



Info > Reihe

Krebs im Netz

Hilfreiche Informationen
im Internet finden



Krebsgesellschaft
Nordrhein-Westfalen e.V.

Impressum

Herausgeber:

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

Text und Gestaltung: Dinah Oelschläger, Krebsgesellschaft NRW

Bildquellen: Titelfoto (Fotolia), S. 4, 6, 10, 13, 14, 16, 29 (pixabay.com),

S. 8, 22, 31, 32 (Fotolia), S. 26 (KG NRW)

Erstauflage: Februar 2018

Diese Druckschrift ist nicht zum Verkauf bestimmt. Nachdruck, Wiedergabe, Vervielfältigung und Verbreitung (gleich welcher Art), auch von Teilen oder Abbildungen, bedürfen der schriftlichen Genehmigung des Herausgebers.

Die Broschüre soll die Orientierung bei der Internetrecherche unterstützen, sie kann und soll das Gespräch mit dem Arzt auf keinen Fall ersetzen. Die Aufklärung zur individuellen Diagnose und Therapie bleibt allein dem ärztlichen Behandlungsgespräch vorbehalten.

Damit die Texte flüssig zu lesen sind, wurde bei Personenbezeichnungen überwiegend die männliche Form gewählt. Selbstverständlich sind beide Geschlechter gemeint.



Gute Internetseiten erkennen	09
Was ist was? Website, Homepage, Blog, Forum	11
Die Alleskönner: Seiten zum Einstieg	15
Beratung und Hilfe	17
Die Spezialisierten	23
Internetseiten der Krebsgesellschaft NRW	27
Was ist was im Web? Kleines ABC	28



Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

mit der Diagnose Krebs gehen oft schwierige Entscheidungen einher. Gute Informationen können die Situation erleichtern. Wenn Sie jedoch im Internet auf die Suche gehen, werden Sie sich schnell wie dieser Surfer auf dem Bild fühlen: umgeben von einer riesigen Welle. Die Flut an Informationen erschwert den Überblick und führt nicht selten zu großen Unsicherheiten.

Wie surfen Sie sicher durch die Datenwelle und woran lassen sich geeignete Inhalte erkennen? Der vorliegende kleine Ratgeber möchte Sie bei der Informationssuche im Internet unterstützen. Sie finden Tipps und Hinweise, was seriöse Seiten leisten müssen und wie sich zweifelhafte Informationsangebote erkennen lassen. Begriffe der Websprache und die derzeit wichtigsten Internetseiten zum Thema Krebs werden erklärt.

Mit entsprechender mobiler Ausstattung ist das Internet unabhängig von Zeit und Ort immer verfügbar. Das macht die digitale Welt so attraktiv. Gute Informationen zu Krebs können helfen, dennoch sollten sie nie allein für sich stehen. Vor allem bei Fragen zum individuellen Krankheitsbild ist höchste Vorsicht geboten. Hier sind die behandelnden Ärzte die wichtigsten Ansprechpartner und sollten nicht durch digitale Ratgeber ersetzt werden.

Ihre Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e.V.



Gute Internetseiten erkennen

Gute Seiten, schlechten Seiten: Im Internet gibt es beides in rauen Mengen.

Mit ein paar Fragen, lassen sich unseriöse Internetangebote schnell erkennen:

- Lässt sich sofort eindeutig erkennen, wer hinter der Information steht? (Z.B. eine Organisation, Fachgesellschaft, öffentliche Einrichtung, Klinik, Redaktion, Pharmaunternehmen etc.)
- Gibt es ein Impressum? Ist dort eine juristische Person aufgeführt?
- Gibt es eine Möglichkeit der Kontaktaufnahme?
- Ist der Zweck des Internetangebots klar ersichtlich?
- Werden Autoren und Quellen genannt?
- Sind die Informationen aktuell (Angabe des Datums)?
- Sind die Informationen unabhängig (kommerziell oder gemeinnützig)?
- Lassen sich Information und Werbung gut voneinander trennen?
- Kein Muss, aber gut: Hat die Internetseite ein Qualitätssiegel (z.B. afigs, HON)?

ACHTUNG!

Klicken Sie weg, wenn Seiten kein Impressum haben und sich nicht ausweisen, ebenso, wenn die Informationen alt und die Quellen nicht transparent sind. Vorsicht ist auch bei den verschiedenen Typen von Internetseiten geboten, denn nicht alle Seiten dienen der reinen Informationsvermittlung. Es gibt Blogs (Internet-Tagebücher) und Foren mit ganz unterschiedlichen Zielsetzungen und qualitativen Ansprüchen. Die hier gemachten Aussagen müssen nicht falsch sein, dennoch sind es persönliche Erlebnisse, die nicht für andere Betroffene gelten müssen. Jede Erkrankung (und damit auch die Behandlung) verläuft anders.



Was ist was? Website, Homepage, Blog, Forum

Seite ist nicht gleich Seite. Neben reinen Informationsseiten gibt es andere Typen, zum Beispiel Foren oder Blogs. Hier kommen die wichtigsten Typen:

Die Informationsseite (Website, Homepage)

Informationsseiten gibt es zu allen nur erdenklichen Themenbereichen. Meist handelt es sich um eine Website (Internetauftritt), die bestimmte Themenschwerpunkte der Öffentlichkeit präsentieren möchte, wie zum Beispiel der Internetauftritt der Krebsgesellschaft NRW (www.krebsgesellschaft-nrw.de). Mit **Homepage** (engl., wörtlich übersetzt „Zuhause“ Seite“) wird eine Website bezeichnet, die für eine Internetpräsenz einer Organisation oder eines Unternehmens, steht.

Internetforum

Bei einem Internetforum geht es um den Austausch von Informationen und Erfahrungen. In der Regel steht ein bestimmtes Thema im Mittelpunkt, es gibt aber auch Foren zu ganz allgemeinen Lebensfragen. Beliebt sind Hilfe-Foren, auf denen Ratsuchende Fragen stellen können. Teilnehmen kann jeder, der sich registriert. Nach erfolgreicher Registrierung kann man sogenannte Threads erstellen. Ein Thread besteht aus einem Diskussionsbeitrag eines Users und den Antworten von anderen Usern auf diesen Beitrag. User die nicht registriert sind, können in einem Forum meistens nur lesen, aber nicht aktiv an den Diskussionen teilnehmen.

Die Idee dahinter: Man hilft sich gegenseitig. Schnell und unkompliziert, aber Achtung: Die hier gemachten Aussagen sind in der Regel sehr persönlich und oft auch emotional. Was für den einen passt, kann für den nächsten völlig irritierend und vom Informationsgehalt wertlos sein. Da in Foren die unterschiedlichsten Meinungen und Erfahrungen aufeinander treffen, kann es zu zweifelhaften Inhalten

und kommunikativen Pannen kommen. Hier ist es wichtig, dass der Seitenbetreiber seine Rolle ernst nimmt und das Forum seriös moderiert. Ein Beispiel für ein gut gemachtes Internetforum ist das der Frauenselbsthilfe nach Krebs:

<https://forum.frauenselbsthilfe.de/forum/>

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

Blogs sind digitale Tagebücher. Sie sind in der Regel nicht geheim wie das herkömmliche Tagebuch. Ein Blog ist sehr persönlich und öffentlich. Die Beiträge werden chronologisch sortiert. Der neueste Artikel steht ganz oben. Im Mittelpunkt steht die Meinung des Verfassers. Seitenbesucher haben die Möglichkeit, die Beiträge zu kommentieren. Der Autor kann dann in direkten Kontakt mit seinen Lesern treten. In dieser Funktion ähnelt ein Blog einem Internetforum sehr stark. Bei beiden findet ein Austausch von Informationen und Gedanken statt. Erfahrungen und Emotionen überwiegen. Diese können sehr hilfreich sein und Mut machen. Zur Faktenrecherche eignen sich die meisten Blogs jedoch nicht.

Krebs-Blogs im Netz (eine kleine Auswahl)

Marinas Blog	www.hiddenfront.de
#FUCKOFFHENRY	www.fuck-off-henry.de/henry-who
Struktur und Arbeit	www.wolfgang-herrndorf.de
Krebstagebuch	www.krebs-tagebuch.de
Der Krebskillerblog	www.krebskillerin.net/blog
Annika vs Karl-Heinz	www.annika-vs-karl-heinz.de

Soziale Netzwerke oder Soziale Medien

(Facebook, Twitter, YouTube, Instagram und Co.)

Die Hauptakteure sind Facebook, Twitter, YouTube, Instagram und noch einige andere. Es sind digitale Medien, die es Nutzern ermöglichen, sich im Internet darzustellen, Informationen weiterzugeben, sich zu vernetzen und sich untereinander auszutauschen. Soziale Medien unterstützen das schnelle Verbreiten von Wissen, Meinungen und anderen Informationen. Blogs und Foren sind auch hier zu finden. Soziale Netzwerke sind nicht moderiert, das heißt, sie sind inhaltlich noch „freier“ und unsortierter als zum Beispiel gut moderierte Foren.

Facebook ist mit mehr als 1,4 Milliarden aktiven Nutzern weltweit das größte soziale Netzwerk. Jeder kann sich ein Facebook-Profil anlegen, Texte, Fotos und Videos einstellen.

Twitter ist ein Mikroblogging-Dienst, bei dem sogenannte Tweets (Zwitschern) mit maximal 280 Zeichen veröffentlicht werden können. Twitter ist schnell und lebt von der Aktualität. Dabei arbeiten die Nutzer mit sogenannten Hashtags (#), (verlinkten Schlagwörtern). Diese bündeln Themen, die sich über das soziale Netzwerk schnell finden lassen.

YouTube ist ein Videoportal. Jeder kann auf dem Portal kostenlos Videoclips ansehen, bewerten, kommentieren und selbst hochladen. Da es alle Arten von Videos gibt - professionelle und private - gibt es seriöse und weniger seriöse Inhalte. Diese Tatsache vereint alle sozialen Medien.

Instagram ist ein kostenloser Online-Dienst zum Teilen von Fotos und Videos, der zur Facebook Inc. gehört. Nutzer können Fotos und Videos hochladen, andere Profile abonnieren und kommentieren.





Die Alleskönner: Seiten zum Einstieg

Als Einstieg in die Internetrecherche zum Thema Krebs sind die Internetseiten 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 Internetseite der Krebsgesellschaft NRW umfangreiche Informationen, Adressen und Angebote.

www.krebsgesellschaft-nrw.de

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

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

Die Deutsche Krebshilfe bietet ebenfalls ein breites Spektrum an Informationen. **www.krebshilfe.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

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

www.gesundheitsinformation.de



Beratung und Hilfe

Die folgenden Internetseiten helfen, Ansprechpartner zu finden oder bieten direkt die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

Der **Krebsinformationsdienst** des Deutschen Krebsforschungszentrums bietet die Möglichkeit, sich telefonisch oder schriftlich beraten zu lassen. Es besteht auch die Möglichkeit via Facebook Kontakt aufzunehmen.

Tel.: 0 800 / 420 30 40 (täglich von 8.00 bis 20.00 Uhr)

E-Mail an krebsinformationsdienst@dkfz.de

www.krebsinformationsdienst.de

[www.facebook.com \(Krebsinformationsdienst\)](https://www.facebook.com/Krebsinformationsdienst)

Das **INFONETZ KREBS** beantwortet Fragen zum Thema Krebs

Tel.: 0 800 / 80 70 88 77 (Mo bis Fr 8.00 bis 17.00 Uhr)

E-Mail: krebshilfe@infonetz-krebs.de

www.infonetz-krebs.de

Ambulante Krebsberatungsstellen helfen bei psychosozialen Fragen und begleiten als Lotsen in schwierigen Situationen. Ratsuchende können persönliche Gespräche in den Beratungsstellen und am Telefon in Anspruch nehmen. Die Kontaktdaten der Krebsberatungsstellen in NRW sind auf der Homepage der Krebsgesellschaft NRW unter **www.krebsgesellschaft-nrw.de** zu finden.

Die **Krebsgesellschaft NRW** unterhält zudem eine Hotline zur psychosozialen Erstberatung Tel.: 02 11 / 30 20 17 57

beratung@krebsgesellschaft-nrw.de

Die Krebs-Selbsthilfe im Internet

Der Austausch mit Betroffenen ist für viele Krebserkrankte sehr wichtig. 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 Angehörige.

www.frauenselbsthilfe.de und **<https://forum.frauenselbsthilfe.de>**

Für Angehörige und Freunde: **www.partner-krebserkrankter-frauen.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

Interessenvertretung & Selbsthilfe für Krebsüberlebende im erwerbsfähigen Alter

www.leben-nach-krebs.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. **www.jung-und-krebs.de**

Das Internet-Projekt **Onko-Kids** ermöglicht krebserkrankten Kindern und Jugendlichen und ihren Familien eine bisher in Deutschland noch nicht existierende Form der Kommunikation. **www.onkokids.de**

Darmkrebs

Deutsche ILCO e.V. zählt ebenfalls zu den größten und ältesten Selbsthilfevereinigungen: Sie ist Anlaufstelle für Menschen mit künstlichem Darmausgang/Harnableitung sowie für Darmkrebs Erkrankte und Angehörige.

www.ilco.de und <https://ilco.de/forum>

Familienhilfe Darmkrebs e.V. ist Ansprechpartner für erblichen Darmkrebs. Das **Darmkrebs-Forum Semi-Colon** bietet umfassenden Austausch.

www.semi-colon.de und <http://forum.semi-colon.de>

Brustkrebs

Frauensebsthilfe nach Krebs e.V. fungiert sowohl als Anlaufstelle für Frauen mit Brustkrebs wie auch für Frauen und Männer mit anderen Tumorarten.

www.frauensebsthilfe.de und <https://forum.frauensebsthilfe.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 und

<https://www.brustkrebs-beim-mann.de/forum>

Prostatakrebs

Das Anliegen des **Bundesverbandes Prostatakrebs Selbsthilfe e.V.** ist es, Ratsuchende über die vielen Aspekte einer Prostatakrebs Erkrankung aufzuklären.

www.prostatakrebs-bps.de und <https://forum.prostatakrebs-bps.de>

Blasenkrebs

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

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 Bauchspeicheldrüsenenerkrankten zu fördern. Krebspatienten werden dabei besonders berücksichtigt. www.bauchspeicheldruese-pankreas-selbsthilfe.de und <https://www.bauchspeicheldruese-pankreas-forum.de>

Lungenkrebs

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

Nierenkrebs/Sarkome

Beim **Lebenshaus e.V.** finden Betroffene mit Nierenkrebs und Sarkomen Ansprechpartner. www.daslebenshaus.org

Kehlkopfkrebs

Der **Bundesverband der Kehlkopfflosen und Kehlkopfoptierten e.V.** richtet sich an Menschen mit Kehlkopfkrebs und mit Tumoren im Rachen.

www.kehlkopfoptiert-bv.de und
<http://kehlkopfoptiert-bv.de/forum/sub/forum-2>

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 und
<https://www.leukaemie-hilfe.de/foren.html>

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 und www.netzwerk-net.de

Schilddrüsenkrebs

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

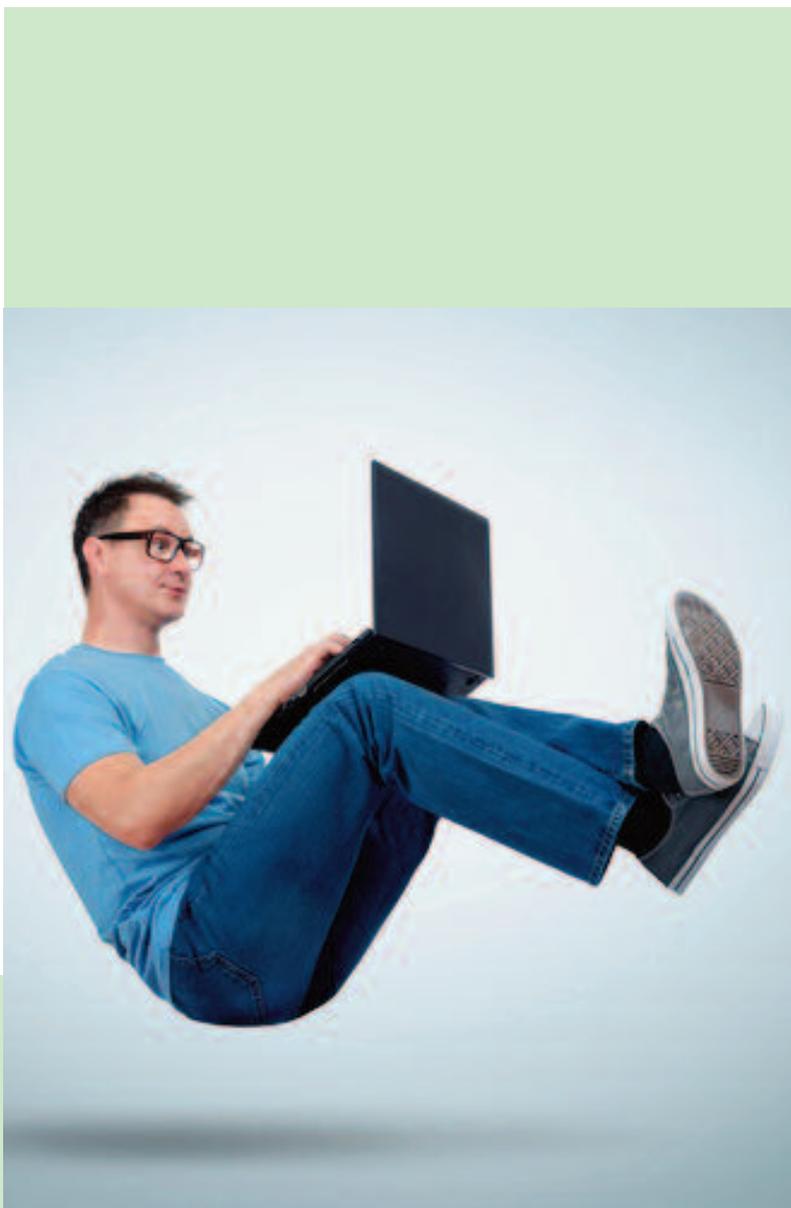
Vulvakarzinom

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.** unterstützt Betroffene mit Hautkrebs. www.shg-haut.de



Die Spezialisierten

Kliniksuche und Befund

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

Die Seite **www.weisse-liste.de** liefert Informationen zur Krankenhausqualität und soll dabei helfen, die richtige Klinik zu finden.

Bei Fragen rund um den medizinischen Befund helfen die Internetseiten **www.befunddolmetscher.de** und **www.washabich.de**

Das Online-Lexikon **www.laborlexikon.de** bietet ausführliche Erklärungen von Laborwerten.

Rehabilitation

Arbeitsgemeinschaft für Krebsbekämpfung der Träger der gesetzlichen Kranken- und Rentenversicherung im Lande Nordrhein-Westfalen (ARGE Krebs):

Bei allen Fragen zu onkologischen Rehabilitationsmaßnahmen stehen Ihnen die Mitarbeiter der Arbeitsgemeinschaft zur Verfügung. Antragsformulare und Informationsblätter der Arbeitsgemeinschaft stehen unter **www.argekrebsnw.de**

Die **Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation** stellt auf ihren Internetseiten zahlreiche Informationen und Publikationen zum gesamten Themenspektrum der Rehabilitation bereit: **www.bar-frankfurt.de** (Publikationen).

Informationen des Bundesministeriums für Gesundheit zum Thema Rehabilitation finden Sie unter www.bmg.bund.de (Krankenversicherung/Leistungen/Rehabilitation)

Reha-Servicestellen stehen jedem Rat- und Hilfesuchenden in allen Fragen der Rehabilitation als Anlaufstelle zur Verfügung. Ein Verzeichnis aller Servicestellen ist zu finden unter www.reha-servicestellen.de

Informationen zum Thema Schmerzen

Die Deutsche Schmerzliga e.V. macht sich stark für die Belange von Menschen, die unter chronischen Schmerzen leiden. Auf der Internetseite gibt es Hintergrundinformationen, Selbsthilfeangebote und Adresslisten: www.schmerzliga.de

Die Deutsche Schmerzgesellschaft e.V. hält eine Seite mit gut verständlichen Informationen zu dem Themenbereich bereit: www.dgss.org

Die Seite www.praxisumfrage-tumor-schmerz.de bietet den Online-Fragebogen „Tumorschmerz“ mit dem Patienten ihr Schmerzprofil ermitteln und für den nächsten Arztbesuch ausdrucken können.

Die Bundesopiumstelle im Bundesinstitut für Arzneimittel (BfArM) bietet Informationen zum Thema Schmerztherapie mit Opioiden: www.bfarm.de

Informationen zum Thema Fatigue

Umfangreiche Informationen gibt die Internetseite der Deutschen Fatigue Gesellschaft unter www.deutsche-fatigue-gesellschaft.de

Naturheilkunde bei Krebs/Linderung von Nebenwirkungen

Viele Menschen mit Krebs sind auf der Suche nach unterstützenden Maßnahmen. Das können naturheilkundliche Mittel und Verfahren sein. Das Internetportal www.komplementaermethoden.de der Krebsgesellschaft NRW bietet einen Überblick über das Thema und gibt konkrete Tipps zur Linderung von Nebenwirkungen.

Kinder erkrankter Eltern

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

Die Beratungsstelle Flüsterpost e.V. stellt ihre Hilfsangebote für Kinder, Jugendliche und Erwachsene auf ihrer Website www.kinder-krebskranker-eltern.de dar.

Seltene Krebserkrankungen und weitere spezialisierte Seiten

Kompetenznetz Lymphome unter www.lymphome.de

Kompetenznetz Leukämien unter www.kompetenznetz-leukaemie.de

CLL-Studiengruppe (Chronische lymphatische Leukämie) www.dclsg.de

Kompetenznetz Pädiatrische Hämatologie und Onkologie unter www.kinderkrebsinfo.de

BRCA-Netzwerks (Hilfe bei familiärem Brustkrebs und Eierstockkrebs) www.brca-netzwerk.de

Die Internetseite www.fertiprotekt.de widmet sich der Erhaltung der Fruchtbarkeit von Patienten.

Das Deutsche Gliomnetzwerk informiert unter www.gliomnetzwerk.de über Zentren, Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten von Hirntumoren.

Interdisziplinäre Arbeitsgruppe Hodentumoren www.hodenkrebs.de

Das Portal www.entscheidungshilfe-prostatakrebs.de hilft, Unsicherheiten zu reduzieren und die Erkrankung und ihre Behandlungsmöglichkeiten besser zu verstehen. Um Zugang zu diesem Informationsangebot zu erhalten, ist eine Anmeldung mittels eines Zugangscodes vom behandelnden Urologen erforderlich.

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

Volmerwerther Str. 20
40221 Düsseldorf
Fon: 02 11 / 15 76 09 - 90
Fax: 02 11 / 15 76 09 - 99
info@krebsgesellschaft-nrw.de



Startseite

Krebsprävention



© FOTOLIA
Welche Maßnahmen gibt es?
[weiter erfahren](#)

Beratung und Begleitung



© FOTOLIA
Für Betroffene und Angehörige
[+ Beratung und Begleitung](#)
[+ Krebsberatung](#)

Komplementäre Methoden



© FOTOLIA
Was kann ich noch für mich tun?
[weiter erfahren](#)

Unternehmen sind aktiv

Mein Chef hat

Netzwerk KG NRW

NRW-Verbund



Komplementäre Behandlungsmethoden bei Krebserkrankungen

iwenv Krebsgesellschaft
Nordrhein-Westfalen e.V.

[Sichwerzeichens](#) [Kontakt](#) [Impressum](#) [Datenschutz](#)

Suchbegriff

Start

Broschüren bestellen

Komplementäre Maßnahmen

Linderung von Nebenwirkungen

Ernährung

- Grundlagen
- Nahrungsergänzung
- Tipps
- Krebs-Diäten

Psyche

Sport

Adressen

Quellen

Ernährung

Viele Krebspatienten befehlen sich aufgrund ihrer Erkrankung mit dem Thema Ernährung und kläuft auch mit empfohlenen Krebsdiäten. Was ist gut, was nicht? Um diese Frage zu beantworten, dürfen nur gesicherte wissenschaftliche Erkenntnisse herangezogen werden.

Die nachfolgenden Ausführungen für eine bedarfsgerechte Ernährung – mit und ohne Krebserkrankung – berücksichtigen den aktuellen Wissensstand und geben allgemeine Ernährungsempfehlungen.

Bei speziellen Problemstellungen muss auf jeden Fall der behandelnde Arzt bzw. eine Ernährungsfachkraft zu Rate gezogen werden.

Achtung:

Es gibt keine Krebsdiät. Keine, die Krebs verhindern kann und auch keine, die ihn heilen kann. Die Wissenschaft sämtlicher sogenannter Krebsdiäten (alternative oder einseitige Ernährungsformen) ist wissenschaftlich nicht belegt. Weder das Wachstum der Krebszellen wird verlangsamt noch die Metastasentbildung verhindert. Krebspatienten benötigen nur dann eine spezielle Diät, wenn die Ernährung oder deren Behandlung Unverträglichkeiten verursacht. Ansonsten besteht die Gefahr einer Defizienz einer Mangelernährung. Zudem verlieren Tumorkrankheiten durch die meist einseitige Kost einer Diät oft einen wesentlichen Teil an Lebensqualität.



© FOTOLIA

Internetseiten der Krebsgesellschaft NRW

www.krebsgesellschaft-nrw.de

Hauptseite der Krebsgesellschaft NRW mit der Möglichkeit, Broschüren zu Krebserkrankungen und begleitenden Themen zu bestellen und herunter zu laden; Kontakte zu weiteren Ansprechpartnern in NRW.

www.komplementaermethoden.de

Internetseite der Krebsgesellschaft NRW in Zusammenarbeit mit dem Institut zur wissenschaftlichen Evaluation naturheilkundlicher Verfahren an der Universität zu Köln. Das Portal bietet einen Überblick über naturheilkundliche Maßnahmen, die eine Krebstherapie ergänzen können.

www.krebsberatungduesseldorf.de

Internetseite der Krebsberatung Düsseldorf mit Beratungsangeboten für Betroffene und Angehörige aus der Region Düsseldorf.

www.bigburn.de

Portal zu der Hautkrebs-Präventionskampagne „The Big Burn Theory“ speziell für Schulen zum Umgang mit UV-Strahlung. Die Seite bietet viele Videos, ein Wissensquiz mit Jump-and-Run.

www.mutige-maenner.de

Kampagnenseite zur Darmkrebsprävention in NRW in Kooperation mit der Deutschen ILCO Landesverband NRW und der BARMER.

www.facebook.com/Krebsgesellschaft.NordrheinWestfalen

[www.youtube.com \(Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen\)](https://www.youtube.com/Krebsgesellschaft.Nordrhein-Westfalen)

Facebook- und YouTube-Präsenzen der Krebsgesellschaft NRW mit einer Vielfalt an aktuellen Informationen, Fotos und Veranstaltungen.

Was ist was im Web? Kleines ABC

Account: Nutzerkonto. Ein Account ist ein Konto bei einem Internetdienst.

Blog ist das kurze Wort für Web-Log (zusammengesetzt aus den Wörtern „Web“ und „Logbuch“, also eine Art Tagebuch. Die Einträge sind nach Datum sortiert, der neueste Eintrag steht zuerst. In einem Blog veröffentlicht ein Autor Texte und Berichte, die ihm wichtig erscheinen. Ein solcher Autor ist ein "Blogger".

Dropbox: Cloud-Dienst in den man Dateien hochladen und per Browser oder App wieder abrufen kann. Dient der Online-Datenspeicherung, aber auch dem Austausch von Daten zwischen verschiedenen Personen.

Follower: Nutzer, der einem anderen folgt, indem er seine Tweets abonniert.

Hashtag: Zusammensetzung aus engl. „hash“ für das Schriftzeichen Doppelkreuz (#) und engl. „tag“ für Markierung; deutsches Synonym in etwa Schlagwort, bezeichnet ein Wort oder eine Zeichenkette mit vorangestelltem Doppelkreuz. Diese Form der Verschlagwortung erfolgt innerhalb des Fließtextes. Soziale Netzwerke wie Pinterest, Facebook und Mikroblogging-Dienste wie Twitter nutzen diese Angaben, um die Suche innerhalb ihres Netzwerkes nach so verschlagworteten Begriffen zu erleichtern.

Netiquette: Benimmregeln im Internet. Netiquette setzt sich aus den Wörtern Internet und Etikette zusammen. Auch im Netz gibt es Regeln und Bedeutungen: z.B. NICHT NUR IN GROSSBUCHSTABEN SCHREIBEN, denn das wirkt wie lautes Schreien.

Posting, posten: Schreiben und Senden von Beiträgen in Newsgroups, Foren oder Social-Media-Kanälen.

Push-Mitteilung: Nachrichten, die automatisch im eigenen Eingangskanal landen, weil sie vom Sender dorthin gepusht (gedrückt) werden, im Gegensatz zu Pull-Mitteilungen, die man sich extra von einem Speicherplatz abrufen muss.

RSS-Feed: Bereitstellung von Daten im RSS-Format (Really Simple Syndication), die Veränderungen von Webseiten regelmäßig abrufen und in einem RSS-Reader automatisiert anzeigen, häufig ähnlich einem Nachrichtenticker.

Tag bedeutet Etikett, Markierung. Ähnlich einem Anhänger, der an einem Gegenstand hängt und diesen genauer erklärt – so, wie das Etikett an einem Kleidungsstück. Ein Tag im Internet liefert weitere Informationen zu einem bestimmten Wort.

Als **Thread** wird die Gesamtheit der aufeinander folgenden Beiträge zu einem bestimmten Thema innerhalb eines Blogs bezeichnet.

Als **Troll** bezeichnet man im Netzsargon eine Person, welche Kommunikation im Internet fortwährend und auf destruktive Weise dadurch behindert, dass sie Beiträge verfasst, die sich auf die Provokation anderer Gesprächsteilnehmer beschränken und keinen sachbezogenen und konstruktiven Beitrag zur Diskussion enthalten. Dies erfolgt mit der Motivation, eine Reaktion der anderen Teilnehmer zu erreichen. In darauf bezogenen Bildern wird oft der aus der Mythologie bekannte Troll dargestellt. Ein im Englischen gelegentlich gebrauchtes Synonym ist *twit* (engl.: Dummkopf).

Tweet: Auf 280 Zeichen begrenzte Kurznachricht im Echtzeitdienst Twitter.

Retweet: Weiterleitung eines Tweets oder eines Zitats an die eigenen Follower

Shitstorm: zusammengesetzt aus englisch *shit* „Scheiße“ und *storm* „Sturm“. Bezeichnet im Deutschen das lawinenartige Auftreten negativer Kritik gegen eine Person oder ein Unternehmen im Rahmen von sozialen Netzwerken, Blogs oder Kommentarfunktionen von Internetseiten bis hin zur Schmähkritik (auch „Sturm der Entrüstung in einem Kommunikationsmedium des Internets“).

User: (englisch „Benutzer, Anwender, Verwender“, auch Plural) steht für Benutzer, eine reale Person, die Computer nutzt.



Wenn es doch etwas Gedrucktes sein soll!

Die Broschüren der „Grünen Info-Reihe“

Mit den „grünen Ratgebern“ bietet die Krebsgesellschaft NRW eine Reihe von Broschüren, die allgemein verständlich über verschiedene Krebsarten und begleitende Themen informieren. Die Broschüren zu einzelnen Krankheitsbildern behandeln die Themen Früherkennung, Diagnosestellung sowie aktuelle Therapie- und Nachsorgemöglichkeiten. Ergänzend dazu gibt es eine Reihe von entitätsübergreifenden Ratgebern mit Texten zu Bewegung und Sport, Ernährung oder zur Linderung von Nebenwirkungen.

Alle Ratgeber der Info-Reihe können innerhalb Nordrhein-Westfalens kostenlos bei der Krebsgesellschaft NRW bestellt werden. Bei Bestellungen ab 11 Stück wird ein Versandkostenanteil erhoben. Telefonische Bestellungen: 02 11 / 15 76 09 90
Downloads und Online-Bestellungen unter www.krebsgesellschaft-nrw.de

Broschüren zu verschiedenen Krebsarten

- Ratgeber Blasenkrebs
- Ratgeber Brustkrebs
- Ratgeber Dickdarmkrebs
- Ratgeber Gynäkologische Tumoren
- Ratgeber Hautkrebs
- Ratgeber Prostatakrebs

Broschüren zu begleitenden Themen

- Wegweiser: Diagnose Krebs
- Komplementäre Behandlungsmethoden bei Krebserkrankungen
- Mit Leib und Seele leben Teil 1 (Hilfe für den Körper)
- Mit Leib und Seele leben Teil 2 (Hilfe für die Seele)
- Ratgeber Fatigue
- Schmerzen bei Krebs
- Sozialeleistungen bei Krebserkrankungen
- Ratgeber Angehörige von Krebspatienten
- Was Kindern und Jugendlichen hilft, wenn Eltern an Krebs erkranken

Krebs ist unsere Aufgabe, das Leben unser Ziel – für die Menschen in NRW

Die Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e.V.

Die gemeinnützige Krebsgesellschaft NRW setzt sich seit 67 Jahren für die Verbesserung der Versorgung krebserkrankter Menschen in Nordrhein-Westfalen ein. Das Aufgabenspektrum ist vielfältig und reicht von Initiativen zur Krebsprävention und Qualitätsentwicklung über Information bis hin zur ambulanten Krebsberatung.

Wir helfen, gute Entscheidungen zu treffen

Erkrankte Menschen unterstützt die Krebsgesellschaft NRW darin, selbstbestimmte Entscheidungen zu treffen. Wir begleiten bei der Bewältigung von Schmerzen und Ängsten. Für Menschen mit Krebs, ihre Familien und Freunde will die Krebsgesellschaft NRW ein Auffangnetz in der Krise bieten.

Wir sind die Plattform für Kooperationen in der Onkologie in NRW

Um den Herausforderungen der Zukunft wirkungsvoll zu begegnen, bedarf es der Förderung von Kooperationen in der Onkologie des Landes, die Verknüpfung loser Enden durch konsentiertes Vorgehen von Institutionen und Entscheidern sowie die Entwicklung bedarfsgerechter sektorübergreifender Konzepte. Als Krebsgesellschaft des Landes bieten wir eine aktiv handelnde „Plattform für Kooperationen in der Onkologie“: mit gezielter Netzwerkarbeit, Moderation, Koordination und Förderung.

Wir wollen ein Leben ohne Krebs

Unsere Vision ist es, dass weniger Menschen an Krebs erkranken. Dafür setzen wir unser Know-how in der Krebsprävention gezielt ein – mit Aktionen für Jung und Alt.



Sie spenden,
wir helfen!



*Spende
per Klick!*

Jetzt auch online
www.krebsgesellschaft-nrw.de

Helfen Sie mit Ihrer Spende,
unsere Arbeit zu stärken.

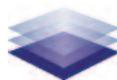
Die Krebsgesellschaft NRW bietet zuverlässige
Information, Orientierung und Beratung.

Spendenkonto:

Stadtsparkasse Düsseldorf

IBAN DE63 3005 0110 0010 1514 88

Spendenzweck: Wissen zum Leben



Initiative
Transparente
Zivilgesellschaft

Krebsgesellschaft NRW
Volmerswerther Straße 20
40221 Düsseldorf

Tel: 02 11 / 15 76 09 90
www.krebsgesellschaft-nrw.de
info@krebsgesellschaft-nrw.de