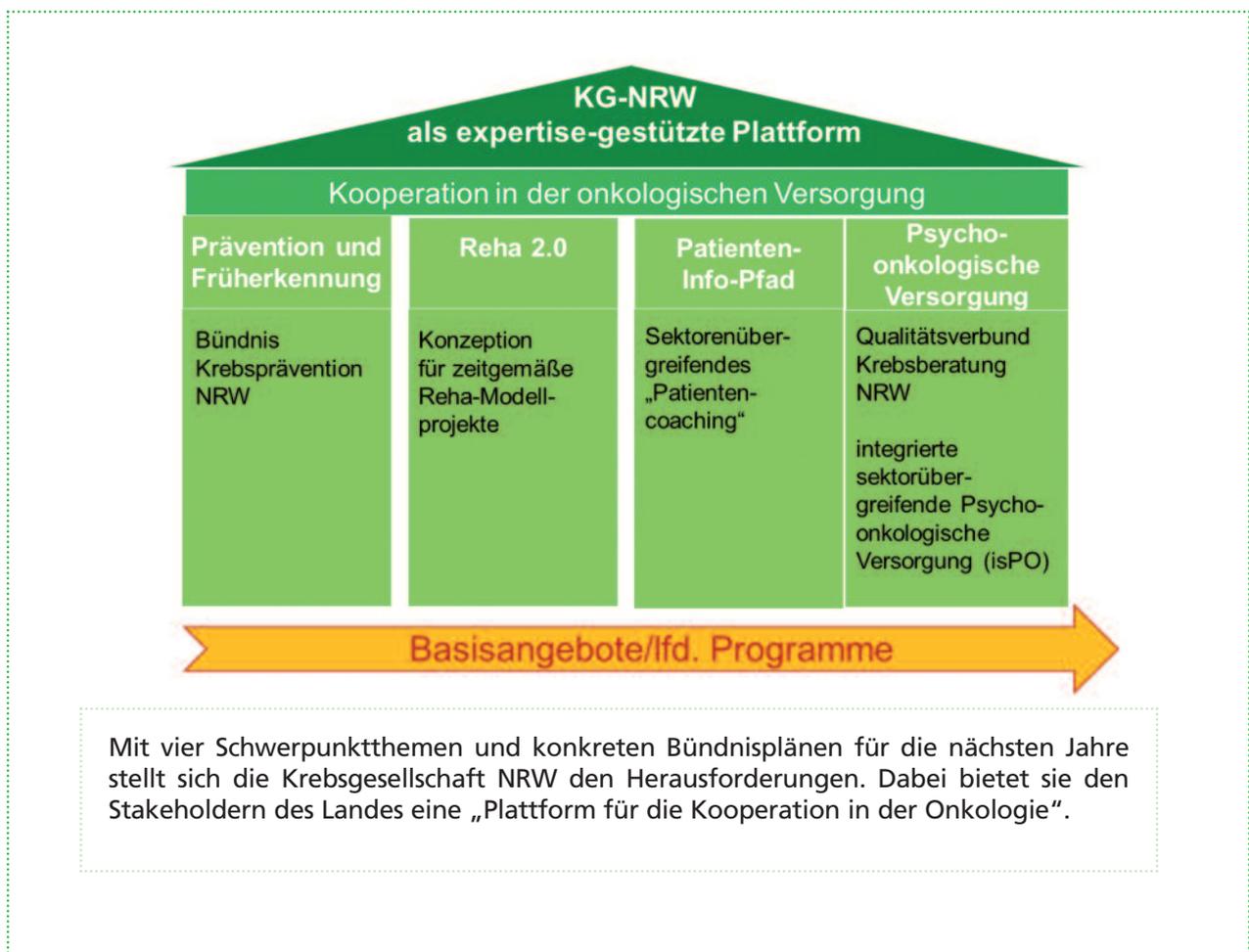
Graeven: Konkret geht es um ein Arbeitsbündnis mit allen an der Einleitung und Durchführung der onkologischen Rehabilitation Beteiligten. Ziel sollte sein, gemeinsam bedarfsgerechte, individualisierte Modelle zu entwickeln, um Patienten adäquat und passgenau zu unterstützen. Dabei kommt vor allem auch der Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe große Bedeutung zu.

Die richtige Information zur richtigen Zeit, darum geht es einfach ausgedrückt beim Patienten-Info-Pfad. Gibt es so etwas nicht längst schon?

Graeven: Informationen und -quellen gibt es, sehr gute sogar. Doch mit immer komplexeren Strukturen und Behandlungen - zum Teil über lange Zeiträume hinweg - fehlt es oft an Orientierung und konstanter Begleitung. Unser Ziel sind bedarfsgerechte, gesicherte Informationen für Erkrankte und Angehörige - zum richtigen Zeitpunkt an der richtigen Stelle.

Wir freuen uns sehr auf die gemeinsame Arbeit in allen Bündnissen und hoffen, dass wir gemeinsam viel bewegen können.

Herzlichen Dank für Ihre Antworten



Die Netzwelt der

Die Krebsgesellschaft NRW ist mit einem breiten Spektrum an Informationen im Netz vertreten. Herzstück der digitalen Präsenz ist die Homepage www.krebsgesellschaft-nrw.de mit inhaltlichen Komponenten und Serviceelementen speziell für NRW.

Neben der Homepage ist das Portal www.komplementaermethoden.de, das die Krebsgesellschaft NRW zusammen mit dem Institut zur wissenschaftlichen Evaluation naturheilkundlicher Verfahren an der Universität zu Köln betreibt, eine viel genutzte Seite zur Information über komplementäre Behandlungen bei Krebs. Die Homepage sowie das Portal zu komplementären Verfahren sind durch die Stiftung Health On the Net (HON) zertifiziert.

In Ergänzung zu dem festen Informationsangebot betreibt die Krebsgesellschaft NRW die Seite der Krebsberatung Düsseldorf sowie verschiedene Kampagnen-Portale, z.B. zu der Jugendkampagne „Big Burn Theorie“ zur Hautkrebsprävention oder zu den „Mutigen Männern“ zur Darmkrebsprävention in Kooperation mit der Deutschen ILCO Landesverband NRW und der BARMER.

Seit 2016 gibt es zudem einen Facebook-Auftritt, der regelmäßig über die neusten Aktivitäten der Krebsgesellschaft NRW informiert.



Hauptseite www.krebsgesellschaft-nrw.de
Informationen rund um



Das Portal www.komplementaermethoden.de ist digitales Nachschlagewerk für komplementäre Verfahren bei Krebs



Kampagnenseite www.mutige-maenner.de zur Darmkrebsprävention in NRW in Kooperation mit der Deutschen ILCO Landesverband NRW und der BARMER

Krebsgesellschaft NRW



www.krebsgesellschaft-nrw.de mit allen Informationen von der Krebsgesellschaft NRW



Facebook-Präsenz mit einer Vielfalt an aktuellen Informationen, Fotos und Veranstaltungen: www.facebook.com/Krebsgesellschaft.Nordrhein-Westfalen/



Internetauftritt der Krebsberatung Düsseldorf www.krebsberatungduesseldorf.de



Kampagnenseite www.bigburn.de speziell für Schüler zum Umgang mit UV-Strahlung. Die Seite bietet viele Videos, ein Wissensquiz mit Jump-and-Run.

Hautkrebsprävention im YouTube-Style: The Big Burn Theory

Krebsprävention mal so ganz anders, so lautet das Motto der Jugendkampagne „The Big Burn Theory“. Mit filmischen Botschaften im YouTube-Style zieht Shady, Protagonist der Website www.bigburn.de, die Aufmerksamkeit auf sich. Locker und leicht erklärt er die Zusammenhänge zwischen UV-Strahlung und den Risiken für die Haut. Gesurft wird durch digitale Lernstationen mit anschließendem Wissensquiz.



Die Website www.bigburn.de ist Herzstück der neuen Kampagne der Krebsgesellschaft NRW in Kooperation mit der BARMER. Ziel ist es, das Thema Hautschutz auf digitalem Wege in die Schulen zu bringen und die Jugendlichen zu einem achtsamen Umgang mit der Sonne zu motivieren.

Coolness bei nicht gerade heißen Themen

Virtuelles Gesicht der Kampagne ist Shady, der in Anlehnung an die bekannte amerikanische TV-Serie (The Big Bang Theory) zeigt, dass auch Nerds einen gewissen Coolness-Faktor haben. Dies lässt sich durchaus auf den „Hautschutz“ übertragen - ein Thema, das nicht gerade „heiß gehandelt“ wird. Viele Heranwachsende verbinden mit der Sonne nur positive Aspekte, wie die wohltuende Wärme und gebräunte Haut. Über die Gefahren der UV-Strahlung sind sie sich selten

bewusst – oder darüber, dass jährlich die Zahl der an Hautkrebs erkrankten Menschen steigt.

Innovativer Unterricht für dauerhafte Ergebnisse

Im Rahmen einer interaktiven Schulstunde können sich die Schüler rund um den UV-Schutz informieren und anschließend an der Big Burn Challenge teilnehmen. Bei diesem Wissensquiz durchlaufen sie verschiedene Stationen und können ihr Wissen überprüfen. Die Challenge bietet die Möglichkeit, gegen andere Schulklassen anzutreten und Preise für die Klasse und die Schüler zu gewinnen.

Pilotschulen nehmen die Challenge an

In zwei weiterführenden Schulen stand die „Big

Burn Theory“ bereits im letzten Jahr auf dem Stundenplan. Das Düsseldorfer Görres-Gymnasium und die Franz-Dinnendahl-Realschule in Essen nutzten die Gelegenheit, die Lern-Kampagne auf ihre Alltagstauglichkeit zu überprüfen. Im Schulgebäude wurden lebensgroße Displaysäulen aufgestellt, die mit Hilfe UV-sensitiven Lacks zeigen, was mit ungeschützten Hautstellen passiert, wenn diese zu viel UV-Strahlung abbekommen. Zudem wurden Spender mit Sonnencreme montiert, an denen sich die Schüler bedienen konnten. Beide Schulen erzielten gute Lernergebnisse und waren begeistert von der Darstellung der Themen. „Nerds und uncoole Themen können interessant sein, wenn die Performance

stimmt“, das weiß auch Jens Hohlweck, Lehrer für Chemie, Physik und Geschichte vom Düsseldorfer Görres-Gymnasium: „Im Wahlfach ‚Angewandte Naturwissenschaften‘ haben wir UV-Strahlung schon einmal behandelt. Das Thema ist nicht gänzlich neu. Dennoch haben wir mit der ‚Big-Burn-Aktion‘ jetzt ganz andere Möglichkeiten, den Unterricht lebendig zu gestalten.“



Siegerklasse der Pilot-Challenge des Görres-Gymnasiums Düsseldorf mit Lehrer Jens Holweck (ganz hinten). Zu gewinnen gab es zwei Notebooks von Toshiba, einen Ausflug in den Kletterwald Haltern für die ganze Klasse sowie Pakete mit Sonnenschutz- und Hautpflegeprodukten von dm.



Neunte Klasse der Franz-Dinnendahl-Realschule mit dem Big Burn-Display

Schulen gesucht

NRW-Schulen, die Interesse an der Kampagne haben, können sich melden bei: Irina Brieden
Tel: 02 11 / 15 76 09 - 94
brieden@krebsgesellschaft-nrw.de

Engagement für gesunde Mitarbeiterschaft

Was kann ich tun, um Krebs vorzubeugen oder früh zu erkennen? Diese Fragen stellen sich viele Menschen bislang eher privat, als während der Arbeitszeit. Doch es geht auch anders. Zunehmend mehr Unternehmen engagieren sich, um die Belegschaft für Themen wie Darmkrebs- oder Hautkrebsprävention zu interessieren. Gefragt sind Gesundheitstage und praktisch orientierte Vorträge.

Diese bietet die Krebsgesellschaft NRW mit dem Programm „Krebsprävention im Betrieb“ an. Interessierte Unternehmen können zwischen vier Themen (Haut-, Darm-, Blasen- und Brustkrebs) wählen. Durchgeführt werden die Veranstaltungen vor Ort in den Unternehmen durch Ärzte entsprechender Fachgebiete.

Inhaltlich geht es in den Veranstaltungen um Risikofaktoren zur Krankheitsentstehung, um mögliche Symptome und die Möglichkeiten der Vorbeugung und Früherkennung. Die Vorträge sind so konzipiert, dass sie in die betriebliche Gesundheitsförderung integriert werden können, z.B. im Rahmen von Gesundheitsaktionen.

Gemeinschaftsaufgabe Prävention

Das Gesamtangebot „Krebsprävention im Betrieb“ der Krebsgesellschaft NRW wird von allen gesetzlichen Krankenkassen in NRW gefördert. Unterstützt wird das Programm zudem von den Kassenärztlichen Vereinigungen Nordrhein und Westfalen-Lippe.

Gut informiert, gut aufgehoben

Die Nachfrage nach dem Angebot zur Krebsprävention wächst. Immer mehr Unternehmen engagieren sich für die Stärkung der gesundheitlichen Ressourcen ihrer Mitarbeiter. Neben den gängigen Themen der Betrieblichen Gesundheitsförderung, wie gesunde Ernährung, Bewegungsförderung oder Stressabbau, gewinnt die Krebsfrüherkennung an Bedeutung.



Mein Chef hat
mir das Leben
gerettet.

Seit dem Start des Programms vor vier Jahren haben mehr als 300 Veranstaltungen mit rund 8.000 Seminarteilnehmern stattgefunden, größtenteils in mittelständischen Unternehmen und Behörden.

Eine umfassend informierte Mitarbeiterschaft fühlt sich im Unternehmen gut aufgehoben. Insgesamt steigt die Motivation, Krebsprävention individuell umzusetzen und weiterzutragen.

Geringer Aufwand, der sich lohnt

Das Informationsangebot ist speziell auf Betriebe zugeschnitten. Es gibt keine langatmigen Reden mit Fach-Chinesisch, sondern lebendige, einstündige Vorträge. Auch der Organisationsaufwand ist für die Unternehmen gering. Benötigt werden lediglich ein Raum und eine Ansprechperson vor Ort. Die Gesamtkoordination mit Vermittlung der fachärztlichen Referenten sowie die Bereitstellung der Informationsmaterialien übernimmt die Krebsgesellschaft NRW.

Jetzt aktiv werden

Interessierte Unternehmen können zwischen den vier Veranstaltungsmodulen wählen:

- > Hautkrebs
- > Darmkrebs
- > Brustkrebs
- > Blasenkrebs

Die Veranstaltungen können einzeln oder als Gesamtpaket direkt über die Krebsgesellschaft NRW gebucht werden.



Krebsprävention im Betrieb Informationen und Buchungen:

Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e.V.

Irina Brieden

Tel. 02 11 / 15 76 09 - 94

brieden@krebsgesellschaft-nrw.de

Qualitätsverbund Krebsberatung NRW legt ersten einrichtungsübergreifenden Bericht vor

Kompetenz, Qualität und Transparenz sind Voraussetzungen für die Beratung von Krebserkrankten. Patienten und Angehörige wollen sicher sein, dass sie nach neuesten wissenschaftlichen Standards beraten und begleitet werden. Diese Aufgabe übernehmen in NRW im ambulanten Bereich derzeit 23 Krebsberatungsstellen in unterschiedlicher Trägerschaft. Die Beratungsstellen gelten mittlerweile als unverzichtbarer Bestandteil der onkologischen Versorgung. Doch wie wird die Qualität der geleisteten Arbeit sichtbar?



Dieser Frage stellt sich der im Jahr 2015 gegründete „Qualitätsverbund Krebsberatung NRW“ – ein Zusammenschluss von derzeit sieben ambulanten psychosozialen Krebsberatungsstellen unter Federführung der Krebsgesellschaft NRW in Kooperation mit dem „Bereich Forschung und Entwicklung“ im „Verein Lebenswert“, am Centrum für Integrierte Onkologie an der Universitätsklinik Köln. Der Verbund sieht sich im Dienste an Krebs erkrankter Menschen und deren Angehöriger, welche in ambulanten Krebsberatungsstellen qualifizierte Beratung, Hilfe und Unterstützung suchen.

Ziel des Verbundes ist es, anerkannte oder noch zu entwickelnde Qualitätskriterien im Sinne des Nationalen Krebsplans und in Orientierung an der aktuellen S3-Leitlinie zur „Psychoonkologischen Diagnostik, Beratung und Behandlung von erwachsenen Krebspatienten“ in allen beteiligten Einrichtungen umzusetzen. Der Verbund folgt dabei den Grundsätzen der „Partizipativen

Qualitätsentwicklung“, wobei insbesondere die beratenden Fachkräfte mit ihren Kenntnissen der jeweiligen Strukturen und Arbeitsabläufe eine zentrale Rolle spielen. Kernstück der Qualitätssicherung ist ein elektronisches Dokumentationssystem (1), das durch eine einheitliche Leistungsdokumentation die Grundlage für die Versorgungsevaluation bildet. Weiterhin stellt ein gemeinsam (kontinuierlich weiter-)entwickeltes Konzept der psychosozialen Krebsberatung den Hintergrund für die Umsetzung dar. (2)

Der erste einrichtungsübergreifende Bericht des „Qualitätsverbundes“ enthält ausgewählte Kennzahlen der Beratungstätigkeit aus dem Jahr 2015. (3) Er setzt sich zusammen aus Daten der Leistungsdokumentation von sechs der insgesamt sieben beteiligten Krebsberatungsstellen im Zeitraum vom 01.01.2015 bis 31.12.2015. Dabei handelt es sich ausnahmslos um kumulative Werte, die keinerlei Rückschlüsse auf einzelne Personen oder eine einzelne Einrichtung zulassen.

1) Das Dokumentationssystem „KBS_pat.dok“ wurde in den Vorjahren speziell für die ambulante Krebsberatung entwickelt. Es wird gemeinsam getragen von der Krebsgesellschaft NRW, dem Universitätsklinikum Köln und den beteiligten Krebsberatungsstellen ausschließlich zu nicht kommerziellen Zwecken überlassen. Im Rahmen der Arbeit des Qualitätsverbunds Krebsberatung NRW wird das System im Sinne der QE kontinuierlich weiterentwickelt und angepasst.

2) Rahmenkonzept sowie weitere Infos unter http://www.krebsgesellschaft-nrw.de/e_wir/d_qualitaetsverbund.

3) Die in den einrichtungsübergreifenden Bericht aufzunehmenden Items wurden in den partizipativen Qualitätsworkshops des Verbundes gemeinsam konsentiert und festgelegt.

Insgesamt wurden im Jahr 2015 in sechs der sieben beteiligten Beratungsstellen rund 3800 Ratsuchende in rund 7000 Beratungsgesprächen versorgt. Dabei suchten 70 Prozent das persönliche Gespräch vor Ort. Die Ratsuchenden waren überwiegend weiblich (64 %) und mehrheitlich selbst erkrankt (71 %). Mehr als ein Viertel waren Angehörige von Krebsbetroffenen. Die meisten Klienten suchten die Beratungsstelle rund um die Diagnose und die Akuttherapie, im ersten Jahr nach Abschluss der Akutbehandlung oder aber bei Auftreten von Rezidiven, Metastasen bzw. sonstigem Progress der Erkrankung auf. Dabei war Brustkrebs die häufigste Diagnose (35 %), gefolgt von Lungenkrebs (12 %). Darm- und Prostatakrebsbetroffene waren in den Beratungsstellen gemessen an der Erkrankungshäufigkeit dagegen unterrepräsentiert. Insgesamt wurden mehr als 30 verschiedene Tumortypen erfasst.

Alle im Qualitätsverbund zusammengeschlossenen Krebsberatungsstellen dokumentieren ihre Beratungsleistungen mit ausdrücklichem Einverständnis der jeweiligen Ratsuchenden. Die Kennzahlen dienen vorrangig Zwecken der Qualitätssicherung und der Qualitätsentwicklung. Zugleich aber macht der Bericht die psychosoziale Krebsberatung für die Öffentlichkeit transparent, nachvollziehbar und vergleichbar.



Der Qualitätsverbund will gemeinsam mit anderen Akteuren des Landes NRW auch künftig die Qualität der ambulanten psychosozialen Krebsberatung in NRW gewährleisten und in einem kontinuierlichen Verbesserungsprozess weiterentwickeln.

Der gesamte Bericht 2015 kann auf der Website der Krebsgesellschaft NRW eingesehen werden. Der zweite gemeinsame Bericht erscheint im Sommer 2017.

Im Qualitätsverbund sind derzeit folgende Krebsberatungsstellen aktiv:

- Beratungsstelle für Krebsbetroffene, Bochum
- Krebsberatung für Erkrankte und Angehörige, Düsseldorf
- Krebsberatung für Betroffene, Angehörige und Interessierte, Parisozial, Essen
- Krebsberatungsstelle des Kreises Herford, Herford
- Haus LebensWert e.V., Köln
- Krebsberatungsstelle des Tumor-Netzwerk im Münsterland e.V., Münster
- Psychosoziale Krebsberatungsstelle e.V., Wuppertal

Hintergrund:

Ambulante psychosoziale Krebsberatung gilt zunehmend als unverzichtbarer Bestandteil der Versorgung von Krebspatienten. Während in der Klinik lediglich die Erkrankten betreut werden, können in der Krebsberatung auch die oftmals hoch belasteten Angehörigen einbezogen werden.

In Nordrhein-Westfalen gibt es derzeit 23 ambulante Krebsberatungsstellen in unterschiedlicher Trägerschaft. Für die Ratsuchenden sind die Beratungen kostenlos und vertraulich. Die Finanzierung des Angebotes ist bislang nicht über die gesetzlichen Kostenträger (Krankenkassen, Rentenversicherungen) gewährleistet, sondern muss in der Regel über Mischfinanzierungskonzepte mit einem hohen Spendenanteil geleistet werden. Um das Angebot ambulanter Krebsberatung zu sichern, ist eine Regelfinanzierung anzustreben. Einheitliche Qualitätsstandards wie sie im Qualitätsverbund etabliert werden sollen, bilden hierfür eine wichtige Grundlage.

Neues Beratungsangebot für Paare bei Krebs

Universitätstumorzentrum Düsseldorf und Krebsgesellschaft NRW starten Kooperationsprojekt

Zusammen ist man weniger allein! Das trifft auch auf die Extremsituation zu, wenn innerhalb einer Beziehung ein Partner an Krebs erkrankt. Der nicht erkrankte Partner gibt Halt, teilt die Sorgen und übernimmt nicht selten viele Alltagsaufgaben. Eine stabile Beziehung kann sich positiv auf den Krankheitsverlauf auswirken. Aber was ist, wenn nicht alles glatt läuft und die Beziehung aus dem Gleichgewicht gerät?

In dieser Situation kann es hilfreich sein, das Problem offen anzugehen und auch fachliche Hilfe in Anspruch zu nehmen. Eine solche Unterstützung bietet nun ein gemeinsames Projekt des Universitätstumorzentrums Düsseldorf (UTZ) und der Krebsgesellschaft NRW. Im Rahmen einer Studie können Partner bzw. Paare ein speziell auf sie zugeschnittenes Beratungsangebot in Anspruch nehmen. Die Beratungen werden von einer Psychoonkologin geleitet und sind vertraulich und kostenfrei.

Was ist, wenn ich nicht mehr kann?

Ziel des neuen Angebots ist eine Verbesserung der partnerschaftlichen Unterstützung bei Krebs. Dabei rückt der nicht erkrankte Partner vermehrt in den Fokus. „Es zeigt sich, dass Angehörige oftmals genauso stark belastet sind, wie die Erkrankten selbst. Dennoch stellen diese ihre Sorgen und Bedürfnisse meist gänzlich in den Hintergrund. Das ist eine normale Reaktion und kann auch erstmal funktionieren“, berichtet die Psychoonkologin Anna Arning, die das Projekt auf Seiten der Krebsgesellschaft NRW betreut. „Wenn die Belastung jedoch zu groß wird, können die körperlichen, psychischen, sozialen oder auch wirtschaftlichen Folgen sehr massiv sein. Manche Paare zerbrechen dann daran. Dem wollen wir vorbeugen“, so Arning.

Belastungen offen ansprechen

Die Beratungsgespräche im Rahmen des Projekts werden entweder mit dem nicht erkrankten Partner allein oder mit dem Paar geführt. „Unser Ziel ist es, die Paare bei der Krankheitsbewältigung aktiv zu unterstützen, die Kommunikation in der Beziehung zu verbessern und die Lebensqualität wieder zu steigern“, erklärt André Karger, Oberarzt am Klinischen Institut für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie und Leiter des Bereichs Psychoonkologie am UTZ. „Um dies zu erreichen, wollen wir erst einmal dazu motivieren, die Belastungen offen auszusprechen. Bereits hier herrscht in vielen Beziehungen bewusstes Schweigen oder die Partner sind einfach hilflos im Umgang miteinander angesichts der Schwere der Erkrankung“, so Karger.

Das neue Angebot soll den Bürgern unmittelbar und praktisch orientiert zu Gute kommen, es soll aber auch die Wissenschaft voranbringen. In Form einer Studie angelegt, sollen Erkenntnisse darüber gewonnen werden, inwiefern eine frühzeitige psychoonkologische Unterstützung Einfluss auf die Stabilität der Paarbeziehung und die gemeinsame Bewältigung der Krebserkrankung hat. Untersucht wird auch, inwiefern sich paarbezogene Beratungen von Einzelberatungen des nicht erkrankten Partners im Ergebnis unterscheiden. Paare, die sich bewusst gegen eine Teilnahme an der Studie entscheiden, sich dennoch beraten lassen möchten, können die bestehenden psychosozialen Beratungsangebote der Psychoonkologischen Ambulanz am Universitätstumorzentrum oder der Krebsberatung Düsseldorf in Anspruch nehmen.

Betreuung auch nach der Klinik

Mit dem neuen Angebot rücken UTZ, Krebsgesellschaft NRW und Krebsberatung Düsseldorf in der stationären und ambulanten onkologischen Versorgung bewusst zusammen. Ziel ist die exemplarische Vernetzung beider Bereiche im Sinne eines psychoonkologischen Versorgungspfads. „Für Krebserkrankte und Angehörige bedeutet dies: eine lückenlose Betreuung in der Klinik und in der Zeit danach“, so Karger.

Kontakt & Anmeldung zur Beratung

Universitätstumorzentrum Düsseldorf
Klinisches Institut für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Bozena Sowa, Psychoonkologin
Tel. 02 11 / 81 08 296
GemeinsamStarkSein@med.uni-duesseldorf.de

Beratungen in der Krebsberatung Düsseldorf
Fleher Straße 1
40223 Düsseldorf (Bilk)
Tel. 02 11 / 30 20 17 57
www.krebsberatungduesseldorf.de
info@krebsberatungduesseldorf.de

Acht Jahre Krebsberatung Düsseldorf

Rat und Unterstützung für Krebserkrankte und Angehörige

Eine Krebserkrankung stürzt Betroffene wie auch Angehörige in eine akute Lebenskrise. Plötzlich bestimmen Arztbesuche und Untersuchungen den Alltag. Die Konfrontation mit der lebensbedrohlichen Erkrankung und das „nicht wissen wie es weitergeht“, erzeugen Angst und Ohnmachtsgefühle. Häufig kommen auch soziale Umbrüche wie etwa das Aussetzen im Beruf oder die Neuordnung des familiären Alltags hinzu.

Qualifizierte Beratung und Hilfestellung bietet seit nunmehr acht Jahren die Krebsberatung Düsseldorf im Stadtteil Bilk. Zentrale Aufgabe der Einrichtung ist die psychoonkologische Beratung von Krebspatienten und Angehörigen. Das Hauptaugenmerk liegt auf psychischen, körperlichen, sozialen, ethischen und wirtschaftlichen Problemen, die durch eine Krebserkrankung entstehen können. Die Beratungen können telefonisch, schriftlich, vor allem aber auch persönlich in der Beratungsstelle in Anspruch genommen werden. Das Angebot ist kostenlos, vertraulich und steht jedem offen, der Hilfe benötigt.

Wann und wie hilft die Beratung?

Beratungsbedarf kann sich in allen Erkrankungsphasen einstellen, auch dann noch, wenn die eigentliche Therapie schon längst beendet ist. Im Gespräch lässt sich herausfinden, wo die Belastung am größten und die Unterstützung am nötigsten ist. Eine kompetente und zielgerichtete

Beratung kann schrittweise dabei helfen, Orientierung im Gesundheitssystem und auch im Leben zu finden.

Familienprechstunde für Groß und Klein

Erkrankt ein Elternteil, so gerät das ganze Familiengefüge ins Wanken. Eltern möchten die Erkrankung möglichst fern von ihren Kindern halten, um diese nicht unnötig zu belasten. Diese spüren jedoch sehr genau, wenn etwas nicht in Ordnung ist. Um Eltern in dieser Situation zu unterstützen, bietet die Beratungsstelle eine spezielle Sprechstunde, geführt von einer Familientherapeutin, an.

Ermöglicht wird das Beratungsangebot von der Krebsgesellschaft NRW als Träger, der Bürger-Stiftung Düsseldorf als finanziellem Förderer sowie durch die Unterstützung der Jolly Beuth-Stiftung, der Stiftung Sterntaler und durch private Spenden.

Jede Spende hilft!

Stadtsparkasse Düsseldorf
BIC DUSSDE33XXX
Stichwort: „Krebsberatung“
IBAN DE92 3005 0110 1005 2173 18

Kontakt & Anmeldung zur Beratung

Krebsberatung Düsseldorf
Fleher Straße 1, 40223 Düsseldorf (Bilk)
Tel. 02 11 / 30 20 17 57
www.krebsberatungduesseldorf.de



Team der Krebsberatung Düsseldorf (v.l.): Anne-Katrin Gysae (Psychoonkologin/Systemische Beraterin), Cornelia Sattler (Verwaltung/Empfang) und Kerstin Zimmer (Familientherapeutin/Psychoonkologin)

Benefiz-Regatta zum dritten Mal zu Gast im Medienhafen

Düsseldorf am Ruder III.

Am 2. September 2017 geht es wieder rund im Düsseldorfer Hafen. Zum dritten Mal findet die Benefiz-Regatta „Düsseldorf am Ruder für Menschen mit Krebs“ statt. Veranstalter ist der Verein „Düsseldorf am Ruder“. Der Erlös kommt der Arbeit der Krebsgesellschaft NRW zugute. Sportlicher Ausrichter ist der Ruderclub Germania Düsseldorf 1904 e.V.

Im Mai beginnt die offizielle Anmeldephase für die Ruderteams. Egal ob Anfänger oder erfahrene Ruderer: Jeder kann mitmachen und den guten Zweck unterstützen. Bei der Teambildung sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt, z.B. Familien- oder Firmenboote, Freundschafts- oder Vereinsboote, Männer-, Frauen- oder Mixed-Teams. Rudererfahrung und besondere Sportlichkeit sind nicht erforderlich. Die nötigen Kenntnisse können vor der Regatta durch Trainingseinheiten unter Leitung des RC Germania erworben werden.

Unter der Schirmherrschaft von Oberbürgermeister Thomas Geisel wird die Benefiz-Regatta von vielen Persönlichkeiten unterstützt: Städtische Paten sind der Beigeordnete für Personal und Gesundheit der Stadt Düsseldorf Prof. Dr. med. Andreas Meyer-Falcke und Sportamtsleiter Pascal Heithorn. Ärztlicher Unterstützer sind Prof. Dr. med. Ullrich Graeven und Prof. Dr. med. Rainer Haas. Als Unternehmensbotschafter und Aktiver im Ruder-

sport engagiert sich Dr. Klaus Vitalis Schulz. Sportlicher Botschafter ist der zweimalige Weltmeister und Olympiasieger im Deutschland-Achter Lukas Müller.

Neben dem guten Zweck sendet die Regatta auch in diesem Jahr eine klare Botschaft. „Wir wollen unseren Weg weiter verfolgen und uns dafür stark machen, dass Sport und Krebs zusammengehen können, nicht nur im Sinne des Benefizgedankens, sondern konkret mit Blick auf die Menschen, die an Krebs erkrankt sind oder es waren“, berichtet Dr. Margret Schrader, Geschäftsführerin der Krebsgesellschaft NRW. Die Wirkung von sportlicher Aktivität nach oder bereits während der Krebstherapie ist ein Thema, das zunehmend an Bedeutung gewinnt. In diesem Sinne ist die Benefiz-Regatta nicht nur ein reines Spenden-Event, sondern „Netzwerker“ für Menschen und den Sport.

www.duesseldorf-am-ruder.de



Impressionen der Regatta 2016: Team „Mit Vollen Zügen gegen Krebs“ (Med. Versorgungszentrum für Hämatologie und Onkologie Düsseldorf GmbH)



Vier Teams im Wettstreit im Jahr 2016: Vorne im Bild das Team der „Gesunden Vier“ (Landeshauptstadt Düsseldorf, Dezernat für Personal und Gesundheit), dahinter das Team „Unsinkbar“ (Janssen-Cilag GmbH) sowie die Teams „UPS 1“ und „UPS 3“ (UPS Deutschland Inc. & Co. OHG).



Schlüpfe sind nicht wasserscheu: Das Team „UPS 4“ sorgte im letzten Jahr für Abkühlung und Unterhaltung!

Mitmachen! Düsseldorf am Ruder Samstag, den 2. September 2017

Das Portal zur Anmeldung der Ruderteams ist freigeschaltet!

Dabei sein als Sponsor oder Aktionspate
Mehr Informationen unter www.duesseldorf-am-ruder.de

Poster-Aktion schafft Bekanntheit

Mit einer neuen Poster- und Kartenaktion, gestaltet von dem Maler und Grafiker Reinhard Baumann, macht die Krebsgesellschaft NRW auf ihre Arbeit aufmerksam. Im Fokus der Kampagne stehen die individuellen Bedürfnisse der Menschen, wenn es um das Thema Krebs geht. Die Botschaft ist einfach: Ob jünger, älter, selbst betroffen oder für die Nachbarn - die Krebsgesellschaft ist für alle da: **Für die Menschen in NRW!**



Die Krebsgesellschaft kreativ unterstützen!

Fragen an den Maler und Grafiker Reinhard Baumann



Reinhard Baumann

1950 geb. in Regensburg

Zivildienst im Nervenkrankenhaus Haar,
künstlerische Arbeit mit Patienten

Kunststudium an der Uni München

Wissenschaftlicher Mitarbeiter am Lehr-
stuhl für Kunsterziehung, Uni München

Lehrauftrag für Radierung
Seit 1982 freier Maler in München

Sehr geehrter Herr Baumann, Sie arbeiten als freier Maler und Grafiker. Was treibt Sie an?

Meine Arbeit beinhaltet sowohl das völlig freie Schaffen mit der Findung von Themen und der Umsetzung sowie auch die Bearbeitung von Aufträgen. In den letzten Jahren konnte ich die künstlerische Gestaltung von Seniorenzentren mit Farben und Bildern übernehmen. Kunst sollte meiner Ansicht nach nicht im abgehobenen Raum stattfinden, sondern Bezug zum Menschen und Betrachter haben. Ein weiteres Tätigkeitsfeld sind gelegentliche gebrauchsgrafische Arbeiten, vor allem die Gestaltung von Buchumschlägen. Hauptthema meiner Bilder ist der Mensch, sehr oft in Gruppensituationen, sehr oft im Spannungsfeld von Raum und Fläche.

Sie haben die vier neuen Postermotive der Krebsgesellschaft NRW gestaltet, quasi als kreative Spende. Wie sind Sie auf diese Idee gekommen?

Meine Motivation beruht zum einen auf einer familiären Betroffenheit und zum anderen auf dem Wunsch, eine gute Sache zu unterstützen. Über eine Freundin habe ich von der Krebsgesellschaft gehört und ich habe mir gedacht, was kann ich persönlich dazu beitragen, dass diese Arbeit in der Bevölkerung bekannter wird.

Was verbinden Sie mit diesen Motiven?

Eindeutig Menschlichkeit und gegenseitige Verbundenheit. Es geht darum, dass Krebs uns alle betreffen kann und als Thema mitten in die Gesellschaft gehört. Die Krebsgesellschaft ist Ansprechpartnerin für die Menschen.



Menschen, 2013

Reinhard Baumanns Arbeitstechniken sind sehr vielfältig. Sie reichen von briefmarkengroßen Zeichnungen über Radierungen, Ölbilder bis zum Entwurf für die Farbgebung eines 10-stöckigen Hauses mit sämtlichen Balkonen, Fluren und Gemeinschaftsräumen.



Apoll, 2014

Broschüren der Krebsgesellschaft NRW

Neuzugänge und Highlights

Mit den „Grünen Ratgebern“ bietet die Krebsgesellschaft NRW eine Reihe von Broschüren, die allgemein verständlich über Krebsarten und begleitende Themen informieren. Die Broschüren, die jeweils ein Krankheitsbild thematisieren, berichten über Früherkennung, Diagnosestellung Therapie- und Nachsorgemöglichkeiten. Ergänzend dazu gibt es entitätsübergreifende Ratgeber mit Texten zur Unterstützung der Lebensqualität, komplementären Maßnahmen oder Informationen zu Sozialleistungen.

NEU Ratgeber „Angehörige“

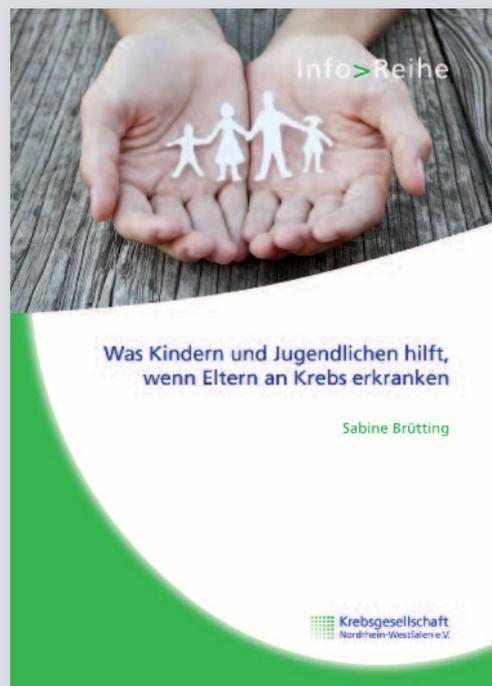
Eine schwere Erkrankung belastet immer auch die Menschen im sozialen Umfeld. Sei es der Partner, die Eltern, Kinder oder Geschwister – sie alle sind betroffen. Natürlich stellen sie sich zuerst die Frage: Was kann ich für den Erkrankten tun? Genauso wichtig ist aber, sich zu fragen: Was kann ich für mich tun, um diese belastende Situation besser zu bewältigen? Denn viele Angehörige glauben, dass sie jetzt doppelt so stark sein müssten. Die neue Broschüre geht auf häufige Fragen von Angehörigen ein und macht konkrete Vorschläge für den Umgang mit Stress, Ängsten und schwierigen Gesprächen. Lebenspartner, Geschwister, Kinder und gute Freunde von Krebskranken schildern, was ihnen besonders geholfen hat. Die Beispiele der Angehörigen zeigen, wie sie trotz Angst, Wut oder Verzweiflung positive Impulse im Alltag setzen konnten.



NEU Ratgeber „Kinder erkrankter Eltern“

Kinder krebserkrankter Eltern sind in einer sehr schwierigen Situation. Sie spüren intuitiv, dass etwas nicht in Ordnung ist. Dennoch wird mit ihnen wenig gesprochen, um sie zu schonen, aus Unsicherheit oder auch weil die Eltern sehr mit den eigenen Ängsten beschäftigt sind. Die Kinder schützen zu wollen ist verständlich. Doch letztlich hilft es nicht weiter, wenn die Eltern nicht über die Krankheit reden wollen.

Die neue Broschüre soll Eltern bestärken, ihre Kinder miteinzubeziehen. Sie gibt konkrete Hinweise, wie Gespräche gestaltet werden können. Beispiele aus der Praxis gewähren Einblick in die Gefühlswelt von betroffenen Kindern. Neben praktischen Anregungen sind Verweise auf unterschiedliche Unterstützungsangebote zu finden.





NEUAUFLAGE: „Sozialleistungen“

Eine Krebserkrankung verändert die gesamte Lebenssituation tiefgreifend. Neben den körperlichen und psychischen Belastungen entstehen viele Fragen, die weit über die medizinische Thematik hinausgehen. Was bezahlt meine Krankenkasse? Wie beantrage ich eine Reha? Was passiert, wenn ich nicht mehr arbeiten kann? Es ist nicht einfach, sich in kürzester Zeit mit allen Fakten vertraut zu machen und einen Überblick über Zuständigkeiten, Anträge und Fristen zu gewinnen.

Die Neuauflage der Broschüre „Sozialleistungen“ bietet eine erste Orientierung, welche Leistungen der Kranken- und Pflegeversicherung Betroffenen zustehen, welche Möglichkeiten der finanziellen Absicherung es gibt, wenn über längere Zeit keine Berufstätigkeit ausgeübt werden kann und welche anderen vielfältigen Hilfen im Krankheitsfall zur Verfügung stehen. Die Broschüre berücksichtigt alle wesentlichen Neuerungen durch die Pflegestärkungsgesetze I bis III und informiert über die Pflegegrade, die die bisherigen Pflegestufen ersetzen.

Bereits zu Beginn der Therapie ist es wichtig, sich über alle Unterstützungsmöglichkeiten zu informieren, um diese zu gegebener Zeit in Anspruch nehmen zu können.

**Jetzt bestellen:
telefonisch
oder im Netz**

Alle Ratgeber der Info-Reihe können innerhalb Nordrhein-Westfalens kostenlos bei der Krebsgesellschaft NRW bestellt werden. Bei größeren Bestellungen wird eine Portopauschale erhoben. Das gesamte Broschürenspektrum kann auf der Internetseite der Krebsgesellschaft NRW unter www.krebsgesellschaft-nrw.de eingesehen werden. Dort gibt es die Möglichkeit, die Broschüren online zu bestellen oder als PDF herunterzuladen.

Telefonische Bestellungen:

02 11 / 15 76 09 90

**Downloads und Online-Bestellungen
unter www.krebsgesellschaft-nrw.de**

Mitgliederversammlung der Krebsgesellschaft NRW

Wechsel an der Spitze - Aufgaben und Ziele für das Jahr 2017

Vom Vorstand am 27. Juni 2016 gewählt, stellte sich der neue Vorstandsvorsitzende Professor Dr. Ullrich Graeven anlässlich der Mitgliederversammlung (Oktober 2016) vor. Bislang als stellvertretender Vorsitzender tätig übernimmt Prof. Graeven das Amt von Professor Dr. Peter Albers. Der Hämatonkologe ist seit 2004 Chefarzt der Klinik für Hämatologie, Onkologie und Gastroenterologie an den Kliniken Maria Hilf in Mönchengladbach. Prof. Albers bleibt im Vorstand als stellvertretender Vorsitzender aktiv.

Für die Krebsgesellschaft NRW war das Jahr 2016 die Zeit der Weichenstellung. Breiten Raum während des jährlichen Treffens nahm die Vorstellung der neuen Gesamtstrategie ein.

Bislang vorrangig als Expertengesellschaft sichtbar, wird sich die Krebsgesellschaft NRW zukünftig verstärkt als Agentur für die onkologische Szene im Lande positionieren. Zu Grunde liegt der Netzwerkgedanke mit systematischer Analyse, Koordinierung und Förderung der wichtigen Handlungsfelder und Zielgruppen.

Als **expertisegestützte Plattform** (siehe S. 18f) steht die Krebsgesellschaft NRW für landesweite Kooperationen und Bündnisse zur ergebnisorientierten Verbesserung der onkologischen Versorgung. Für die kommenden Jahre wurden in Orientierung am Nationalen Krebsplan vier Schwerpunkte skizziert:

- 1) Bündnis Krebsprävention
- 2) Reha 2.0,
- 3) Patienten-Info-Pfad
- 4) Psychoonkologische Versorgung.

Die diesjährige Mitgliederversammlung findet am 18. Oktober 2017 statt.

Vorstandsaufstellung seit Juni 2016

*Vorsitzender des Vorstandes
Prof. Dr. Ullrich Graeven,
Direktor der Klinik für
Onkologie, Krankenhaus
St. Franziskus, M'gladbach*



*Stellv. Vorsitzender
Prof. Dr. Peter Albers,
Direktor der Klinik für
Urologie, Uniklinikum
Düsseldorf*



*Stellv. Vorsitzender
Dr. Johannes Selbach,
Praxis MVZ Onkologie,
Duisburg*



*Prof. Dr. Wolff Schmiegel,
Direktor der Klinik für
Gastroenterologie,
Uniklinikum Bochum*



*Martin Litsch,
Vorstandsvorsitzender des
AOK-Bundesverbandes*



*Dr. Theodor Windhorst,
Präsident der Ärztekammer
Westfalen-Lippe*





Die Arbeit der Krebsgesellschaft NRW wurde auch im vergangenen Jahr durch viele kleinere und größere Spenden unterstützt.

Diese Mittel haben wir eingesetzt

- bei der Patienteninformation und psychoonkologischen Beratung
- für Projekte zur Krebsprävention und betrieblichen Gesundheitsförderung
- zur Unterstützung der Selbsthilfe und der Fortbildungsarbeit
- um Initiativen zur Qualitätssicherung und -verbesserung der onkologischen Versorgung voranzubringen

Die Krebsgesellschaft NRW dankt allen Spendern, Förderern und Unterstützern für die Hilfe und Treue!



Mit Kunst und Comedy gegen Krebs Benefiz-Auktion der KrebsStiftung NRW

Anfang Mai führte der Comedian Hennes Bender unterhaltsam durch die dritte Benefiz-Kunstauktion in bewährter Partnerschaft mit dem BKK-Landesverband NORDWEST.

Dank der Spendenbereitschaft vieler Künstler und Spender zeigte die Versteigerung ein breites Kunstspektrum für jeden Geldbeutel und Geschmack. Darunter Arbeiten von namhaften Künstlern wie Markus Lüpertz, Otto Piene, Christo und David Hockney sowie Werke von jungen aufstrebenden Kunstschaffenden. Besonderes Highlight der Auktion waren vier Bilder, die nicht in einem Atelier oder einer Kunstakademie entstanden sind, sondern in Kinderkrebskliniken. Kinder haben die Bilder während ihrer Behandlungszeit gemalt – mit dem Wunsch, die KrebsStiftung NRW zu unterstützen. Dieses außergewöhnliche Engagement und die Kreativität der jungen Künstler machten die Auktion zu einer besonderen Herzensangelegenheit.

Ein herzlicher Dank gilt allen Unterstützern, die zum Gelingen der Auktion beigetragen haben: allen Kunstschaffenden, dem Gastgeber Christian Stratmann vom Mondpalast, dem Galeristen Till Breckner, dem BKK Dachverband e.V. sowie dem Apothekerverband Nordrhein e.V., dem Regionalverband Ruhr und dem engagierten Auktionator Hennes Bender.

www.krebsstiftung-nrw.de

 **KrebsStiftung**
Nordrhein-Westfalen



*Engagement und Unterhaltung garantiert.
Comedian Hennes Bender als Auktionator.*

Tipps: Bücher, Broschüren & Digitales

Health Apps (Verband Forschender Arzneimittelhersteller e.V.)

Mobile Gesundheitsservices und Apps für die Gesundheit erfreuen sich zunehmend großer Beliebtheit. Diabetes-Tagebücher, Arzt- und Krankenhausfinder, Ernährungscoachs, Sportbegleiter und Vorsorgepässe – die Auswahl an unterschiedlichen Gesundheits-Apps in den App Stores ist riesengroß und kaum zu überblicken.

Doch wie findet man die für sich passende App? Und worauf sollte man achten, wenn man sich für ein Angebot entscheidet? Wie steht es um den Datenschutz und die Privatsphäre?

Herausgegeben vom Verband Forschender Arzneimittelhersteller e.V. bietet die Broschüre hilfreiche Tipps und Ratschläge, die bei der Suche nach der passenden Health-App helfen können. Die Anleitung „In fünf Schritten zur eigenen Health-App“ beschreibt die Installation auf dem Handy oder Tablet.

Die Broschüre kann bestellt werden unter:
www.vfa.de/de/presse/publikationen



Aktiv leben gegen Krebs (Prof. Dr. med. Michael Schoenberg)

Viele Krebspatienten fühlen sich von der Medizin, insbesondere nach der Therapie, allein gelassen und leiden unter Folgeerscheinungen wie Erschöpfung, Schmerzen, Übelkeit, Gewichtsproblemen oder Depressionen. Dabei kann, wie neueste wissenschaftliche Erkenntnisse belegen, das Zusammenspiel unterstützender Maßnahmen aus Bewegung, Ernährung und einer psychischen Stabilisierung die Lebensqualität und sogar auch die Prognose erheblich verbessern. Dieses Buch erklärt verständlich, wie der Patient selbst aktiv werden kann: Welcher Sport eignet sich, wann soll man sich schonen? Was muss man bei einer Ernährungsumstellung beachten, gibt es eine Krebsdiät? Wann braucht man seelische Unterstützung und sollte sich Hilfe suchen? – Eine ermutigende Anleitung zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte.

Aktiv leben gegen Krebs
 Michael H. Schoenberg
 352 Seiten, Hardcover mit Schutzumschlag
 ISBN: 978-3-492-05738-7



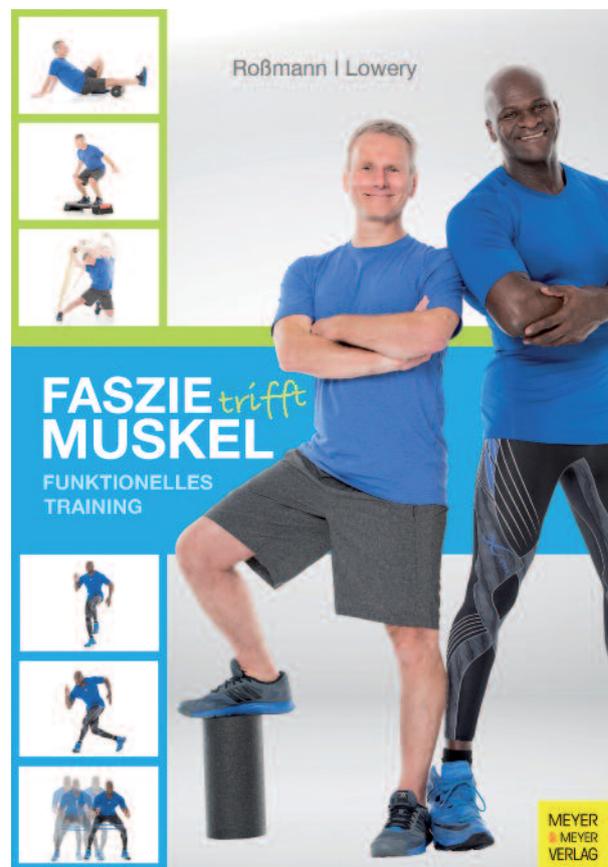
Tipps: Bücher, Broschüren & Digitales

Faszie trifft Muskel (Markus Roßmann und Lamar Lowery)

Das erste Buch auf dem Markt, das alle Vorteile von funktionellem Training und Faszientraining verbindet! Zusammen mit dem erfahrenen Functional-Fitness-Experten Lamar Lowery präsentiert Faszienexperte Markus Roßmann ein umfassendes Trainingskonzept, welches nicht nur Kraft, sondern auch intensiv die Beweglichkeit fördert.

Das Buch beinhaltet zahlreiche Übungen für die direkte Umsetzung zu Hause. Die Autoren erklären wie die Verbindung zum funktionellen Training die Fitness nachhaltig verbessern kann und präsentieren in zahlreichen Bildreihen wie funktionelles Training leicht in fasziale Übungen umgewandelt werden kann. Markus Roßmann setzt die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse über Faszien in die Trainingspraxis um.

Faszie trifft Muskel:
Funktionelles Training
Markus Roßmann und Lamar Lowery
232 Seiten, Klappenbroschur, 536 Fotos
ISBN: 978-3-8403-7547-7



Wie erkläre ich meinem Kind „Krebs“?

Zauberbaum-App unterstützt die Eltern-Kind-Kommunikation

Brustkrebs: eine solche Diagnose trifft die ganze Familie wie ein Erdbeben. Betroffene haben viele Fragen und Sorgen. Wenn sie Eltern sind, kommt schnell die Frage „Wie erkläre ich es meinem Kind?“ hinzu. Da Eltern häufig unsicher sind, wann sie mit ihrem Kind über die Erkrankung sprechen sollen und wie viel sie ihm zumuten können, hat der Verein „Hilfe für Kinder krebskranker Eltern“ die „Zauberbaum-App“ entwickelt. Die Anwendung bietet Kindern multimedial Erklärungen über die Erkrankung und ihre Therapie sowie Eltern Gesprächsleitfäden als Einstieg in das schwierige Gespräch.

„Der Zauberbaum“ steht ab sofort in jedem App-Store (Android und iOS) zum Download bereit.

<http://www.hkke.org>



(Grafik und Illustration © Jürgen Gawron, Grafikcafé, Entwicklung: Rayd GmbH)



Dosenpatinnen und -paten gesucht

Die Krebsgesellschaft NRW ist auf der Suche nach Ehrenamtlerinnen und Ehrenamtlern, die Lust haben, eine Patenschaft für eine grüne KG-Sammeldose zu übernehmen.

Dosenpatin oder -pate zu sein, ist ganz leicht: Einfach das untenstehende Formular ausfüllen und sich bei der Krebsgesellschaft NRW registrieren lassen. Die Sammeldose abholen und sich in der eigenen Nachbarschaft einen guten Platz dafür suchen. Bäcker, Blumenhändler oder auch Apotheken sind oft dazu bereit, die Dose aufzustellen! Wenn die Dose platziert ist, dann heißt es abwarten, ab und zu einmal danach schauen und im besten Fall gefüllt zurückbringen.

Die Dosenpatinnen und -paten bekommen einen „Ehrenamtler-Ausweis“, sie werden auf der Homepage, im Jahresbericht und im Magazin der Krebsgesellschaft NRW genannt.

Ja, ich möchte die Patenschaft für eine Sammeldose übernehmen:

Vor- und Nachname

Straße /Hausnummer

PLZ/Ort

Telefonnummer/Handynummer

E-Mailadresse

Datum/Unterschrift

Ihre Ansprechpartnerin bei der Krebsgesellschaft NRW ist Ingrid Foerster (Geschäftsstelle):
Volmerswerther Straße 20, 40221 Düsseldorf
Tel. 02 11 / 15 76 09 - 90 Fax: 02 11 / 15 76 09 - 99
info@krebsgesellschaft-nrw.de



Impressum

Perspektiven 2017 (März/April 2017)

Herausgeber:
Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e.V.
Volmerswerther Str. 20
40221 Düsseldorf
Tel.: 02 11 / 15 76 09 90
www.krebsgesellschaft-nrw.de
info@krebsgesellschaft-nrw.de

Konzeption, Redaktion und Gestaltung: Dinah Oelschläger, Krebsgesellschaft NRW

Titelfoto: Fotolia.de

Fotos Innenteil: U1: Fotolia.de, S.4: KG NRW/Grafik Reinhard Baumann, S.5 Prof. Dr. U. Graeven, S.6/7 Clipdealer, S.8 Fotolia.de, S.9 © Bob Carey – <http://www.thetutuproject.com>, S.10 Fotolia.de, S.12 Dr. J. Selbach, S.13 Fotolia.de, S.14/15: Fotolia.de, S.16 Netzwerkstatt Krebs, S.18 Prof. Dr. U. Graeven, S.19 KG NRW, S.20/21: KG NRW, S.22/23 KG NRW, S.24/25: KG NRW / diewerbtaetigen.de, S.26: Fotolia.de, S.27: KG NRW, S.29: KG NRW, S.30/31 D. Seyb www.meinRuderbild.de, S.32: KG NRW Grafik Reinhard Baumann, S.33 Reinhard Baumann, S.34/35 KG NRW, S.36 Prof. Dr. U.Graeven, Prof. Dr. P. Albers, Dr. J. Selbach, Prof. Dr. W. Schmiegel, M. Litsch, Dr. T. Windhorst, S. 38: Fotolia.de / BKK-Landesverband NORDWEST, S.39 Carl-Auer-Verlag, Piper Verlag, S.40: Meyer & Meyer Verlag / <http://www.hkke.org>, S.41 KG NRW, S.43 KG NRW, S.44: Fotolia.de

Das Magazin Perspektiven der Krebsgesellschaft NRW und alle in ihm enthaltenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Bei Nachdruck, auch wenn Artikel auszugsweise verwendet werden, bedarf es der ausdrücklichen schriftlichen Zustimmung des Herausgebers.

Team der Geschäftsstelle der Krebsgesellschaft NRW



Dr. Margret Schrader
Geschäftsführerin
02 11 / 15 76 09 - 90
schrader@krebsgesellschaft-nrw.de



Ingrid Foerster
Assistentin der Geschäftsführung
02 11 / 15 76 09 - 90
info@krebsgesellschaft-nrw.de



Anna Arning
(stv. Geschäftsführerin)
Psychoonkologie und
Projektmanagement
02 11 / 15 76 09 - 95
arning@krebsgesellschaft-nrw.de



Gisela Matz
Buchhaltung
02 11 / 15 76 09 - 93
matz@krebsgesellschaft-nrw.de



Irina Brieden
Prävention und
Projektmanagement
02 11 / 15 76 09 - 94
brieden@krebsgesellschaft-nrw.de



Dinah Oelschläger
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
02 11 / 15 76 09 - 92
oelschlaeger@krebsgesellschaft-nrw.de



Lena Vollmert
Psychoonkologie und Selbsthilfe
02 11 / 15 76 09 - 96
vollmert@krebsgesellschaft-nrw.de



Rebecca Janich
Spenderbetreuung
02 11 / 15 76 09 - 73
janich@krebsgesellschaft-nrw.de

Team der Krebsberatungsstelle Düsseldorf



Cornelia Sattler
Sekretariat/Verwaltung
02 11 / 30 20 17 57
info@krebsberatungduesseldorf.de



Anne-Katrin Gysae
Psychosoziale Beratung
02 11 / 30 20 17 57
gysae@krebsberatungduesseldorf.de



Kerstin Zimmer
Familiensprechstunde
02 11 / 30 20 17 57
familiensprechstunde@
krebsberatungduesseldorf.de



Krebsberatung Düsseldorf
Fleher Straße 1
40223 Düsseldorf
info@krebsberatungduesseldorf.de



Die Krebsgesellschaft NRW gibt Hilfe zum Leben

Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e.V.

Volmerswerther Straße 20

40221 Düsseldorf

Tel. 02 11 / 15 76 09 - 90

info@krebsgesellschaft-nrw.de

www.krebsgesellschaft-nrw.de

Spendenkonto Stadtparkasse Düsseldorf

IBAN DE63 3005 0110 0010 1514 88

Spendenzweck: „Spende Perspektiven“



 **Krebsgesellschaft**
Nordrhein-Westfalen e.V.