

**NIERENZELL-  
KARZINOM**



# INHALTSVERZEICHNIS

<b>ALLGEMEINE INFORMATIONEN</b> .....	3
Ihre Patientenmappe .....	3
<b>Die Klinik für Urologie</b> .....	4
Die Klinik für Urologie stellt sich vor .....	4
Spezifische Kompetenzen .....	5
Hier finden Sie uns .....	5
Sprechstunden .....	6
<b>Ansprechpartner</b> .....	7
Im Prostatakarzinomzentrum .....	7
Kooperationspartner (Leistungserbringer) des Zentrums .....	8
<b>Weitere Kooperationspartner</b> .....	9
Psychoonkologie .....	9
Sozialdienst .....	10
Palliativ- und Schmerztherapie .....	11
Humangenetische Beratung .....	12
Klinikseelsorge .....	13
Ambulanz für Naturheilkunde und Integrative Onkologie .....	14
Palliativ- und Schmerztherapie .....	15
<b>Rehabilitation für Personen nach/mit einer Krebserkrankung</b> .....	16
MEDIAN Reha-Zentrum Bad Berka Adelsberg-Klinik .....	18
MEDIAN Klinik Bad Colberg .....	21
Asklepios Kliniken Bad Salzungen .....	24
Inselsberg Klinik Bad Tabarz .....	27
Masserberger Klinik .....	30
<b>INFORMATIONEN ZUR ERKRANKUNG</b> .....	33
<b>Was ist Nierenkrebs?</b> .....	33
<b>Tumorboard</b> .....	35
<b>Strahlentherapie</b> .....	36
<b>Operation</b> .....	38
<b>Studien</b> .....	39
<b>Stationäre Aufnahme</b> .....	40
<b>Informationen des Klinischen Krebsregisters Thüringen</b> .....	41
<b>EMPFEHLUNGEN UND TIPPS</b> .....	43
<b>Ernährung</b> .....	43
<b>Behandlung von Schmerzen bei Krebs</b> .....	46
<b>Surftipps zum Thema Krebs</b> .....	53
<b>Checkliste für das Gespräch mit dem Arzt</b> .....	56
<b>Checkliste Entlassung nach stationärem Aufenthalt</b> .....	59

# ALLGEMEINE INFORMATIONEN

## Ihre Patientenmappe

### Liebe Patientin, lieber Patient

diese Patientenmappe enthält eine Zusammenstellung von wichtigen Informationen rund um die Erkrankung und Behandlung von Nierenkrebs.

In der Rubrik **Allgemeine Informationen** wird die Klinik für Urologie näher beleuchtet, die **Ansprechpartner** vorgestellt und die verschiedenen Sprechstunden aufgelistet. Im nächsten Abschnitt finden Sie unter dem Reiter **Informationen zur Erkrankung** unter anderem Antworten auf die Fragen „Was ist Nierenkrebs?“, „Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?“ und „Wie läuft der Klinikalltag in der Urologie ab?“. Unter dem Reiter **Empfehlungen und Tipps** haben wir für Sie wissenswertes für die Zeit nach Ihrem Aufenthalt in der Klinik zusammengestellt. Schließlich bietet Ihnen die Mappe unter der Überschrift **Ablage** Platz zum Abheften Ihrer Befunde, Arztbriefe und anderer Unterlagen. In den Seitentaschen finden Sie eine kleine Auswahl an zuverlässigen Ratgebern, Broschüren der Deutschen Krebshilfe und anderen Einrichtungen. Gern stellen wir Ihnen mehr Informationsmaterialien zur Verfügung. Bitte sprechen Sie das Pflegepersonal oder Ihren Arzt darauf an.

An dieser Stelle möchten wir Sie auch auf den **Nachsorgepass** aufmerksam machen. Nehmen Sie ihn zu jeder Nachsorgeuntersuchung mit und lassen Sie die durchgeführten Untersuchungen, Laborwerte und die benötigten Medikamente eintragen. Tragen Sie den Pass möglichst immer bei sich, denn bei einer akuten Krankheit oder einem Unfall kann er dem Arzt schnell helfen, für Sie die bestmögliche Behandlung zu finden. Außerdem kann er Ihnen auch im Alltag helfen, Sie an die notwendigen Nachsorgekontrollen zu erinnern und sich in Vorbereitung auf die Untersuchung Notizen zu machen.

Die Mappe enthält, wenn sie Ihnen überreicht wird, nur eine sehr kurze Zusammenfassung aller notwendigen Informationen. Im Verlauf Ihrer Erkrankung können Sie die Mappe dann beliebig erweitern und ganz individuell gestalten. Durch das praktische Register finden Sie schnell, wonach Sie gerade suchen. Egal ob bei der selbständigen Recherche im Netz, dem Gespräch mit Angehörigen oder dem Termin beim Arzt, die Mappe können Sie immer mitnehmen und die neuen Unterlagen sofort ablegen. So haben Sie jederzeit alles griffbereit.

Für mehr Informationen, Tipps zu guten Quellen und Fragen zum Inhalt der Mappe stehen Ihnen die Ärzte und das Pflegepersonal der Klinik für Urologie jederzeit sehr gern zur Verfügung.

**Ihr Behandlungsteam**

# Die Klinik für Urologie

## Die Klinik für Urologie stellt sich vor

In unserer Einrichtung arbeiten wir als Spezialisten-Team verschiedener Fachrichtungen u.a. rund um das Organ Niere. Neueste Diagnostik- und Therapieverfahren machen die notwendige Behandlung gezielter, sicherer und schonender. Bei allen Diagnoseschritten bewerten bei uns mindestens zwei Spezialisten die Daten und Bilder und besprechen alle Fakten im Team. Das Ziel dieser intensiven Teamarbeit am gesamten Universitätsklinikum Jena für unsere Patienten ist: Beste Chancen auf Heilung.

Individualität und patientenbezogenes Arbeiten sind unsere Hauptstärken, was jedoch nur mittels eines gut organisierten Teams zu realisieren ist. Unsere Behandlungen umfassen alle operativen Verfahren bei Nierentumoren sowie medikamentöse und Infusionstherapien, Radiofrequenzablationen, Physiotherapie und Ernährungsberatung, palliative Behandlung und Supportivtherapie. Während der Behandlung und der Nachsorge können Sie eine psy-

chologische Begleitung erhalten. Wir erstellen im Dialog mit unseren Patienten einen maßgeschneiderten Therapieplan, der auf ihre Wünsche und Bedürfnisse abgestimmt ist. Bei all unseren Behandlungen legen wir selbstverständlich den größten Wert darauf, Ihre gute Lebensqualität zu erhalten oder wieder herzustellen.

Auf die Erfahrung von Experten unterschiedlicher Fachrichtungen kommt es an - dieser interdisziplinäre Austausch liegt unserem Team insbesondere am Herzen. Die auf Nierenkrebs spezialisierten Urologen, Ultraschallexperten, Radiologen, Strahlentherapeuten, internistischen Onkologen und Psychoonkologen arbeiten gemeinsam Hand in Hand - nach den neuesten Erkenntnissen der Medizinforschung.

Wir wünschen Ihnen von Herzen alles Gute!



**Prof. Dr. med. Marc-Oliver Grimm**

*Direktor der Klinik für Urologie,  
Leiter des Prostatakarzinomzentrums*

## Spezifische Kompetenzen

Patienten mit einem Nierenzellkarzinom werden interdisziplinär und leitliniengerecht optimal behandelt. Wir sind ein interdisziplinäres Zentrum zur Verbesserung der Versorgungsqualität durch eine enge Zusammenarbeit der Leistungserbringer in der Diagnostik, Therapie und Nachsorge von Nierenzellkarzinompatienten.

Die interdisziplinäre Diagnostik und Therapie stützt sich auf die Kompetenz der einzelnen Kooperationspartner. Für die Nierenzellkarzinompatienten bestehen stadienabhängige Therapiekonzepte (Operation, Radiofrequenzablation, medikamentöse Therapie, Strahlenbehandlung bzw. Kombinationen).

## Hier finden Sie uns

**Universitätsklinikum Jena  
Klinik für Urologie**

*Prof. Dr. M.-O. Grimm  
Am Klinikum 1, 07747 Jena*

*Chefsekretariat*

*Nora Hesse  
E-Mail: [Nora.Hesse@med.uni-jena.de](mailto:Nora.Hesse@med.uni-jena.de)  
Tel.: +49 3641 9-329901  
Fax: +49 3641 9-329902*

*Poliklinik*

*Tel.: +49 3641 9-329932*

## Sprechstunden

### Privatsprechstunde

---

(Prof. Dr. Grimm)  
Montag / Donnerstag 13:00 - 15:00 Uhr

### Prostatakarzinomsprechstunde

---

(OA Dr. Twelker)  
Montag 08:00 - 13:00 Uhr

(OA Dr. Hartmann)  
Mittwoch 08:00 - 13:00 Uhr

### Tumorsprechstunde

---

(Hr. Dr. Geiling)  
Dienstag 08:00 - 13:00 Uhr

(Fr. Dr. Winkler)  
Donnerstag 08:00 - 13:00 Uhr

### Transplantationsprechstunde

---

(Dr. Winkler, OA Dr. Twelker, Koordinationsbüro Fr. Reichert)  
Donnerstag 13:30 - 15:00 Uhr

### Nierenzellkarzinom- / Studiensprechstunde

---

(Fr. Ooppel-Heuchel)  
Montag 08:00 - 13:00 Uhr

### Andrologische Sprechstunde (incl. Kinderwunsch & Erektile Dysfunktion)

---

(Hr. Dr. Geiling)  
Dienstag 13:30 - 15:00 Uhr

### Neuro-Urologie / Harninkontinenz

---

(Fr. McDonald)  
Montag 08:00 - 13:00 Uhr

### Urodynamik / Funktionsdiagnostik

---

Mittwoch 08:00 - 14:00 Uhr



# Ansprechpartner

## Im Prostatakarzinomzentrum



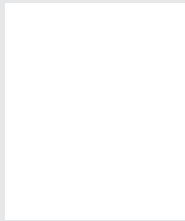
**Prof. Dr. Marc-Oliver Grimm**

*Direktor der Klinik für Urologie  
Leiter des Prostatakarzinomzentrums*

E-Mail: [Marc-Oliver.Grimm@med.uni-jena.de](mailto:Marc-Oliver.Grimm@med.uni-jena.de)

Telefon: +49 3641 9-329901

Fax: +49 3641 9-329902



*Sekretariat für MRT Prostata/Fusionsbiopsie Prostata*

**Sandra Conrad**

Telefon: +49 3641 9-329910

**Cornelia Knauer**

Telefon: +49 3641 9-329904



**OÄ Dr. Susann Foller**

*Klinik für Urologie*

E-Mail: [Susann.Foller@med.uni-jena.de](mailto:Susann.Foller@med.uni-jena.de)

Telefon: +49 3641 9-329977



**Harriet Oppel-Heuchel**

*Klinik für Urologie*

E-Mail: [Harriet.Oppel@med.uni-jena.de](mailto:Harriet.Oppel@med.uni-jena.de)

Telefon: +49 3641 9-329951

## Kooperationspartner (Leistungserbringer) des Zentrums



*komm. Direktor der Klinik für Strahlentherapie und Radioonkologie*

**Prof. Dr. med. habil. U. Teichgräber**

E-Mail: [ulf.teichgräber@med.uni-jena.de](mailto:ulf.teichgräber@med.uni-jena.de)

Telefon: +49 3641 9-324831 oder 9-324801

Fax: +49 3641 9-324832



*Klinik für Innere Medizin II, Hämatologie / Internistische Onkologie*

**Direktor: Prof. Dr. Andreas Hochhaus**

E-Mail: [Andreas.Hochhaus@med.uni-jena.de](mailto:Andreas.Hochhaus@med.uni-jena.de)

Telefon: +49 3641 9-324201

Fax: +49 3641 9-324202



*Zentrum für Radiologie / Institut für Diagnostische und Interventionelle Radiologie II*

**Direktor: PD Dr. Ulf Teichgräber**

E-Mail: [Ulf.Teichgraeber@med.uni-jena.de](mailto:Ulf.Teichgraeber@med.uni-jena.de)

Telefon: +49 3641 9-324831

Fax: +49 3641 9-324832



*Sektion Pathologie*

**Leitung Univ.-Prof. Dr. Nikolaus Gaßler (M.A.)**

E-Mail: [pathologie@med.uni-jena.de](mailto:pathologie@med.uni-jena.de)

Telefon: +49 3641 9-397001

Fax: +49 3641 9-397040



*Klinik für Nuklearmedizin*

**Chefarzt Dr. Martin Freesmeyer**

E-Mail: [Martin.Freesmeyer@med.uni-jena.de](mailto:Martin.Freesmeyer@med.uni-jena.de)

Telefon: +49 3641 9-329801

Fax: +49 3641 9-329802



*UniversitätsTumorCentrum*

**Ärztlicher Geschäftsführer: PD Dr. med. Thomas Ernst**

E-Mail: [Thomas.Ernst@med.uni-jena.de](mailto:Thomas.Ernst@med.uni-jena.de)

Telefon: +49 3641 9-327119

Fax: +49 3641 9-325302



*UniversitätsTumorCentrum*

**Administrative Geschäftsführerin: Dr. rer. nat. Katharina Paul**

E-Mail: [Katharina.Paul@med.uni-jena.de](mailto:Katharina.Paul@med.uni-jena.de)

Telefon: +49 3641 9-325301

Fax: +49 3641 9-325302

Es besteht weiterhin eine enge Zusammenarbeit mit den Behandlungspartnern im Bereich der Psychosozialen Medizin und Psychotherapie, Rehabilitation und Palliativmedizin. Eine Zusammenstellung Ihrer wichtigsten Ansprechpartner finden Sie auf den folgenden Seiten.



# Weitere Kooperationspartner

## Psychoonkologie



**Frau Dipl. Psych. S. Raack**

*Ansprechpartner Psychoonkologie  
Institut für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie*

*E-Mail: [Sabrina.Raack@med.uni-jena.de](mailto:Sabrina.Raack@med.uni-jena.de)*

*Telefon: +49 3641 9-398047*

*Fax: +49 3641 9-398022*

*Termine nach telefonischer Vereinbarung*

### Angebot:

---

- Einzelgespräche über das Leben mit der Erkrankung (über die Diagnose, über die Therapien, die Bewältigung des Alltags, die Zeit der Nachsorge... und was kommt danach?) sowie emotionale Unterstützung und Begleitung
- Hilfe beim Umgang mit Angst, Depression, Hilf- und Hoffnungslosigkeit
- Bewältigungsstrategien, um besser mit Ängsten, „Stress“ oder Schmerzen umgehen zu können
- Vermittlung von Selbsthilfe- sowie Selbstkontrollstrategien
- Gemeinsame Entwicklung von Lebenszielen und Lebensperspektiven
- Umgang mit verschiedenen Einschränkungen wie Schlafstörungen, Schmerzen und Fatigue
- Begleitung bei der Suche nach Lösungen für Probleme, die durch Ihre Erkrankung entstanden sind
- Entspannungsübungen, mit deren Hilfe Sie zur Ruhe kommen, die entstandenen Belastungen besser aushalten, bewältigen und abschalten können
- Gesprächsmöglichkeit für / mit Partner, Familie, Freunden, Ärzten, medizinischem Personal
- Informationen über Selbsthilfegruppen und deren Angebote wie Gesprächskreise, Sportgruppen, aber auch Informationen über ambulante & stationäre Hilfsangebote, hilfreiche Literatur etc.

## Sozialdienst



**Jana Pröger**

*Sozialdienstmitarbeiterin*

*E-Mail: [Jana.Proeger@med.uni-jena.de](mailto:Jana.Proeger@med.uni-jena.de)*

*Telefon: +49 3641 9-320294 oder +49 152 32183569*

*Fax: +49 3641 9-320299*

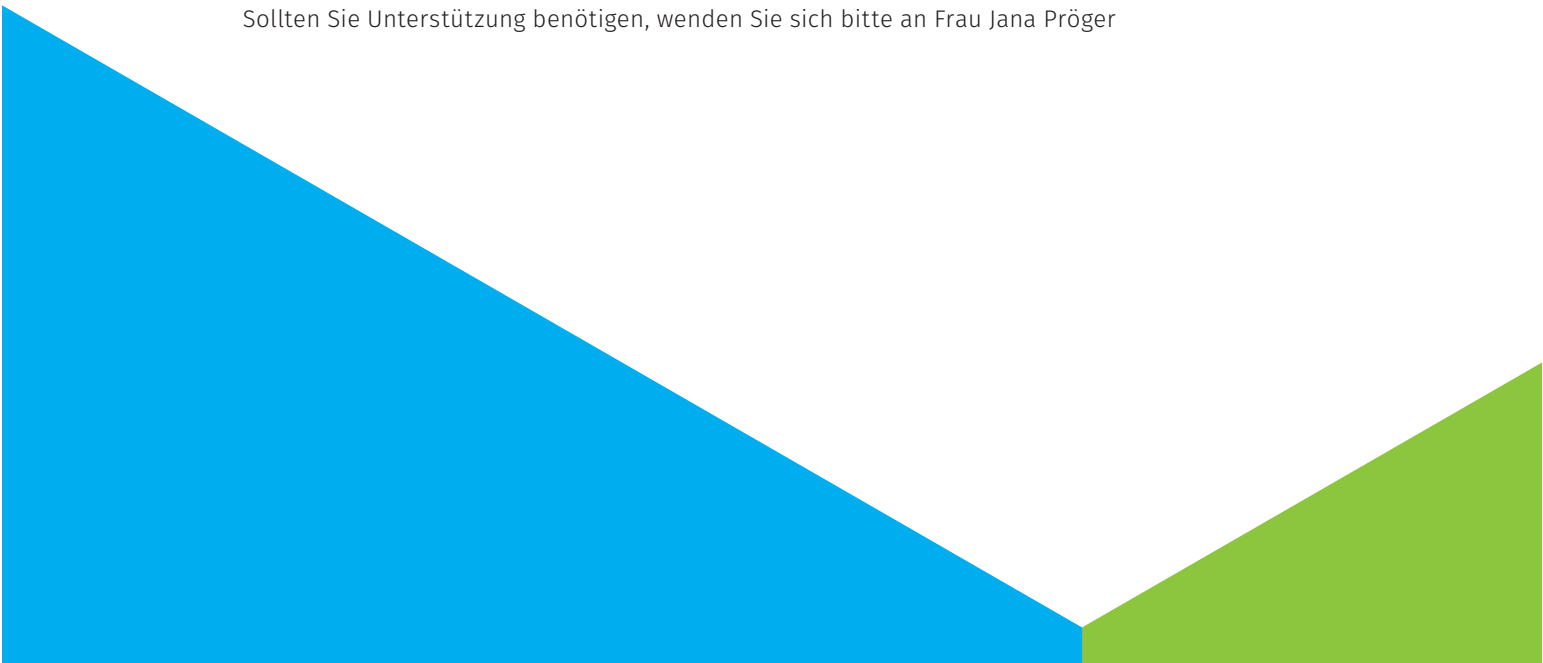
Während der zum Teil mehrmonatigen Behandlung in unserer Einrichtung kann es unter Umständen zu Situationen kommen, in denen Fragen sozialrechtlicher, sozialpsychologischer oder finanzieller Art auftreten.

Vor dem Hintergrund Ihrer individuellen Lebenssituation erfolgt unsere Beratung und Unterstützung in den Bereichen:

<p><i>Organisation und Koordination des Entlassungsmanagements (Kooperation mit Pflege- und Hilfsdiensten, Hausärzten, Sanitätshäusern, Versorgung mit Heil- und Hilfsmitteln, und ergänzende mobile Dienste)</i></p>	<p><i>Beratung zu sozialen und sozialrechtlichen Themen wie Pflegeversicherungsleistungen, Leistungen der Krankenkassen, der Rentenversicherungsträger, der Versorgungsämter und Stiftungen etc</i></p>	<p><i>Beratung zu Schwerpunkten des Betreuungsgesetzes</i></p>
<p><i>Planung und Einleitung von medizinischen Rehabilitationsmaßnahmen</i></p>		<p><i>Beratung zu Vorsorgevollmachten, sowie Betreuungs- und Patientenverfügungen</i></p>
<p><i>Entlassung in stationäre Pflege, einschließlich in Einrichtungen der Palliativmedizin</i></p>		

Die Bedürfnisse des Einzelnen stehen bei unserer Arbeit im Mittelpunkt!

Sollten Sie Unterstützung benötigen, wenden Sie sich bitte an Frau Jana Pröger



## Palliativ- und Schmerztherapie

**Prof. Winfried Meißner**

*Chefarzt der Abteilung für Palliativmedizin  
Klinik für Innere Medizin II Leiter der Schmerzambulanz  
Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin*

*E-Mail: [Palliativ@med.uni-jena.de](mailto:Palliativ@med.uni-jena.de)  
Telefon: +49 3641 9-327501  
Fax: +49 3641 9-327502*

**PD Dr. Ulrich Wedding**

*Chefarzt der Abteilung für Palliativmedizin  
Klinik für Innere Medizin II*

*E-Mail: [Palliativ@med.uni-jena.de](mailto:Palliativ@med.uni-jena.de)  
Telefon: +49 3641 9-327501  
Fax: +49 3641 9-327502*

Oft kann eine Krebserkrankung geheilt werden. Wenn dies aber auf Grund der fortgeschrittenen Erkrankungssituation oder der sonstigen gesundheitlichen Beeinträchtigungen nicht möglich ist, stehen die Ziele Lebenszeitgewinn und Verbesserung oder Erhalt der Lebensqualität im Vordergrund der Betreuung.

Die Abteilung für Palliativmedizin des Universitätsklinikums Jena betreut Patienten mit nicht heilbaren Erkrankungen, die unter starken Beschwerden durch die Erkrankung leiden. Ziel unserer Arbeit ist es, auftretende Symptome zu lindern. Dies kann abhängig von der Art der Beschwerden ambulant oder stationär erfolgen. Ziel einer stationären Aufnahme ist meist, eine weitere Versorgung in der gewohnten Umgebung erneut zu ermöglichen und die Patienten nach Hause oder in ihr gewohntes Umfeld zu entlassen. Die Station wurde mit Spendenmitteln der Deutschen Krebshilfe und Mitteln des Freistaats Thüringen erbaut. Teil der Abteilung ist auch das Ambulante Palliativteam. Es begleitet Patienten mit nicht heilbaren Erkrankungen und schweren Beschwerden in ihrem häuslichen Umfeld gemeinsam mit Hausärzten und Pflegediensten. Wenn Sie in Jena oder dem Saale-Holzland-Kreis wohnen, können Sie dieses Angebot nutzen. Gerne

stellen wir den Kontakt zu ambulanten Palliativteams die andere Orte versorgen her.

Die Abteilung für Palliativmedizin arbeitet eng mit der Schmerzambulanz der Klinik für Anästhesiologie und Intensivtherapie zusammen, die Patienten sowohl ambulant, konsiliarisch als auch stationär betreut. Alle modernen Methoden der Schmerztherapie –Medikamente, invasive Techniken, psychotherapeutische Verfahren, aber auch Akupunktur und andere nichtmedikamentöse Ansätze – werden indikationsgerecht mit dem Ziel eingesetzt, Schmerzen auf ein gut erträgliches Niveau zu reduzieren und mögliche Nebenwirkungen zu minimieren.

## Humangenetische Beratung



**Dr. med. Isolde Schreyer**

*Fachärztin für Humangenetik*

*E-Mail: [I.Schreyer@med.uni-jena.de](mailto:I.Schreyer@med.uni-jena.de)*

*Telefon: +49 3641 574130*

*Fax: +49 3641 574131*

*Sprechzeiten: nach Vereinbarung, telefonische Anmeldung täglich von 12.30 Uhr – 13.00 Uhr unter +49 36419-34924.*

*Adresse: Unsere Praxis für Humangenetik befindet sich im Zentrum für ambulante Medizin, Carl-Zeiß-Platz 8, 0774 Jena.*

Der Nierentumor tritt in den meisten Fällen sporadisch auf, d.h. zumeist ist nur ein Familienangehöriger betroffen. In 2-3% der Fälle wird jedoch auch eine familiäre Häufung beobachtet, welches für eine hereditäre (erbliche) Komponente spricht.

Folgende seltene genetische Syndrome sind u.a. mit dem Auftreten von Nierentumoren assoziiert:

- Von-Hippel-Lindau-Syndrom
- Hereditäres papilläres Nierenzellkarzinom (HPRCC)
- Tuberöse Hirnsklerose
- Birt-Hogg-Dubé-Syndrom
- Hereditäre Leiomyomatose

Im Rahmen der genetischen Beratung wird auf Grund der Familienanamnese und einer genetischen Diagnostik für den Konsultanten eine individuelle Wahrscheinlichkeit für das Auftreten eines Nierenzellkarzinoms bestimmt. Dabei steigt die Erkrankungswahrscheinlichkeit mit Zunahme der betroffenen Verwandten und mit einem jüngeren Erkrankungsalter.

Bei Auftreten von einem Nierenzellkarzinom im Zusammenhang mit genetischen Mutationen sind im Rahmen einer humangenetischen Beratung auch das Auftreten von anderen Tumoren oder Fehlbildungen in der Familie relevant.

Eine humangenetische Beratung erfolgt in jedem Fall freiwillig und patientenzentriert, ist non-direktiv und achtet das Recht auf Nichtwissen/Nicht-informiert-sein.

## Klinikseelsorge



**Frau Babet Lehmann**

*evangelische Klinikseelsorge*

Telefon: +49 152 32185310 oder +49 3641 9-391030

Fax: +49 3641 91391032



**Heinz Bächer**

*Pfarrer, Evangelische Seelsorge*

E-Mail: [Heinz.Baecher@med.uni-jena.de](mailto:Heinz.Baecher@med.uni-jena.de)

Telefon: +49 151 17101492



**Michael Ipolt**

*Pfarrer, Katholische Klinikseelsorge*

E-Mail: [Michael.Ipolt@med.uni-jena.de](mailto:Michael.Ipolt@med.uni-jena.de)

Telefon: +49 151 17105460 oder +49 3642 22314

Mit der Hoffnung auf Hilfe und Heilung sind Sie ins Krankenhaus gekommen. Ärzte, Schwestern und viele andere Menschen bemühen sich um Sie. Auch die Klinikseelsorge möchte für Sie da sein. Kranksein bringt oft Fragen mit sich, die unser Leben im Ganzen betreffen: Persönliche Probleme stellen sich, Entscheidungen müssen getroffen und Beziehungen zu anderen Menschen geklärt werden. Einsamkeit, Ungewissheit und Angst können zusätzliche belasten, manchmal brechen auch Fragen des Glaubens auf. Vielleicht wünschen Sie sich einen Menschen, mit dem Sie darüber sprechen können. Wir KlinikseelsorgerInnen besuchen Sie gerne. Sie können uns anrufen oder durch Ärzte, Schwestern und Pfleger benachrichtigen lassen.

## Ambulanz für Naturheilkunde und Integrative Onkologie



**Prof. Dr. Jutta Hübner**

*W2-Professorin für Integrative Onkologie*

*E-Mail: [Jutta.Huebner@med.uni-jena.de](mailto:Jutta.Huebner@med.uni-jena.de)*

*Telefon: +49 3641 9-324256*

*Fax: +49 3641 9-324217*

Viele Patienten mit einer Tumorerkrankung und ihre Angehörigen fragen sich, ob sie während und nach der Therapie selber etwas tun können.

Dabei sind die Ziele unterschiedlich. Einige Patienten möchten sich insgesamt kräftigen, um die teil-

### **Integrative Onkologie**

Für viele dieser Fragen, Sorgen und Wünsche bietet die Integrative Onkologie gute Antworten. Sie will v.a. eines erreichen: Patienten und ihren Angehörigen wollen wir Wege zeigen, wie Sie aktiv werden können. Die Integrative Onkologie bietet Hilfe bei der Information und Kommunikation, bei der Orientierung und Entscheidung und während und

### **Komplementäre Medizin**

Es gibt keine einheitliche Definition - am besten finden wir diese: komplementäre Medizin ist im Gegensatz zur Schulmedizin alles, was Patienten selber tun können. Dazu gehören Ernährung, körperliche Aktivität, Naturheilverfahren aber auch Entspannungsverfahren, Gespräche, Gebete und vieles mehr. Komple-

weise anstrengende Therapie besser zu überstehen. Andere suchen nach Möglichkeiten, um die seelische Anspannung zu vermindern. Wieder andere haben konkrete Beschwerden durch die Erkrankung und ihre Therapie und suchen nach natürlichen unterstützenden Möglichkeiten, diese zu lindern.

nach der Therapie. Sie ist ein freiwilliges Angebot, dass Sie ganz oder zum Teil nutzen können, so wie es sich für Sie richtig anfühlt. Unsere wichtigste Aufgabe ist es, Sie und Ihre Angehörigen als Menschen in den Mittelpunkt zu stellen, Ihre Würde und Autonomie zu respektieren und Ihre Überzeugungen wertzuschätzen.

mentäre Medizin ist kein Ersatz für die Schulmedizin - sie ist keine Alternative Medizin. Patienten, die sich für Alternative Medizin entscheiden, gehen das Risiko ein, dass der Krebs weiter wächst. Deshalb setzen wir am Universitätsklinikum Jena die komplementäre Therapie in Kombination mit der Schulmedizin ein.

## **Die Angebote der Ambulanz für Naturheilkunde und Integrative Onkologie:**

Für Patienten mit einer Tumorerkrankung bieten wir verschiedene Informationsmöglichkeiten.

### **I. ONKO-KREIS**

Unsere Vorträge finden regelmäßig statt (siehe [www.kim2.uniklinikum-jena.de](http://www.kim2.uniklinikum-jena.de) - Hämatologie und Internistische Onkologie - Patientenveranstaltungen). Für Selbsthilfegruppen können auch auf die Bedürfnisse ihrer Gruppe zugeschnittene Vorträge erfolgen.

### **II. Einzelberatungen**

Wenn das Angebot unserer Vorträge für Ihren eigenen Fall nicht passt oder wenn wir genauer eine komplementäre Therapie auf Ihre Situation abstimmen müssen, dann können Sie in der Ambulanz für Integrative Onkologie einen Beratungstermin ausmachen. Dies gilt auch, wenn Sie mit Ihrem Hausarzt oder Facharzt überlegen, ob Sie begleitend natürliche Verfahren einsetzen wollen und Unterstützung bei der zu Ihrer Tumorthherapie passenden Auswahl und der Entscheidung suchen.



## Palliativ- und Schmerztherapie



### **Prof. Winfried Meißner**

*Chefarzt der Abteilung für Palliativmedizin  
Klinik für Innere Medizin II  
Leiter der Schmerambulanz  
Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin*

*E-Mail: [Palliativ@med.uni-jena.de](mailto:Palliativ@med.uni-jena.de)*

*Telefon: +49 3641 9-327501*

*Fax: +49 3641 9-327502*



### **PD Dr. Ulrich Wedding**

*Chefarzt der Abteilung für Palliativmedizin  
Klinik für Innere Medizin II*

*E-Mail: [Palliativ@med.uni-jena.de](mailto:Palliativ@med.uni-jena.de)*

*Telefon: +49 3641 9-327501*

*Fax: +49 3641 9-327502*

Oft kann eine Krebserkrankung geheilt werden. Wenn dies aber auf Grund der fortgeschrittenen Erkrankungssituation oder der sonstigen gesundheitlichen Beeinträchtigungen nicht möglich ist, stehen die Ziele Lebenszeitgewinn und Verbesserung oder Erhalt der Lebensqualität im Vordergrund der Betreuung.

Die Abteilung für Palliativmedizin des Universitätsklinikums Jena betreut Patienten mit nicht heilbaren Erkrankungen, die unter starken Beschwerden durch die Erkrankung leiden. Ziel unserer Arbeit ist es, auftretende Symptome zu lindern. Dies kann abhängig von der Art der Beschwerden ambulant oder stationär erfolgen. Ziel einer stationären Aufnahme ist meist, eine weitere Versorgung in der gewohnten Umgebung erneut zu ermöglichen und die Patienten nach Hause oder in ihr gewohntes Umfeld zu entlassen. Die Station wurde mit Spendenmitteln der Deutschen Krebshilfe und Mitteln des Freistaats Thüringen erbaut. Teil der Abteilung ist auch das Ambulante Palliativteam. Es begleitet Patienten mit nicht heilbaren Erkrankungen und schweren Beschwerden in ihrem häuslichen Umfeld gemeinsam mit Hausärzten und Pflegediensten. Wenn Sie in Jena oder dem Saale-Holzland-Kreis wohnen, können Sie dieses Angebot nutzen. Gerne stellen wir den Kontakt zu ambulanten Palliativteams die andere Orte versorgen her.

Die Abteilung für Palliativmedizin arbeitet eng mit der Schmerambulanz der Klinik für Anästhesiologie und Intensivtherapie zusammen, die Patienten sowohl ambulant, konsiliarisch als auch stationär betreut. Alle modernen Methoden der Schmerztherapie –Medikamente, invasive Techniken, psychotherapeutische Verfahren, aber auch Akupunktur und andere nichtmedikamentöse Ansätze – werden indikationsgerecht mit dem Ziel eingesetzt, Schmerzen auf ein gut erträgliches Niveau zu reduzieren und mögliche Nebenwirkungen zu minimieren.

# Rehabilitation für Personen nach/mit einer Krebserkrankung

## **Liebe Patientin, lieber Patient,**

die Rückkehr in den gewohnten Alltag fällt vielen Betroffenen nach oder mit einer Krebserkrankung schwer. Eine Rehabilitationsmaßnahme kann dazu beitragen, diesen Übergang zu erleichtern.

Die folgenden Aufführungen sollen Ihnen helfen, sich einen ersten Überblick über das Thema „Rehabilitation“ zu verschaffen.

## **Warum ist eine Rehabilitation für mich sinnvoll? Was kann ich in einer Rehabilitation erreichen?**

---

### **1. Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit**

- Dem eigenen Können angepasste Therapieangebote
- Steigerung von Kraft, Ausdauer, Geschicklichkeit, Beweglichkeit
- Verbesserung von Erschöpfung und Fatigue
- Besondere Therapien für Patienten mit
  - Lymphödem
  - Stoma
  - Sprech- und Schluckstörungen
  - Nervenschädigungen (Neuropathie) nach Tumorthherapie
  - Einschränkungen von Konzentration und Gedächtnis

### **2. Verbesserung im Umgang mit psychischen Belastungen durch die Krebserkrankung und Therapie**

- Hilfe im Umgang mit der Krankheitsverarbeitung durch psychologische Einzel- und Gruppengespräche
- Entspannungstraining
- Hilfe bei der Kommunikation mit Partnern, Kindern und anderen Familienangehörigen

### **3. Verbesserung der Ernährung**

- Gesunde, ausgewogene Ernährung zu allen Mahlzeiten
- Beratung bei Fragen zur gesunden Ernährung bei Krebs
- Unterstützung bei Einschränkungen der Nahrungsaufnahme durch die Krebserkrankung oder Therapie

### **4. Rückkehr ins Berufs- und soziale Leben**

- Medizinisch-ärztliche Einschätzung und Beratung
- Beratung zur beruflichen Wiedereingliederung
- Sozialrechtliche Beratung durch Sozialarbeiter
- Sozialrechtliche Beratung bei Erwerbsminderungsrente, Altersrente
- Beratung zur Beantragung eines Schwerbehindertenausweises
- Hilfe und Tipps für das Gespräch mit dem Arbeitgeber

### **5. Wissenserwerb zu Krebserkrankungen und ihren Therapien**

- Ursachen und Entwicklung von Krebs
- Diagnostik und Therapie von Tumorerkrankungen
- Nebenwirkungen der Tumorthherapie und ihre Behandlung
- Ausgewogene Ernährung
- Körperliche Aktivität und ihre Wirkung bei Krebs
- Krebs und Berufstätigkeit
- Krebs und Familie

## Wie komme ich zur Rehabilitation?

---

- Gibt es eine Notwendigkeit?
- Was soll in der Reha erreicht werden?
- Unterstützung durch den Sozialdienst
- Antragstellung über Ihren Arzt

## Was kostet mich eine Rehabilitation?

---

- In der Regel Bezahlung durch die Deutsche Rentenversicherung

## Wohin kann ich zur Rehabilitation gehen?

---

Die Rehabilitationskliniken sind auf unterschiedliche Erkrankungen spezialisiert. Wir empfehlen eine Klinik mit Erfahrung und Zulassung für die onkologische Rehabilitation, also eine von den Kostenträgern für

Patienten mit Krebserkrankung anerkannte Rehabilitationsklinik. Bei der Auswahl helfen Ihnen unsere erfahrenen Sozialarbeiter gerne.

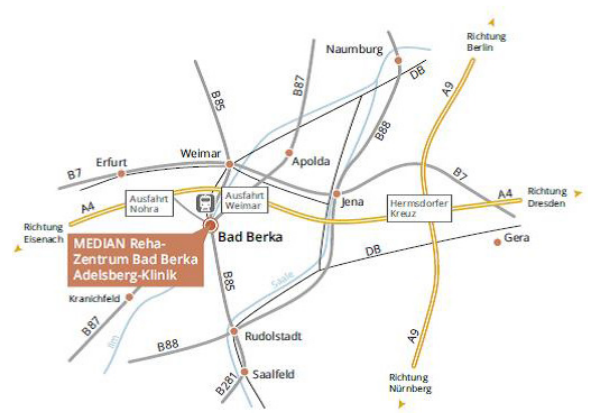


# MEDIAN Kliniken GmbH

## MEDIAN Reha-Zentrum Bad Berka Adelsberg-Klinik

Erlenweg 2a  
99438 Bad Berka  
Telefon +49 (0) 36458 38 0  
Telefax +49 (0) 36458 38 2517  
rehaklinik.badberka@median-kliniken.de

Besuchen Sie uns auf unserer Homepage für einen ersten persönlichen Eindruck:  
[www.median-kliniken.de](http://www.median-kliniken.de)



### Unsere Abteilung:

Onkologie und hämatologische Systemerkrankungen, Gynäkologie, Urologie

### Chefarzt:



Dr. med. Thomas Stauch  
Chefarzt Onkologie  
Facharzt für Innere Medizin, Hämatologie und Onkologie

## Wir stellen uns vor:

---

Der traditionelle Kurort im mittleren Ilmtal mit seiner bekannten Heilquelle (Goethebrunnen) und seinem gemäßigten Mittelgebirgsklima wird seit 1813 aus gutem Grund für eine erfolgreiche Behandlung verschiedener Erkrankungen genutzt.

Heute steht uns in Bad Berka ein modernes Rehabilitationszentrum mit zwei Kliniken zur Verfügung.

### **MEDIAN Reha-Zentrum Bad Berka Adelsberg-Klinik**

- Onkologie und hämatologische Systemerkrankungen, Gynäkologie und Urologie
- Gastroenterologie / Hepatologie
- Psychosomatische Erkrankungen

### **MEDIAN Reha-Zentrum Bad Berka Ilmtal-Klinik**

- Herz-Kreislauf- und Gefäßerkrankungen
- Diabetes und Stoffwechselerkrankungen

Die Klinik bietet neben der Nähe zu Weimar und Erfurt eine moderne und spezialisierte Rehabilitation für eine große Anzahl von Erkrankungen.

Die Einzel- und Doppelzimmer in der Klinik sind mit Telefon, Notrufeinrichtung, Dusche, WC, TV und Radio ausgestattet. WLAN ist frei verfügbar. Cafeteria, Kiosk, Schwimmbad und Sporthalle stehen zusammen mit ausgedehnten Wander- und Radwegen zur Verfügung.

## Indikationen:

---

Rehabilitation onkologischer Erkrankungen, hämatologischer Systemerkrankungen, urologischer und gynäkologischer Krebserkrankungen, Krebserkrankungen der Lunge, des Hals-Nasen-Ohrenbereichs, der Haut

## Leistungsformen

---

Anschlußrehabilitation (AHB) und Heilverfahren

## Mögliche Rehabilitationsträger

---

Deutsche Rentenversicherung, gesetzliche und private Krankenkassen, Beihilfe, Berufsgenossenschaft, Selbstzahler

## Häufigste Krankheitsbilder (Hauptindikationen) unserer Abteilung

---

Prostatakrebs, Nierenzellkrebs, Harnblasenkrebs, Brustkrebs, Krebs von Eierstöcken und Gebärmutter, Lungenkrebs, Krebs des Hals-Nasen-Ohrenbereichs, Hautkrebs, Leukämien, Lymphome

## **Anschlussheilbehandlungen (AHB) nach:**

---

Operation, Bestrahlung und/oder Chemotherapie;  
Fortführung von Chemo-, Immun- und/oder Hormon-  
therapien

## **Medizinische Heilverfahren für:**

---

Hämatologische und/oder onkologische Erkrankungen  
nach erfolgter Kostenübernahmeerklärung

## **Diagnostische Möglichkeiten (abteilungsübergreifend gemeinsam mit den Abteilungen für Gastroenterologie, Kardiologie und Diabetologie)**

---

Röntgen, Ultraschall, EKG, Langzeit-EKG, Langzeit-  
Blutdruckmessung, Lungenfunktion Blutgasanalyse,  
Uroflowmetrie; weitere Diagnostik in Kooperation mit  
ortsnahen Institutionen (z. B. CT, NMR, Labor)

## **Therapie- und Beratungsmöglichkeiten**

---

Physio- und Sporttherapie (auch einzeln), Therapien  
im Schwimmbad, Lymphdrainagen, Inhalationen,  
Bäder, Massagen, Elektrotherapie, Logopädie. u. v. a.  
m. Sozialberatung, Ernährungsberatung, Lehrküche.

Möglichkeit der selbständigen Nutzung von Schwimm-  
bad, Ergometer, Kraftraum. Psychologische Gespräche  
in Gruppe oder einzeln, psychoonkologische Betreu-  
ung, Entspannungsverfahren. Spezifische Schulungen  
zu allen zugelassenen Krebserkrankungen.

## **Freizeitmöglichkeiten**

---

Schwimmbad, Sporthalle, Kraftraum, Tischtennis, Nor-  
dic Walking, Fahrradfahren, Wanderungen, Vorträge.

## **Weitere Freizeitmöglichkeiten in der Umgebung:**

---

Besichtigungen von Erfurt, Weimar, Museen, Angebote  
von kulturellen Veranstaltungen (Theater, Konzerte);  
Nutzung des ausgedehnten Wander- und Radwege-  
netzes im Ilmtal, Waldschwimmbad und Kneippanlage  
in Bad Berka.

Kostenlose Nutzung des öffentlichen Nahverkehrs  
zwischen Bad Berka und Weimar.



## MEDIAN Klinik Bad Colberg

Parkallee 1  
Tel: 036871-230  
98663 Heldburg/Bad Colberg,  
[www.median-kliniken.de](http://www.median-kliniken.de)  
Chefarzt Onkologie Dr. Olaf Kellner

Besuchen Sie uns auf unserer Homepage für einen ersten persönlichen Eindruck:  
MEDIAN Klinik Bad Colberg über  
[www.median-kliniken.de](http://www.median-kliniken.de)  
Tel. 036871-230



### Unsere Abteilung:

Die Onkologie umfasst 100 Betten für hämatologische und onkologische Patientinnen und Patienten, aber auch für begleitende Angehörige.

Zur Klinik gehören weiterhin 110 Betten für orthopädischen Patienten und weitere im Gäste- und Hotelbereich

### Chefarzt:



Dr. med. Olaf Kellner  
Facharzt für Innere Medizin, Hämatologie und Internistische Onkologie

## Wir stellen uns vor:

---

Die MEDIAN Klinik blickt auf eine über 100-jährige Geschichte im Kur- und Heilbäderwesen zurück. Ursprünglich Eigentum der Deutschen Rentenversicherung, wurde die Klinik nach 1990 wieder der Rentenversicherung Mitteldeutschland übertragen und seit dem moderne Rehabilitationsleistungen angeboten. Diese konnten durch den 1997 abgeschlossenen Neubau, die heutigen MEDIAN Klinik auch in einem modernen Gebäude fortgeführt werden. Eng mit der Rehabilitationsklinik verbunden ist die Terrassentherme mit 11 Becken und einer gemütlichen Saunalandschaft, die für therapeutische Anwendungen als auch Freizeitaktivitäten unserer Patientinnen und Patienten genutzt werden kann.

Die Klinik ist ruhig in einem Tal mit ausgesprochen geringer Staub- und Allergenbelastung, somit auch gut für Allergiker geeignet, gelegen. Die Patienten genießen die Vorzüge eines angenehmen Mittelgebirgsrandklimas, welches ausgesprochen stabil ist und den Anforderungen eines Heilklimas entspricht. Zusätzlich verfügen wir über mehrere mineralhaltige Quellen, die als Heilmittel für unterschiedlichste Therapieangebote zugelassen sind und dementsprechend eingesetzt werden.

## Indikationen:

---

Wir haben die Zulassung für die Betreuung nahezu aller hämatologischen und onkologischen Krankheitsbilder. Ausgenommen sind lediglich Hirn- und Hauttumore sowie Malignome der Kopf-/Halsregion.

## Leistungsformen:

---

Seit 2011 bieten wir unseren hämatologischen und onkologischen Patientinnen und Patienten eine hochwertige Rehabilitation, sowohl als Anschlussheilbehandlung, als auch als Heilverfahren.

Zusätzlich können in unserem Hotelbereich oder auf Begleitbasis Angehörige oder Gäste auf Rezeptbasis oder per Vergütung physiotherapeutische oder balneologische Leistungen wahrnehmen

## Rehabilitationsträger:

---

Haupteinweiser ist die Deutsche Rentenversicherung Mitteldeutschland. Aber auch die Rentenversicherung Bund für ganz Deutschland, die AOK plus (für Mittel-

deutschland), AOK Bayern, Barmer Ersatzkasse Bayern und weitere sind zuverlässige Zuweiser zu den Rehabilitationsmaßnahmen.

## Häufigste Krankheitsbilder (Hauptindikationen):

---

Da in der MEDIAN Klinik Bad Colberg nahezu sämtliche onkologische und hämatologische Erkrankungen in unserer Rehabilitationsklinik betreut werden können, werden uns insbesondere Patientinnen und Patienten mit Brustserkrankungen sowie bösartigen weiblichen Urogenitalerkrankungen, männlichen Urogenitalerkrankungen wie Prostatakrebs, Lungenkarzinomen und bösartigen gastrointestinalen Erkrankungen häufig zugewiesen. Insbesondere den Patientinnen mit Brustkrebserkrankungen, den Patienten mit Prostatakrebs und den Erkrankungen des Gastrointestinaltraktes bieten wir ein umfassendes diagnostisches und therapeutisches Spektrum, welches über die Anforderungen der Leistungsträger hinausgeht. Aber auch den Patienten mit anderen onkologischen oder hämatologischen Erkrankungen können wir basierend auf einer soliden

Erfahrung eine breite Angebotspalette bieten. Dabei geht es bei der Behandlung dieser Erkrankungen nicht nur um die eigentliche Diagnose, sondern wesentlich für einen optimalen Heilungsprozess ist es ebenso, begleitende Beschwerden und Krankheiten (wie Diabetes, Polyneuropathie und vielen anderen) mit zu behandeln.

## **Anschlussheilbehandlungen (AHB)**

---

erfolgen als Direktweisung aus Krankenhäusern oder onkologischen, internistischen oder Hausarzt-

praxen für sämtliche zugelassenen Indikationen.

## **Medizinische Heilverfahren („Wiederholungsreha“)**

---

werden auf Beantragung durch die Patienten und/oder niedergelassene Ärzte, Praxen oder Kliniken

oder direkt durch den Leistungsträger veranlasst, durchgeführt.

## **Diagnostische Möglichkeiten:**

---

Sämtliche akute orthopädische Erkrankungen können auf Konsiliarbasis ärztlich mitbetreut werden. Die onkologischen Patienten profitieren grundsätzlich von den ebenfalls gegebenen modernen Möglichkei-

ten einer orthopädischen Rehabilitation und von der umfassenden Erfahrung insbesondere der Physio-, Sport und Ergotherapeuten.

## **Therapie- und Beratungsmöglichkeiten:**

---

Die Therapien sind umfassend und orientieren sich an den Vorgaben der Deutschen Rentenversicherung. Dabei werden diese Vorgaben stets erfüllt und durch besondere Angebote für die Patienten wie Klangschal-  
lenthherapie, medizinische Hypnose und myofunktio-

nale Trainingstherapie zur Verbesserung des Gleichgewichts- und Koordinationsvermögens hilfreich erweitert und den umfassenden Beeinträchtigungen und Bedürfnissen unserer Patientinnen und Patienten Rechnung angepasst.

## **Freizeitmöglichkeiten:**

---

Allen Patienten (sofern nicht gesundheitliche Aspekte dagegen sprechen) steht die angeschlossene Therme mit Terrassenbecken und Sauna zur täglichen Nutzung zur Verfügung. Im nahen Umfeld, einem thüringisch/

fränkischen Überlappungsgebiet gibt es eine Vielzahl unterschiedlichster Möglichkeiten zum Wandern, zum Einzukehren, das Klima zu genießen, gemütliche Städte oder Burgen zu besichtigen.

## **Weitere Freizeitmöglichkeiten in der Umgebung:**

---

Umliegend befinden sich thüringische und fränkische Landschaften. Thüringen mit seinen Burgen, Wandermöglichkeiten und seiner speziellen kulinarischen Kultur und Oberfranken mit seiner Bier- und Weinkultur (Main) sowie liebenswerten Ortschaften. Diese Region bietet Freizeitmöglichkeiten und Aktivitäten, die jeden begeistern und kaum Wünsche offen lassen.



## Asklepios Kliniken Bad Salzungen

Burgseestraße 5  
36433 Bad Salzungen  
Tel.: +49 (0) 3695 65 -0  
Fax: +49 (0) 3695 65 -1199  
info.badsalzungen@asklepios.com

Besuchen Sie uns auf unserer Homepage oder auf YouTube für einen ersten persönlichen Eindruck:

[www.asklepios.com/bad-salzungen](http://www.asklepios.com/bad-salzungen)

<https://youtu.be/HaWmYbEID9w>

<https://youtu.be/pfxlMTePCAQ>



### Unsere Abteilung:

Klinik für Atemwegserkrankungen einschließlich HNO, Allergologie und Onkologie,

Fachkliniken für Anschlussheilbehandlung und Rehabilitation

### Chefarzt:

Dr. med. Andreas Huber  
Facharzt für Innere Medizin, Lungen- und Bronchialheilkunde, Röntgendiagnostik Thorax, Allergologie, Umweltmedizin, Rehabilitationswesen, Schlafmedizin, Notfallmedizin

Prof. Dr. med. Andreas Dösch  
Facharzt für Innere Medizin, Lungen- und Bronchialheilkunde, Kardiologie, Röntgendiagnostik Thorax, Herz und Gefäße, Notfalldiagnostik, Hypertensiologe DHL®

### Wir stellen uns vor:

Zwischen den Südwesthängen des Thüringer Waldes und der kuppenreichen Rhön liegt eingebettet im lieblichen Tal der Werra die Kur- und Kreisstadt Bad Salzungen. Bad Salzungen ist eines der ältesten Soleheilbäder Deutschlands und verdankt seinen Ruf der Heilkraft der seit Jahrhunderten bekannten Solequellen und dem im historischen Stil renovierten Gräberwerk. Hervorzuheben ist dabei die unterschiedliche Verwendung der in Bad Salzungen vorhandenen Sole-Konzentrationen im Bereich der Inhalation und anderer Therapieformen. Mitten im Kurpark, in reizvoller Lage, direkt am Burgsee, finden Sie die Asklepios Kliniken Bad Salzungen. Die Kliniken sind modern ausgestattet und verbinden hohen medizinischen Standard mit freundlichem Klima und ruhigem Ambiente. Einzelzimmer mit Dusche/WC, überwiegend Balkon/Terrasse, Telefon\*, Kabel-/SAT-TV\* und W-LAN\* (\*gegen Gebühr) sind ebenso eine Selbstverständlichkeit wie

Schwimmbad und Sauna, die auch außerhalb der Therapiezeiten genutzt werden können. Auf Wunsch können Begleitpersonen mit aufgenommen werden. Ihnen steht ein für die Rehabilitation ausgebildetes, erfahrenes Team aus Ärzten, Pflegekräften, Psychologen, Bewegungs- und Sporttherapeuten, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Logopäden und Diätassistentinnen zur Seite. Gemeinsam schaffen wir die Voraussetzungen dafür, dass Sie möglichst auf Dauer in Arbeit und Beruf, Familie und Gesellschaft sowie im häuslichen Umfeld wieder integriert und belastbarer sind. Fühlen Sie sich bei uns in guten Händen - aufgrund langjähriger Erfahrungswerte und umfassender Behandlungsmöglichkeiten.



## Pneumologie / Onkologie / HNO

---

Im Bereich der Pneumologie/Onkologie/HNO sind wir insbesondere spezialisiert auf die Therapie obstruktiver Atemwegserkrankungen, bei denen es zu einer Verengung oder Verlegung der Atemwege kommt, restriktiver Atemwegserkrankungen, welche mit einer beeinträchtigten Dehnbarkeit der Lunge und/oder des Brustkorbs einhergehen, sowie Luftröhren-Krebserkrankungen (bronchial), Rachen-Krebserkrankungen (Pharynx) und Kehlkopf-Krebserkrankungen (Larynx).

Für eine erfolgreiche Behandlung bieten wir Ihnen ein multimodales, also umfassendes, Therapiekonzept mit modernsten Methoden an. In diesem berücksichtigen unsere Experten für Ihre bestmögliche Behandlung die Vielschichtigkeit der Atemwegserkrankungen sowie die besondere Problematik onkologischer Erkrankungen.

## Leistungsformen

---

- Ambulante Rehabilitation / Vorsorgemaßnahmen
- Anschlussheilbehandlungen / -rehabilitation
- berufsgenossenschaftliche stationäre Weiterbehandlung
- stationäre Heilverfahren / Vorsorgemaßnahmen
- medizinisch-beruflich orientierte Rehabilitation
- individuelle und pauschale Behandlungsangebote für Selbstzahler

## Hauptindikationen unserer Abteilung

---

- Pneumologie (Atemwegserkrankungen)
- Onkologie (Krebserkrankungen) im Bereich Atemwege / HNO

## Anschlussheilbehandlungen (AHB) nach:

---

- Lungenentzündung
- Lungenoperation
- Krebserkrankungen der Lunge, der Luftröhre, des Rachens, des Kehlkopfs

## Medizinische Heilverfahren für:

---

- obstruktive Atemwegserkrankungen wie die COPD (chronisch obstruktive Atemwegserkrankung) sowie die verschiedenen Formen des Asthma bronchiale
- chronische respiratorische Insuffizienz (Unfähigkeit der Lunge, genügend Sauerstoff aus der Umgebungsluft in das Blut aufzunehmen und damit die Organe ausreichend mit Sauerstoff zu versorgen, ggf. kommt es zusätzlich zu einem Anstieg des Kohlendioxidgehaltes im Blut) einschließlich Therapieverfahren wie Sauerstofflangzeittherapie (LTOT) und nicht invasive Ventilation (NIV)
- Situation nach Pneumonie (Lungenentzündung) und Lungenembolie (Verstopfung einer Lungenarterie durch ein Blutgerinnsel), interstitielle (im Zwischengewebe verlaufende) Lungenerkrankungen wie Fibrose (Vermehrung des Bindegewebes) und Sarkoidose (systemische Erkrankung des Bindegewebes mit Granulombildung)
- Situation nach Lungen-Operation aufgrund bösartiger und gutartiger Erkrankungen oder anderer thoraxchirurgischer (den Brustkorb betreffende) Eingriffe
- Berufserkrankungen wie Silikose (Staublungerkrankung) und Asbestose (ausgedehnte Vernarbung der Lunge durch dauerhaftes Einatmen von Asbestfasern)
- Situation nach Behandlungen von Tumoren im Kopf- und Halsbereich
- chronisch entzündliche Hals-Nasen-Ohren-Erkrankungen
- Stimm- und Sprachstörungen

## Diagnostische Möglichkeiten (abteilungsübergreifend gemeinsam mit den Abteilungen für Orthopädie und Skoliose)

---

- Röntgen einschließlich Wirbelsäulenganzaufnahmen
- Sonographie einschließlich Doppler (Ultraschalldiagnostik, einschließlich Messung der Blutflussgeschwindigkeit)
- Spirometrie (Lungenfunktionsprüfung)
- Echokardiographie (Herzultraschall)
- Bodyplethysmographie (Gerät zur Messung des Atemwegswiderstandes und des Gasvolumens im Brustraum)
- Diffusionskapazität (Messung der Gasaustauschfähigkeit der Lunge)
- unspezifische bronchiale Provokationen (Untersuchung zum Nachweis einer Überempfindlichkeit des Bronchialsystems)
- Atemmuskulaturmessung
- Bronchoskopie (Untersuchung der Luftröhre und der Bronchien mit einem speziellen digitalen System)
- Blutgasanalyse (Bestimmung von Sauerstoff, Kohlendioxid, pH-Wert sowie des Säure-Basen-Status im Blut)
- Elektrokardiogramm (EKG [Herzstromkurve])
- Spiroergometrie (Feststellung des Leistungsstatus)
- Schlafapnoe-Diagnostik (Feststellung von kurzzeitigen Atemstillständen im Schlaf)
- Langzeit-Blutdruckmessung
- Allergologie (Prick-, Epicutantests [Verfahren zur Feststellung einer Allergie gegen bestimmte Substanzen])
- klinisch-chemisches Labor (z. B. Blutbild, Nierenwerte)
- 3D-Wirbelsäulen-Vermessung
- Skoliometermessung nach Bunnel
- bioelektrische Impedanzanalyse (Bestimmung des Körperfettanteils)

## Abteilungsübergreifende Therapie

---

- Alltagsorientiertes/Berufsbezogenes Funktionstraining
- Atemtherapie
- Balneo- (im Heilwasser) und Hydrotherapie (im Wasser)
- Bewegungsschiene bei künstlichen Kniegelenken und bei Zustand nach Schulteroperationen
- Elektrotherapie (z.B. spezielle Elektrotherapie zur Schmerzdämpfung, Therapie mit Ultraschall)
- Ernährungsberatung/Lehrküche
- Endoprothesen, Rücken- und Gangschule
- Entspannungstherapie
- Kälte-/Wärmetherapie (z.B. Wärmepackung)
- Krankengymnastik (z.B. Einzelkrankengymnastik sowie indikationsspezifische Gruppengymnastik, Bewegungsbad)
- Logopädie
- Lymphdrainage (manuell und apparativ)
- Manuelle Therapie
- Massagen (z.B. klassische Teil-/Ganzkörpermassage)
- Medizinische Trainingstherapie
- Psychologische Beratung (Einzel/Gruppengespräche)
- Orthopädietechnische Versorgung
- Sozialberatung



## Inselberg Klinik Bad Tabarz

Wicker GmbH & Co. OHG  
Fischbacher Straße 36  
99891 Bad Tabarz  
Tel. (036259) 530, Fax (036259) 53213  
E-Mail: [info@inselsberg-klinik.de](mailto:info@inselsberg-klinik.de)

Besuchen Sie uns auf unserer Homepage für einen ersten persönlichen Eindruck:  
[www.inselsberg-klinik.de](http://www.inselsberg-klinik.de)



### Unsere Abteilung:

---

Onkologie und Hämatologische Systemerkrankungen

### Chefarzt:

---



Dr. med. Achim Richter  
Internist/Hämatonkologe



## Wir stellen uns vor:

---

Die Inselfberg-Klinik liegt im Kneipp-Kurort Bad Tabarz am Nordrand des Thüringer Waldes, ca. 15 km südwestlich der Residenzstadt Gotha. Die Lage nahe des 916 m hohen Inselfberges bietet ein herrliches Panorama über das grüne Waldmeer bis hin zur Rhön und dem Brockenmassiv – ideale Voraussetzungen für Erholung und Entspannung, aber auch für Sportbegeisterte.

Unsere Einzel- und Doppelzimmer verfügen über Balkon bzw. Loggia, Dusche und WC, TV und Radio, Telefon und Patientenruf, kostenlos finden Sie W-LAN im Foyer, gegen Gebühr im Zimmer. Ladenzeile, Cafeteria, Schwimmbad, Kegelbahn und weitere Möglichkeiten der individuellen Betätigung runden das Angebot ab.

## Indikationen:

---

Rehabilitation Onkologischer Erkrankungen und hämatologischer Systemerkrankungen (ausgenommen Extremitätentumore/Hirntumore und Larynx-/Pharynx-Tumore als AHB)

## Leistungsformen:

---

Anschlussrehabilitation(AHB) und Heilverfahren.

## Mögliche Rehabilitationsträger:

---

Deutsche Rentenversicherung, Gesetzliche und Private Krankenkassen, Beihilfe, BG, Selbstzahler.

## Häufigste Krankheitsbilder (Hauptindikationen) unserer Abteilung:

---

Brustkrebs, Prostatakrebs, Krebserkrankungen der Verdauungsorgane, Krebs der Harnorgane und des weiblichen Unterleibes, Lungenkrebs, Leukämien und Lymphome.

## Anschlussheilbehandlungen (AHB) nach:

---

Operation, Strahlentherapie oder Chemotherapie sowie nach kombinierten Behandlungen, Fortführung von Chemo-, Immun- und Hormontherapien.

## Medizinische Heilverfahren für:

---

Alle hämatologischen und onkologischen Erkrankungen nach entsprechender Kostenübernahme.

## **Diagnostische Möglichkeiten (abteilungsübergreifend gemeinsam mit der Abteilung für Lymphologie/Gefäßmedizin):**

---

Video-Endoskopie, Lungenfunktionsdiagnostik, Sonografie incl. Duplex/Doppler, Perometer, Gynäkologischer und Urologischer Arbeitsplatz, EKG, Langzeit-EKG und -Blutdruck, klinikeigenes Labor; weitere Diagnostik in örtlicher Kooperation (Labor, Röntgen, CT, MRT, fachärztliche Konsile).

## **Therapie- und Beratungsmöglichkeiten:**

---

Umfassende Physio- und Bewegungstherapie, b. B. in Einzeltherapie, hauseigenes Schwimmbad, Lymphdrainagen, Inhalationen, Bäder, Massagen, Elektrotherapie u.v.a.m.; selbständige Übungsmöglichkeiten. Umfängliche Sozialberatung, Ernährungstherapie, psychoonkologische Betreuung incl. Entspannungsverfahren.

## **Freizeitmöglichkeiten:**


---

Schwimmbad, Sauna, Kegeln, Tischtennis, Nordic Walking, Taiji, Tanz und Bewegung, geführte Wanderungen, Vorträge und vielfältige Veranstaltungen.

## **Weitere Freizeitmöglichkeiten in der Umgebung:**

---

Kulturelle Angebote des Kurortes Bad Tabarz, touristische Möglichkeiten der umliegenden Städte Gotha, Eisenach, Erfurt, aktive Freizeitgestaltung am und auf dem Inselsberg.





## Masserberger Klinik

Hauptstraße 18  
98666 Masserberg  
Tel.: 036870 81590  
Fax: 036870 81199  
E-Mail: [info@rehaklinik-thueringen.de](mailto:info@rehaklinik-thueringen.de)

Besuchen Sie uns auf unserer Homepage für einen ersten persönlichen Eindruck:  
[www.rehaklinik-thueringen.de](http://www.rehaklinik-thueringen.de)



### Unsere Abteilung:

---

Abteilung für Onkologie

### Chefärztin:

---



Doreen Sallmann  
Fachärztin für Innere Medizin,  
Hämatologie und Onkologie  
Zusatzbezeichnung Palliativmedizin



**MASSERBERGER KLINIK**

Prof. Volhard - Prof. Georg Lenz

## Wir stellen uns vor:

---

Die Masserberger Klinik ist umgeben von weiter Natur und idyllischer Ruhe. Im südlichen Teil des naturbelassenen Thüringer Waldes, auf 810 m über Normalnull gelegen, sind es vor allem das milde Reizklima und die saubere Luft, die diesen Standort für eine Rehabilitationsklinik auszeichnen. Unsere Klinik besteht aus vier Gebäudeteilen, in denen sich die drei Fach-

bereiche mit den Therapie- und Behandlungsräumen sowie die Patientenzimmer befinden. Den Haupteingangsbereich schmückt eine begrünte Dachterrasse. Ein Teil der Zimmer des Nord- und Südflügels sind jeweils mit einem eigenen Wintergarten ausgestattet, in der Sie die Sonne und Natur vom Zimmer aus genießen können.

## Unterbringung und Ausstattung:

---

- Insgesamt 224 Einzel- und 11 Doppelzimmer mit Dusche, WC, TV, Radio
- Telefon und Internet gegen Gebühr
- Rollstuhlgerechte Ausstattung
- Kinder (Betreuung im Kindergarten der Gemeinde Masserberg oder Teilnahme am Grundschulunterricht in der Nachbargemeinde sind möglich) und Begleitpersonen sind herzlich willkommen

## Indikationen:

---

- Krebserkrankungen der Frau, z. B. Brustkrebs, Gebärmutterkrebs, Eierstockkrebs
- Krebserkrankungen des Mannes, z. B. Prostatakrebs, Hodenkrebs
- Krebserkrankungen der Niere, der ableitenden Harnwege, z. B. Blasenkrebs
- Krebserkrankungen des Bindegewebes, der Knochen, der Schilddrüse
- Hämatologische Erkrankungen wie chronische und akute Leukämien, Multiples Myelom, Hodgkin-Lymphome
- Nichtmaligne hämatologische Erkrankungen (Essentielle Thrombozythämie, Polyzythämia vera, Myelofibrose), Thrombozytopenien und Aplastische Anämien.
- Alle onkologischen Erkrankungen im Rahmen eines individuellen Heilversuchs nach Antragsstellung.

## Leistungsformen

---

- Stationäre Rehabilitation
- Anschlussheilbehandlung
- Medizinische Rehabilitation, Heilverfahren
- Ganztägig ambulante Rehabilitation
- Rehasport mit speziellen Angeboten für onkologische Patienten

## Mögliche Rehabilitationsträger

---

Deutsche Rentenversicherung Krankenkassen

In der Regel sind Rehabilitationsanträge bei der Deutschen Rentenversicherung zu stellen. Im Einzelfall können aber auch andere Kostenträger für Sie zuständig sein. Zur Wahl des richtigen Kostenträgers und Antragstellung Ihrer Rehabilitationsmaßnahme geben wir Ihnen gern Auskunft.

## Häufigste Krankheitsbilder (Hauptindikationen) unserer Abteilung

---

- Mammakarzinom
- Ovarialkarzinom
- Prostatakarzinom
- Nierenzellkarzinom
- Urothelkarzinom
- Hodgkin- und Non-Hodgkin Lymphome
- Akute- und chronische Leukämien

## Anschlussheilbehandlungen (AHB), Anschlussrehabilitationen (AR) können beantragt werden:

---

- nach einem Krankenhausaufenthalt
- nach Operation
- nach ambulanter Operation oder ambulanter Strahlen- /Chemotherapie
- Abschluss einer Chemotherapie
- Abschluss einer Bestrahlung

## Medizinische Heilverfahren können beantragt werden, wenn:

---

- die Erwerbsfähigkeit gemindert oder erheblich gefährdet ist
- eine Pflegebedürftigkeit droht
- die versicherungsrechtlichen Voraussetzungen erfüllt sind

## Diagnostische Möglichkeiten (abteilungsübergreifend gemeinsam mit den Abteilungen für Orthopädie und Augenheilkunde)

---

- Sonographie des Abdomens, Thorax und Lymphknoten
- Röntgen des Thorax, Abdomens und des knöchernen Skeletts
- Knochendichtemessung
- Uroflowmetrie
- Inkontinenztestung
- Diagnostik der Polyneuropathie

## Therapie- und Beratungsmöglichkeiten

---

- Physiotherapie
- Sporttherapie
- Ergotherapie
- Ernährungsberatung
- Lehrküche
- Sozialberatung
- Psychoonkologische Betreuung
- Entspannungsverfahren
- Achtsamkeitstraining
- Gesprächskreise nach Krankheitsbildern
- Gesundheitsvorträge
- Kontakt zu Selbsthilfegruppen

## Freizeitmöglichkeiten

---

Kino, Theater mit verschiedenen kulturellen Angeboten (Kabarett, Chor, Buchlesungen, Vorträge), Tischtennis, Badminton, Wandern, Geführte Orts- und Reizklimawanderungen, Ausflüge, Schwimmen, Sauna

# INFORMATIONEN ZUR ERKRANKUNG

## Was ist Nierenkrebs?

Das Nierenzellkarzinom ist mit ca. 85% der häufigste aller Nierentumoren. Laut prognostischen Schätzungen des Robert-Koch-Institutes wird es im Jahr 2016 in Deutschland ca. 16.500 Neuerkrankungen geben. Die Relation zwischen Männern und Frauen beträgt 2 zu 1. Das mittlere Alter zum Zeitpunkt der Neuerkrankung liegt bei Frauen bei 72 und bei Männern

bei 68 Jahren. Durch den breiten Einsatz moderner bildgebender Verfahren wie des Ultraschalls und der Computertomografie werden heutzutage mehr kleinere Nierentumore diagnostiziert, die einem frühen Tumorstadium zuzuordnen sind. Nur noch selten sind Nierentumore zum Zeitpunkt der Diagnosestellung bereits fortgeschritten (metastasiert).

### Risikofaktoren

---

Bekannte Risikofaktoren für die Entstehung eines Nierenzellkarzinoms sind Rauchen und Übergewicht. Darüber hinaus werden auch erhöhter Blutdruck und die Einnahme bestimmter Medikamente wie phenacetinhaltige Analgetika, Calcium-Antagonisten, Beta-Blocker und Appetitzügler als kanzerogene Risikofaktoren diskutiert.

Nierenzysten können ein Risikofaktor für ein Nierenkarzinom sein ebenso wie eine chronische Niereninsuffizienz (Nierenschwäche) und Dialysepflicht.

Zudem wird aber auch eine familiäre Prädisposition z.B. im Zusammenhang mit dem v. Hippel-Lindau-Syndrom und anderen genetisch bedingten Erkrankungen beobachtet.

Nach heutigen Vorstellungen von der Tumorentstehung verursachen verschiedene Kanzerogene, Risikofaktoren und Umwelteinflüsse, wie hormonelle Behandlungen, Tabakkonsum, fett- und fleischreiche Ernährung und genetische Einflüsse, Veränderungen in der Zellbiologie. Auch gehäuft auftretende genetische Veränderungen ließen in den letzten Jahren vermuten, dass beim Nierenzellkarzinom sowohl erbliche als auch erworbene Veränderungen der Genstruktur und dadurch verursachte Regulationsstörungen des Zellwachstums und der Zelldifferenzierung eine der Hauptursachen der Tumorinduktion und -progression sind.

### Krebsvorsorge:

---

Wie auch bei anderen Krebserkrankungen gilt auch beim Nierenzellkarzinom, daß je eher eine Tumorerkrankung festgestellt wird, desto erfolgreicher kann eine medizinische Behandlung sein. Eine gesetzlich empfohlene Vorsorge gibt es beim Nierenzellkarzinom nicht. Bei Symptomen wie unklaren Flankenschmerzen oder Blut im Urin sollte ein Arzt aufgesucht werden. Darüber hinaus sind ungewollter Gewichtsverlust, Blutarmut, Müdigkeit und leichtes

Fieber generell mit dem Auftreten einer Tumorerkrankung assoziiert und sollten in jedem Falle ärztlich abgeklärt werden. Für Patienten, die einer Risikogruppe angehören, kann eine jährliche Ultraschalluntersuchung der Nieren sinnvoll sein. Dies ist im Einzelfall mit dem behandelnden Arzt zu diskutieren.



## Stadieneinteilung

---

Die übliche Einteilung der Nierenzellkarzinome erfolgt nach der TNM-Klassifikation. Tumorzellen, Tumorstadium sowie Status der Lymphknoten- und Fernmetastasierung korrelieren gut mit der Prognose.

## Symptomatik und Diagnostik

---

Es führen relativ häufig routinemäßig durchgeführte Sonographien der Nieren bzw. CT-Untersuchungen im Rahmen anderer Erkrankungen zur Entdeckung einer Raumforderung bei klinisch unauffälligen Patienten.

40 bis 70% aller Nierentumore werden derzeit zufällig entdeckt, wohingegen die Rate vor Einführung

der Sonographie bei weniger als 15% lag.

Alle bildgebenden Verfahren zur Identifizierung von Nierentumoren kommen in unserer Klinik zum Einsatz. In Zusammenarbeit mit den Radiologen können selbst fragliche Befunde sicher eingeordnet und einer Therapie bzw. Verlaufskontrolle zugeführt werden.

## Therapie

---

Die Standardtherapie des lokal begrenzten Nierentumors ist die präzise Entfernung des Nierentumors unter Erhalt der Niere. Diese organerhaltende Therapie hat in den letzten Jahren einen zunehmenden Stellenwert gewonnen und kann für den Erhalt der Nierenfunktion von erheblicher Bedeutung sein.

Bei fortgeschrittenen Tumoren kann eine radikale Entfernung der Tumortragenden Niere mit der Fettkapsel und zuweilen der unmittelbar angrenzenden Nebenniere indiziert sein.

Diese Eingriffe können in unserer Klinik ggf. minimal-invasiv (laparoskopisch) bzw. roboterassistiert durchgeführt werden. Darüber hinaus steht das Verfahren der Radiofrequenzablation zur Verfügung, dass bei kleineren Tumoren als minimal-invasive Methode ultraschallgestützt und in besonderen Einzelfällen angewendet werden kann. Damit kann eine „Operation“ vermieden werden.

Eine Chemotherapie steht beim metastasierten Nierentumor als Zusatztherapie nicht zur Verfügung, da dieser diesbezüglich refraktär ist. Die Aufdeckung tumorbiologischer Mechanismen erlaubte jedoch die Entwicklung neuer Substanzen, wie Tyrosinkinasehemmer, m-TOR-Inhibitoren und auch spezifischer Antikörper bzw. Immuntherapien. In unserer Klinik bieten wir eine umfassende medikamentöse Therapie an. Es erfolgt dazu eine Eingliederung in eine spezielle Nierentumorsprechstunde, welche Montag zwischen 8 Uhr und 13 Uhr

stattfindet. Weiterhin ist dadurch eine Zuführung der Patienten zu internationalen Studien möglich.

Eine Strahlentherapie spielt beim Nierenzellkarzinom lediglich in der palliativen, d.h. der symptomlindernden Behandlung von Metastasen eine Rolle. Viele nicht mehr heilbare Patienten profitieren von der Lebensverlängerung, der Schmerzbesitzigung oder der Wiederherstellung von Körperfunktionen (z.B. Gehfähigkeit).

Leider gibt es für Diagnostik und Verlaufskontrolle von Patienten mit Nierentumoren noch immer keine sicheren Tumormarker. Insbesondere deshalb ist eine engmaschige urologische Nachsorge unumgänglich.

# Tumorboard

Bei einer Tumorkonferenz kommen die Ärzte aus verschiedenen Kliniken, die sich auf die Behandlung der entsprechenden Tumorart spezialisiert haben, zusammen. Regelmäßig nehmen an den Tumorkonferenzen der Operateur, ein Pathologe, ein Vertreter der Inneren Medizin, der auf Chemotherapie spezialisiert ist, und ein Strahlentherapeut teil. Gemeinsam werden die Patienten besprochen, wobei der Krankheitsverlauf zuvor von Dokumentaren in einer Übersicht zusammengefasst wurde und von dem Arzt, der mit dem Patienten gesprochen hat, vortragen wurde. Wenn erforderlich werden durch einen Radiologen die Röntgenbilder, CT-Aufnahmen etc. des Patienten demonstriert und anschließend gemeinsam eine Therapieempfehlung erstellt, die dokumentiert und von dem behandelnden Arzt dem Patienten vorgeschlagen wird. Dabei richten sich die Ärzte nach interdisziplinären Leitlinien und Therapieempfehlungen, die von Fachgesellschaften erstellt werden, aber auch nach dem individuellen Krankheitsverlauf des Patienten und seinen evt. vorhandenen Wünschen.

Durch eine Tumorkonferenz werden alle Fachgebiete, die mit der Behandlung dieser Tumorentität vertraut sind, in die individuelle Entscheidung für den Patienten einbezogen. Dadurch wird sichergestellt, dass nicht nur die chirurgische, internistische oder strahlentherapeutische Sicht berücksichtigt wird, sondern gemeinsam möglichst die beste Therapieempfehlung abgegeben wird.

Jede Woche finden am UniversitätsTumorCentrum Jena insgesamt neun Tumorkonferenzen in den verschiedenen Fachgebieten, die Tumorpatienten behandeln, statt. Dabei werden pro Jahr mehr als 70 % aller Patienten, die am Universitätsklinikum mit Tumorerkrankungen neu diagnostiziert werden, besprochen, in den Organzentren erreicht der Anteil sogar 100%. Auch auswärtig behandelte Patienten, die eine Zweitmeinung zu ihrer Erkrankung wünschen, werden in die Konferenzen eingebracht.

Das individuelle Protokoll der Tumorkonferenz, das Sie betrifft, kann Ihnen gerne zur Verfügung gestellt werden. Neben einer Zusammenfassung des Krankheitsverlaufs findet sich darauf auch die Therapieempfehlung, die als Ergebnis der gemeinsamen Diskussion in der Konferenz erstellt wurde.



# Strahlentherapie

## Heilungschancen

---

Die moderne Strahlentherapie (Radioonkologie) ist eine tragende Säule der Krebstherapie. Etwa 45 - 50% aller Krebskranken (Erwachsene, Kinder) können heute geheilt werden. Von den geheilten Personen haben ca. 50 - 60% im Rahmen der primären, auf Heilung abzielenden Behandlung eine Strahlentherapie erhalten. Die Strahlenbehandlung wurde

entweder als alleinige Behandlungsform oder in Kombination mit einem operativen Eingriff oder einer Chemotherapie durchgeführt.

## Rückgewinn an Lebensqualität

---

Darüber hinaus spielt die Strahlentherapie in der palliativen, d.h. symptomlindernden Krebsbehandlung eine bedeutende Rolle. Viele nicht mehr heilbare Patienten profitieren von der Lebensverlängerung, der Schmerzbeseitigung oder der Wiederherstellung von Körperfunktionen (z.B. Gefäßigkeit, Schluckfunktion). Das Tumorleiden ist in

diesen Fällen als eine chronische Erkrankung anzusehen, die immer wieder mit sinnvollen Therapiemaßnahmen behandelt werden muss.

## Wirkungsweise der Strahlentherapie

---

Die Strahlenbehandlung wirkt durch Vernichtung der Tumorzellen. Um möglichst alle vorhandenen Tumorzellen abzutöten, bedarf es einer bestimmten Strahlendosis. Je nach Tumorart und individueller Krankheitssituation muss u.U. auch eine hohe Gesamtdosis gegeben werden. Dies bedeutet, dass die Strahlenbehandlung einen längeren Zeitraum einnimmt, weil die Dosis in der Regel nicht einmalig, sondern fraktioniert (in „Einzelportionen“ aufgeteilt) appliziert wird.

## Schonung gesunden Gewebes

---

Die Strahlentherapie stellt, vergleichbar mit einem chirurgischen Eingriff, eine lokale Therapiemaßnahme dar, welche sich hinsichtlich der Wirkung und möglichen Nebenwirkung im wesentlichen auf die behandelte Körperregion beschränkt und sich damit von einer systemischen Therapie (z.B. Chemotherapie) unterscheidet. Ein wichtiges Grundprinzip der Strahlentherapie besteht darin, dass sie im Allgemeinen über einen Zeitraum von mehreren Wochen fraktioniert durchgeführt wird. Durch das

Einstrahlen von jeweils einer kleinen Dosisportion pro Tag mit einer computertomographisch optimierten punktgenauen Behandlungsplanung erreicht man eine Schonung des gesunden, den Tumor umgebenden Gewebes.

## Effektiver und präziser Geräteeinsatz

---

Die Art und das Stadium der Tumorerkrankung bestimmen die Größe des zu bestrahlenden Körpervolumens und die Höhe der Strahlendosis, die über den Gesamtzeitraum der Strahlentherapie gegeben wird. Von eminenter Bedeutung für die Strahlentherapie ist auch die gerätetechnische Ausstattung. Die modernen Systeme der Bestrahlungsplanung und die hoch entwickelten Linearbeschleuniger ermögli-

chen eine Therapie von großer Präzision und Effektivität mit hochenergetischen Röntgenstrahlen (Photonen) oder Elektronen.

## Planbare Strahlendosis

---

Die Strahlentherapie ist eine Behandlungsmethode, die mit physikalischen Methoden genau zu planen und auch präzise zu beschreiben ist. Für die Bestrahlung kann exakt berechnet werden, welche Strahlendosis in welcher Körperregion aufgenommen wird.

---

Quelle: DEGRO Deutsche Gesellschaft für Radioonkologie e.V.  
[http://www.degro.org/jsp\\_public/cms/index.jsp?top=25&left=2](http://www.degro.org/jsp_public/cms/index.jsp?top=25&left=2)

# Operation

In Abhängigkeit von der Lage und Größe des Nierentumors erfolgt entweder eine organerhaltende Operation oder die vollständige Entfernung der tumortragenden Niere. Der operative Zugang hierzu erfolgt in den häufigsten Fällen über einen Flankenschnitt. Individuell sind aber Abweichungen von diesem Zugang möglich. So kann zum Beispiel bei fortgeschritteneren Befunden ein quer verlaufender Schnitt im Bereich des Oberbauches (Rippenbogenrandschnitt) erfolgen. Bei günstiger Tumorkonstellation (Lage, Größe) besteht ebenfalls die Möglichkeit zur Anwendung eines minimal-invasiven laparoskopischen Verfahrens.

Unter Laparoskopie - auch Bauchspiegelung oder „Schlüssellochchirurgie“ genannt - versteht

Eine konsequente Weiterentwicklung der herkömmlichen Laparoskopie ist die in den 80er Jahren entwickelte roboterassistierte Laparoskopie. Hierbei führt der Chirurg die Operation an einer Konsole sitzend mit Hilfe eines von ihm gesteuerten Roboters durch. Der Vorteil dieser Technik im Gegensatz zur herkömmlichen Laparoskopie sind ein spezielles Kamerasystem mit hochauflösender Sicht (3D-HD) sowie eine extrem präzise Handhabung der Instrumente.

Diese Instrumente haben bei der roboterassistierten Laparoskopie



man ein so genanntes minimal-invasives Operationsverfahren, bei dem große Bauchschnitte vermieden werden können. Mit Hilfe von Schleusen (Trokaren), die über kleine Hautschnitte eingelegt werden, können eine winzige Kamera sowie spezielle Operationsinstrumente in die Körperhöhle eingebracht werden.

So kann wie beim herkömmlichen Verfahren mit größter Sicherheit operiert werden. Der große Vorteil gegenüber den

mehrere kleine Gelenke, so dass die Handbewegungen des Operateurs exakt, aber ohne Zittern übertragen werden können. Ein weiterer Vorteil, bei den teils sehr langwierigen Krebsoperationen, ist die deutlich verbesserte Ergonomie, da der Operateur bequem an einer Konsole sitzt und daher deutlich seltener ermüdet.

Seit Januar 2011 wird dieser Operationsroboter in unserer Klinik eingesetzt. Welche Operationsmethode letztendlich zur Anwendung kommt, muss bei jedem Patienten individuell entschieden werden.

herkömmlichen („offenen“) Operationsmethoden ist die viel kleinere Wundfläche durch die Vermeidung großer Schnitte. Dadurch kommt es zu einem geringeren Blutverlust, weniger Schmerzen und einer schnelleren Genesung. Dadurch ist eine schnellere Mobilisation des Patienten möglich, wobei wiederum postoperative Komplikationen wie Thrombosen oder Lungenkomplikationen reduziert werden können.

Ein weiterer, ästhetischer Vorteil besteht darin, dass man die kleinen Narben, die nach dem Eingriff verbleiben, häufig kaum wahrnimmt.



# Studien



**Anne Ansorg**

*Study Nurse (Studienschwester)*

*E-Mail: Anne.Ansorg@med.uni-jena.de*

*Telefon: +49 3641 9-396649*



**Katharina Schaarschmidt**

*Study Nurse (Studienschwester)*

*E-Mail: Katharina.Schaarschmidt@med.uni-jena.de*

*Telefon: +49 3641 9-329956*

## Was ist eine Klinische Studie?

In einer Klinischen Studie wird die Wirksamkeit und / oder Verträglichkeit eines Medikamentes für eine bestimmte Erkrankung untersucht. Dabei handelt es sich immer um Medikamente, die zuvor vielfachen Labortests unterzogen und in Tiermodellen untersucht wurden. Ein Studienprotokoll (Prüfplan) legt genaue Bedingungen für die Durchführung der

Studie fest, z.B. welche Untersuchungen durchgeführt werden sollen und wer an der Studie teilnehmen kann. Die Teilnahme an einer Studie ist freiwillig, d.h. Sie selbst treffen die Entscheidung nach einem ausführlichen Aufklärungsgespräch mit Ihrem behandelnden Arzt.

## Welchen Nutzen hat eine Klinische Studie?

Klinische Studien sollen der Allgemeinheit Antworten auf medizinische Fragestellungen geben, z.B. ob ein neues Medikament besser wirkt, als das bisher bekannte. Der einzelne Patient steht dabei aber kei-

nesfalls im Hintergrund! Im Rahmen einer Klinischen Studie werden Sie regelmäßig von Ihrem Arzt untersucht und durch erfahrenes Pflegepersonal betreut - z. T. intensiver als unter Routinebedingungen.

## Welches Risiko bringt eine Klinische Studie mit sich?

An oberster Stelle stehen das Wohl und die Sicherheit des Patienten. Um mögliche Risiken so gering wie möglich zu halten, gibt es strenge gesetzliche Vorschriften, nach denen die Studie ablaufen darf.

Klinische Studien dürfen erst dann durchgeführt werden, wenn sie eine sehr genaue Prüfung durch die zuständige Ethikkommission und Gesundheitsbehörde bestanden haben.

## Studiensekretariat

Klinik und Poliklinik für Urologie  
Universitätsklinikum Jena  
Lessingstrasse 1, D-07743 Jena

# Stationäre Aufnahme

Die stationäre Aufnahme erfolgt seit Januar 2013 im Rahmen des elektiven Aufnahmemanagements, d.h. in unserer Aufnahmeabteilung (Erdgeschoss). Als erstes erfolgt ihre administrative Aufnahme (Chipkarte, Krankenhauseinweisungsschein, etc.). Unmittelbar im Anschluss werden sie von unserer Aufnahmeschwester gesehen und befragt. An dieser Stelle wird Ihnen auch z.B. Blut abgenommen und nach den aktuellen Medikamenten gefragt. Anschließend erfolgt ein Gespräch und die Untersuchung beim Arzt einschließlich Ultraschall. Hier wird Ihnen erklärt, welche diagnostischen und therapeutischen Schritte durchgeführt werden sollen. Auf Wunsch können an diesem Gespräch auch Angehörige teilnehmen. Wenn bei Ihnen eine Operation geplant ist, erfolgt dann noch ein gesondertes Gespräch mit dem Narkosearzt. Im Anschluss werden Sie dann mit den Räumlichkeiten und den Abläufen auf den Stationen, durch die Schwestern und Pfleger, vertraut gemacht. Am Folgetag wird im

Normalfall die Operation durchgeführt. Unmittelbar nach der Operation werden Sie zunächst auf die Station 1 (Wachstation) gebracht. Die Zeit, die sie auf der Wachstation verbringen, richtet sich nach der Art des operativen Eingriffs. Von dort gelangen Sie erneut, bis zum Zeitpunkt der Entlassung, auf Ihre Station. Auf jeder Station finden sowohl vormittags als auch nachmittags Visiten statt, bei denen Fragen und Probleme besprochen werden können. Auf Wunsch können zusätzlich Gespräche mit einem Psychologen oder Seelsorger geführt werden. Wenn Sie oder Ihre Angehörigen Fragen zur Planung einer Anschlussheilbehandlung oder zur Beantragung einer häuslichen Pflege haben, helfen Ihnen unsere Mitarbeiter vom Sozialdienst gern weiter. Ansonsten steht Ihnen jederzeit eine Schwester oder Pfleger mit Rat und Tat zur Seite.

## Was Sie mitbringen sollten

- Krankenhauseinweisungsschein
- alle Medikamente, die Sie regelmäßig benötigen bzw. eine Auflistung dieser mit der Einnahmевorschrift
- wenn vorhanden: aktuelle Befunde (z.B. Röntgenbilder oder CT-Bilder z.B. in Form einer CD mit schriftl. Befund)
- Hygieneartikel: Handtücher, Waschlappen, Duschgel, Shampoo, Zahnbürste, Zahnpasta
- Chipkarte Ihrer Krankenversicherung
- wenn vorhanden: Brille, Hörgerät, Prothesen, Gehhilfen, Schlafapnoegerät
- Kleidung: Schlafanzug, Morgenmantel, bequeme Kleidung – z. B. Trainingsanzug, Unterwäsche, Strümpfe, Hausschuhe
- wenn vorhanden: Diabetikerausweis, Allergieausweis, Röntgenpass, Herzschrittmacherausweis, Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht

Ein Handy können Sie mitbringen. Alternativ können Sie jedoch auch gegen eine Gebühr eine Telefonkarte erhalten.

In allen Zimmern besteht die Möglichkeit einen Internetanschluss einzurichten.

Größere Geldbeträge oder sonstige Wertsachen (z.B. Schmuck) sollten Sie besser zu Hause lassen.



## Informationen für Patientinnen und Patienten

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

um eine gute Qualität der onkologischen Behandlung sicherzustellen und die Versorgung von Krebspatienten weiter zu verbessern, wurden alle Bundesländer gesetzlich verpflichtet, Klinische Krebsregister einzurichten. Diese beobachten das Auftreten, die Behandlung und den Verlauf aller Krebserkrankungen, werten diese Daten aus und stellen damit Grundlagen für die Forschung und Qualitätssicherung bereit. Nur wenn zuverlässige Informationen vorliegen, können Erkenntnisse über Krebserkrankungen und deren medizinische Versorgung gewonnen sowie weitere Fortschritte erzielt werden.

Im Folgenden möchten wir Ihnen Ziele und Arbeitsweise des Klinischen Krebsregisters Thüringen erläutern und Sie über die Nutzung Ihrer Daten informieren.

### Über das Klinische Krebsregister Thüringen

Thüringen kann auf eine mehr als 25-jährige Erfahrung in der klinischen Krebsregistrierung zurückblicken. Dieser Kenntnisvorsprung im Freistaat Thüringen wurde genutzt, die vorhandenen Strukturen und Erfahrungen in ein gemeinsames Klinisches Krebsregister Thüringen einfließen zu lassen. Im Thüringer Krebsregistriergesetz (ThürKRG) sind alle thüringenspezifischen Regelungen zur Krebsregistrierung festgelegt.

### Meldepflicht

Die Sie behandelnden Ärzte, Zahnärzte, Krankenhäuser sowie andere ärztlich geleitete Einrichtungen im Freistaat Thüringen, die an der Krankenversorgung teilnehmen, sind seit 2018 gesetzlich verpflichtet, die Daten zu Ihrer Krebserkrankung an das Klinische Krebsregister Thüringen zu übermitteln.

### Diese Daten werden gemeldet

Der Umfang der zu meldenden Informationen ist bundesweit einheitlich festgelegt und beinhaltet:

**Angaben zur Person:** Name, Anschrift, Geburtsdatum, Geschlecht, Krankenkasse, Krankenversicherten-Nummer

**Medizinische Angaben zur Krebserkrankung:** Diagnose und Lokalisation des Tumors, Diagnosedatum,

Art, Beginn, Dauer und Ergebnis der Therapie, Krankheitsverlauf, Sterbedatum, Todesursachen

### Was passiert mit Ihren Daten?

Annahmestelle für Meldungen ist das Klinische Krebsregister Thüringen. Die Angaben zur Person, zur Krankenversicherung, zur Tumordiagnose und das Diagnosedatum werden für die Abrechnung der Krebsregisterpauschale an Ihre Krankenkasse übermittelt, denn die Krankenkassen fördern den Betrieb der Klinischen Krebsregister. Auch Sie als Patientin oder Patient können direkt von der Datensammlung profitieren:

- Auf Antrag werden Ihren behandelnden Ärzten die im Klinischen Krebsregister Thüringen gespeicherten Daten zur Verfügung gestellt, um die interdisziplinären Zusammenarbeit bei der Behandlung und die Qualitätssicherung zu unterstützen. Dies dient Ihrer bestmöglichen Behandlung.
- Ihre Ärzte können auf dieser Grundlage mit den mitbehandelnden ärztlichen Kollegen besprechen, welche Untersuchungen für Sie am besten geeignet sind und wie Ihre optimale Therapie aussehen sollte (z. B. im Rahmen von Tumorkonferenzen). Es ist wichtig, dass hierzu möglichst alle verfügbaren Daten über die Krebserkrankung vorliegen, auch zurückliegende Krankheitsphasen und Zweiterkrankungen.
- Praxen und Kliniken werden durch zusammenfassende tumorbezogene Auswertungen über den Erfolg der von ihnen durchgeführten Krebsbehandlungen rückinformiert. Dies hilft den Behandlern, durch vergleichende Auswertungen die Qualität ihrer Versorgung weiter zu verbessern.

Das Klinische Krebsregister Thüringen übermittelt auf Antrag anonymisierte Daten an Forschungseinrichtungen für Forschungsvorhaben im Bereich der Versorgungsforschung. Ein Rückschluss auf Ihre Daten ist hierbei nicht möglich. Kann ein Forschungsvorhaben nur mit Hilfe Ihrer identifizierenden Angaben durchgeführt werden, weil z. B. Patientenbefragungen durchgeführt werden müssen, muss dazu Ihre vorherige schriftliche Einwilligung vorgelegt werden. Zusätzlich zu diesen

# KLINISCHES KREBSREGISTER Thüringen

Auswertungen sind alle Krebsregister bundesgesetzlich verpflichtet, verschlüsselte Identitätsdaten und bestimmte medizinische Daten an das bevölkerungsbezogene (epidemiologisch) Gemeinsame Krebsregister (GKR) zu übermitteln. Epidemiologische Krebsregister erheben, speichern, verarbeiten, analysieren und interpretieren die Daten über das Auftreten und die Häufigkeit von Krebs in definierten Erfassungsgebieten.

## Schutz Ihrer Daten

Das Klinische Krebsregister Thüringen nimmt den Schutz Ihrer Daten sehr ernst. Umfang, Speicherung, Nutzung, Weitergabe und Löschung der Daten unterliegen den aktuellen datenschutzrechtlichen Vorschriften und der Kontrolle durch die Datenschutzbeauftragten des Freistaates Thüringen.

Die Speicherung und Verarbeitung aller notwendigen Angaben zu Ihrer Person finden ausschließlich in einem personell und technisch abgegrenzten Bereich der jeweiligen regionalen Registerstelle statt. Die Mitarbeiter unterliegen einer strengen Schweigepflicht. Alle weiteren Schritte der statistischen Verarbeitung der Daten finden ohne identifizierende Angaben zur Ihrer Person statt. Die Weitergabe von Daten an die Krebsregister anderer Länder, das epidemiologische Gemeinsame Krebsregister (GKR) oder an wissenschaftliche Einrichtungen geschieht nur auf gesetzlicher Grundlage und unter festgelegten und überprüfbaren Bedingungen.

## Ihr Recht auf Widerspruch

Laut Thüringer Krebsregistergesetz ist eine Ausnahme von der ärztlichen Meldepflicht für Krebserkrankungen nicht erlaubt. Als Betroffener können Sie allerdings der dauerhaften Speicherung Ihrer Identitätsdaten widersprechen. Ihre persönlichen Daten werden dann nach Durchführung des Abrechnungsverfahrens mit den Krankenkassen pseudonymisiert. Das bedeutet, dass Sie als Person namentlich nicht mehr erkennbar sind. Ihre medizinischen Daten zur Krebserkrankung bleiben jedoch für die Auswertung erhalten. Ein Widerspruch hat zur Folge, dass Ihre behandelnde Ärzte und Kliniken nicht mehr auf die von Ihnen im Register gespeicherten Daten zum bisherigen Verlauf zurückgreifen können.

Auch können wir Sie nicht mehr kontaktieren, um Ihr Einverständnis z.B. zur Teilnahme an Befragungsstudien zur Lebensqualität von Krebspatientinnen und -patienten zu erhalten.

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich bitte an die Sie behandelnde Ärzte oder an das Klinische Krebsregister Thüringen:

## Zentrales Klinisches Krebsregister Thüringen gGmbH

Carl-Zeiß-Platz 8, 07743 Jena

Telefon: 0 36 41 / 93 96 750

Telefax: 0 36 41 / 93 37 99

E-Mail: [info@zkkcr-thueringen.de](mailto:info@zkkcr-thueringen.de)

Internet: [www.krebsregister-thueringen.de](http://www.krebsregister-thueringen.de)

## Regionale Registerstelle am Tumorzentrum Erfurt

Helios Klinikum Erfurt GmbH

Nordhäuser Str. 74, 99089 Erfurt

Telefon: 0 36 1 / 78 14 802, Telefax: 0 36 1 / 78 14 803

## Regionale Registerstelle am Tumorzentrum Gera

SRH Wald-Klinikum Gera GmbH

Straße des Friedens 122, 07548 Gera

Telefon: 0 36 5 / 82 88 948, Telefax: 0 36 5 / 82 88 949

## Regionale Registerstelle am UniversitätsTumorCentrum Jena

Universitätsklinikum Jena

Bachstraße 18, 07743 Jena

Telefon: 0 36 41 / 93 25 301, Telefax: 0 36 41 / 93 25 302

## Regionale Registerstelle am Tumorzentrum Nordhausen

Südharz Klinikum Nordhausen gGmbH

Dr.-Robert-Koch-Straße 39, 99734 Nordhausen

Telefon: 0 36 31 / 41 22 84, Telefax: 0 36 31 / 41 22 82

## Regionale Registerstelle am Klinischen Krebsregister Südthüringen

SRH Zentralklinikum Suhl gGmbH

Albert-Schweitzer-Str. 2, 98527 Suhl

Telefon: 0 36 81 / 35 61 24, Telefax: 0 36 81 / 35 60 06

# EMPFEHLUNGEN UND TIPPS

## Ernährung



**Jana Serzisko**

*Leitende Diätassistentin*

*E-Mail: [Jana.Serzisko@med.uni-jena.de](mailto:Jana.Serzisko@med.uni-jena.de)*

*Telefon: +49 3641 9-320950*

*Fax: +49 3641 9-320932*

### **Während ihrer Behandlung oder nach Operationen können verschiedene Situationen eine Ernährungsumstellung erforderlich machen. Gern beraten wir Sie bei:**

- Gewichtsverlust / Gewichtszunahme
- Übelkeit / Erbrechen / Appetitlosigkeit
- Mundtrockenheit
- Durchfall / Verstopfung
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten (z.B. Milchzuckerunverträglichkeit)
- Kostaufbau nach Operation im Magen-Darm-Trakt

Wissenschaftlich fundierte Ernährungsempfehlungen sind ein wichtiger Beitrag zur Aufrechterhaltung von Gesundheit und Wohlbefinden und somit zur Vorbeugung verschiedener Krankheiten. Bei der Krebsentstehung und dessen Ausbreitung scheint neben genetischen Faktoren auch eine langfristige Balance von Stoffwechselfvorgängen eine wichtige Rolle zu spielen.

Nach neueren Erkenntnissen sind neben rotem Fleisch auch geschälter Reis, Weißbrot, Kartoffeln, Nudeln und Butter an der Spitze der Pyramide einzuordnen, während Pflanzenöle (z.B. Oliven-, Raps-, Soja-, Maiskeim-, Sonnenblumenkern- und Erdnussöl; ungesättigte Fettsäuren) die Basis der Ernährungspyramide erweitern. Der Hauptbedarf an Proteinen sollte durch den Verzehr von Geflügel, Fisch und Nüssen gedeckt werden, während man auf rotes Fleisch und Käse besser verzichtet.

## Tabellarische Zusammenstellung negativer und positiver Nahrungsmittel

(-) Negativ	(+) Positiv
Tierische Fette, gesättigte Fettsäuren	Pflanzliche Öle, mehrfach ungesättigte Fettsäuren
Rotes Fleisch	Geflügel, Fisch, Nüsse
Käse	Obst, Gemüse
Stärke (geschälter Reis, Weißbrot, Nudeln)	Vollkornprodukte
	Tomatenprodukte

## Krebserkrankungen und Ernährung

Ernährung ist für uns alle ein wichtiges Thema. Wenn man mit einer Krebs-Erkrankung konfrontiert ist, rückt das Thema „gesunde Ernährung“ nochmal mehr in den Fokus. Doch welche Lebensmittel sind gesund und welche wirken sich ungünstig auf unsere Gesundheit aus. In vielen Untersuchungen stellten Wissenschaftler fest, dass die Ernährung einen wesentlichen Einfluss auf das Krebs- Risiko hat. Bestimmte Stoffe in der Nahrung können Krebszellen in ihrem Wachstum fördern, andere Stoffe wiederum hemmen. Allerdings sind diese wissenschaftlichen Zusammenhänge äußerst kompliziert und noch nicht bis ins Detail aufgeschlüsselt. Man weiß einerseits, dass durch eine voll-

wertige Ernährung und Bewegung das Krebsrisiko gesenkt werden kann. Generell scheinen Ballaststoffe, sowie Obst und Gemüse einen risikosenkenden Effekt auf bestimmte Krebserkrankungen zu haben. Andererseits erhöht sich das Krebsrisiko bei Übergewicht. Einen risikoerhöhenden Effekt auf einige Krebserkrankungen haben insbesondere rotes Fleisch und Alkohol.

Unsere Empfehlung für eine bedarfsgerechte Zufuhr von Nährstoffen als Voraussetzung für die Balance von Stoffwechselfvorgängen und Stärkung des Immunsystems im Überblick:

### Getränke:



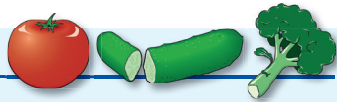
Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist wichtig, um Kreislauf und Stoffwechsel in Schwung zu halten. Die Trinkmenge sollte bei 1,5-2 Litern täglich liegen. Empfehlenswert sind Mineralwässer, verdünnte Obstsaften ohne Zucker, Gemüsesäfte und zuckerfreie Kräuter- oder Früchtetees. Sie liefern zudem wertvolle Mineralstoffe und Spurenelemente, Obst- und Gemüsesäfte zusätzlich Vitamine und sekundäre Pflanzenstoffe. Nicht empfehlenswert sind Limonaden, Cola-Getränke, Energydrinks, Fruchtsaftgetränke und Nektare aufgrund des hohen Zuckeranteils. Alkoholische Getränke sollten wegen der überwiegend negativen Effekte gemieden werden.

### Getreideprodukte:



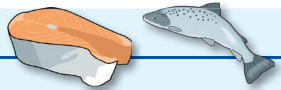
Mit Getreideprodukten versorgen wir unseren Organismus hauptsächlich mit Kohlenhydraten. Getreideprodukte aus Vollkorn (Vollkornbrot, Getreidevollkornflocken, Naturreis, Vollkornnudeln) sind wertvolle Lieferanten von Vitaminen, Mineralstoffen, sekundären Pflanzenstoffen, aber vor allem Ballaststoffen. Diese unverdaulichen Nahrungsbestandteile wirken sich positiv auf die Darmfunktion aus; Schadstoffe im Darm werden schneller ausgeschieden.

## Gemüse:



Gemüse enthält etwa 90% Wasser, Ballaststoffe, Vitamine, Mineralstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe in unterschiedlicher Menge. Diese wirken unter anderem entzündungshemmend, antioxidativ, fördern die Verdauung und regen das Immunsystem an. Sulfide in Zwiebel- und Lauchgemüse beispielsweise zählen zu den Radikalfängern. Der rote Farbstoff Lycopin in Tomaten gehört zu den Carotinoiden und wirkt antioxidativ. Essen sie mehrere Gemüseportionen am Tag und bevorzugen Sie saisonale Sorten aus der Region bzw. aus ökologischem Anbau.

## Fisch:



Fische sind vorrangig Proteinlieferanten. Besonders Hering, Lachs und Makrele enthalten jede Menge ungesättigte Omega-3- Fettsäuren. Wir empfehlen, 1- 2 Portionen Fisch wöchentlich zu essen.

## Tierische und pflanzliche Fette:



Fett ist ein Geschmacksträger und wichtig für die Aufnahme fettlöslicher Vitamine. Allerdings liefern Fette die meiste Energie. Bei der Auswahl der Fette sollten Sie die Menge, den Gehalt an verschiedenen Fettsäuren und den Verarbeitungsgrad beachten.

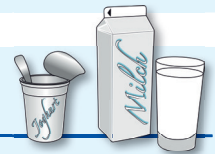
Tierische Fette enthalten die weniger gesunden gesättigten Fettsäuren, pflanzliche Fette dagegen mehr ungesättigte Fettsäuren mit positiven Auswirkungen auf bestimmte Stoffwechselfvorgänge. Diese ungesättigten Omega-3- und 6- Fettsäuren beeinflussen Entzündungs- und Immunreaktionen, regulieren so die Funktion in und den Transport zwischen verschiedenen Körperzellen und den Blutfettspiegel. Sie sind aufgrund ihrer Struktur in der Lage in positiver Hinsicht mit anderen Molekülen zu reagieren und verschiedene Stoffwechselprozesse zu aktivieren. Das in Pflanzenölen, Nüssen und Ölsaaten enthaltene Vitamin E wirkt antioxidativ und entzündungshemmend. Bevorzugen Sie kaltgepresste Pflanzenöle in der kalten Küche.

## Obst:



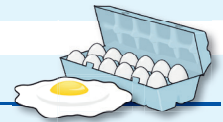
Frisches Obst enthält etwa 80% Wasser, Kohlenhydrate in Form von Frucht- und Traubenzucker, Ballaststoffe, Vitamine (z.B. Beta Carotin, Vitamin C und Folsäure), Mineralstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe, welche sich teilweise gegenseitig ergänzen. So können beispielsweise Phenolsäuren in Früchten Bakterien bekämpfen. Flavonoide, Carotinoide und Vitamin C wirken antioxidativ. Bevorzugen Sie saisonale Sorten aus der Region bzw. aus ökologischem Anbau.

## Milch- und Milchprodukte:



Milch- und Milchprodukte liefern uns Protein, Kohlenhydrate und Fette, sowie Mineralien (vor allem Calcium) und Vitamine. Allerdings können Milchprodukte auch Schadstoffe und Hormone enthalten. Bevorzugen Sie möglichst naturbelassene Milchprodukte von ausgewählten Produzenten und bedenken Sie den teilweise hohen Fett- und Salzgehalt, vor allem in Käse.

## Eier:



Eier liefern wertvolle Proteine, Fette, Mineralstoffe und Vitamine, können aber auch Schadstoffe enthalten. Verzehren Sie Eier maßvoll und bevorzugen Sie Eier aus ökologischer Erzeugung.

## Fleisch:



Weniger ist mehr. In verschiedenen Studien wurde festgestellt, dass rotes und verarbeitetes Fleisch Substanzen enthält, die sich ungünstig auf den Zell- und Hormonstoffwechsel auswirken. Dazu zählen unter anderen gesättigte Fettsäuren, Nitrate, Nitrite, Hormone und Salz. Aus diesem Grund sollten nur 2-3 Portionen bzw. 300 bis maximal 600g Fleisch- und Wurstwaren pro Woche auf dem Speiseplan stehen. Andererseits ist Fleisch ein guter Proteinlieferant und enthält B-Vitamine, Zink, Eisen und Selen. Gedünstetes, gekochtes bzw. geschmortes Fleisch ist günstiger als scharf angebratenes oder gegrilltes Fleisch. Gepökelte und geräucherte Fleisch- und Wurstwaren sollten nur selten verzehrt werden.

# Behandlung von Schmerzen bei Krebs

## Die wichtigsten Botschaften

**Schmerzen können ein belastendes Symptom bei einer Krebserkrankung sein.**

**Gegen Schmerzen gibt es aber viele Therapiemöglichkeiten.**

**In dieser Broschüre informieren wir Sie zum Thema Schmerz und Schmerzbehandlung.**

## Was sind Schmerzen?

Schmerz ist ein unangenehmes Gefühl. Der Schmerz dient als überlebenswichtiges Warnsignal des Körpers, da er auf eine akute Verletzung oder möglichen Schaden im Körpergewebe hinweist. Der Schmerz kann sich unterschiedlich anfühlen und unterschiedlich lange andauern. Es werden akute und chronische Schmerzen unterschieden.

Akute Schmerzen werden durch einen Auslöser verursacht, der zeitlich und örtlich beschränkt ist. Wie stark der Schmerz empfunden wird, hängt meist vom Ort und dem Ausmaß der Verletzung ab. Der

akute Schmerz geht wieder weg, wenn die Ursache bekämpft wurde.

Chronische Schmerzen treten immer wieder auf oder dauern über eine längere Zeit an, mindestens 3 bis 6 Monate. Auch chronische Schmerzen können durch eine Schädigung im Körpergewebe auftreten. Manchmal ist die Ursache für den Schmerz nicht mehr eindeutig erkennbar. Meist bestehen chronische Schmerzen noch nachdem der Auslöser bekämpft wurde. Das körperliche und seelische Befinden der Patienten wird beeinträchtigt.

## Wie entstehen Schmerzen?

Schmerz entsteht durch einen Reiz (z.B. Verletzung, Druck, Entzündung, Hitze, Kälte), der von Nervenendigungen im Gewebe aufgenommen wird. Über Ner-

venfasern werden diese Informationen weitergeleitet und im Rückenmark und Gehirn verarbeitet.

## Schmerzgedächtnis

Werden Schmerzen unzureichend behandelt, kann das Spuren im Nervensystem hinterlassen. Diese langanhaltenden Veränderungen wurden bisher besonders gut im Rückenmark untersucht. Ähnliche Schmerzspuren bilden sich vermutlich auch im Gehirn. Durch solche Schmerzspuren werden Nervenzellen empfindlicher für Schmerzreize. Dies kann sich als stark gesteigerte Schmerzempfindlichkeit (Hyperalgesie) äußern: Bei betroffenen Patienten werden Schmerzen auch durch normalerweise harmlose, nicht oder wenig schmerzhaft Reize ausgelöst.

Dies ist einer der Gründe, warum eine frühe und effektive Behandlung von Schmerzen im frühen Stadium wichtig ist. Sonst entsteht ein Teufelskreis der Schmerzempfindung.

## Wie empfinden wir Schmerzen? Warum empfinden Menschen Schmerzen unterschiedlich?

Schmerzen sind sehr subjektiv – jeder Mensch nimmt sie unterschiedlich wahr. Oft ist das Empfinden davon abhängig, welche Erfahrungen der Betroffene mit Schmerzen in der Vergangenheit gemacht hat und wie es ihm gerade geht. Starke oder chronische Schmerzen beeinträchtigen die Lebensqualität, andersherum kann die Lebensqualität auch das Schmerzempfinden beeinflussen. So schaffen es viele Patienten an guten

Tagen besser mit Schmerzen umzugehen.

Eine Krebserkrankung ist ein äußerst belastendes und einschneidendes Erlebnis. Wie man mit dem Schock über die Krebsdiagnose, den Zukunftsängsten und der seelischen Belastung umgeht, kann die Wahrnehmung von Schmerzen beeinflussen.

## Schmerzen bei Krebs

Viele Krebspatienten machen während ihrer Erkrankung Erfahrungen mit Schmerzen.

Die Auslöser für Schmerzen bei Krebs sind sehr unterschiedlich. Ursachen können z.B. sein:

- Krebszellen wachsen in gesundes Gewebe und Organe hinein, verursachen dort Schädigungen und verdrängen gesundes Gewebe
- Krebszellen können auch in Gefäße, Lymphbahnen und in die Harnröhre einwachsen und somit zu Verengungen oder Stauungen führen

- Schmerzen können als Nebenwirkung einer Krebsbehandlung (z.B. Chemo – und Strahlentherapie) auftreten
- Schmerzen können durch andere Erkrankungen z.B. Infektionen oder Entzündungen auftreten
- Schmerzen können bei chronischen Schmerzen durch das sogenannte Schmerzgedächtnis auch ohne bestimmte Auslöser vorkommen

Schmerzen können aber auch unabhängig von der Krebserkrankung auftreten, z.B. Kopf-, Rücken- oder Gelenkschmerzen.

## Welche Arten von Schmerz bei Krebs gibt es?

Krebs kann an vielen verschiedenen Stellen im Körper entstehen. Je nachdem wo der Krebs wächst, können unterschiedliche Arten von Schmerzen auftreten. Schmerzen an verschiedenen Stellen im Körper können sich unterschiedlich anfühlen. Es gibt dumpfe und drückende Schmerzen, stechende oder bren-

nende Schmerzen. Schmerzen können gleichmäßig oder wechselnd, anhaltend oder nur manchmal da sein. Für die genaue Diagnose und Behandlung kann es hilfreich sein, wenn man dem Arzt die Schmerzen genauer beschreiben kann.

## Die Behandlung von Schmerzen

Schmerzen können in allen Phasen der Krebserkrankung oder als Nebenwirkung der Behandlung auftreten. Betroffene müssen den Schmerz nicht hinnehmen – es gibt zahlreiche, auf den Patienten abgestimmte Therapien. Verschiedene Medikamente und unterstützende Maßnahmen wie z.B. Entspannungstechniken, Lymphdrainagen oder psychosoziale Angebote helfen dabei, den Schmerz zu bekämpfen.

Wichtig ist es, Schmerzen rechtzeitig zu behandeln. Schmerzen kosten viel Kraft, schränken die Lebensqualität ein und können zu Angst und Verzweiflung führen. Ziel der Schmerzbehandlung ist es, dass Patienten ohne oder mit geringen Schmerzen den Alltag und Bewegungen meistern können.



## Symptomatische oder kausale Schmerztherapie

Bei der Schmerzbehandlung ist es wichtig, die Ursache zu bekämpfen. Das wird als kausale Therapie bezeichnet. Zum Beispiel gehören dazu Operation, Chemotherapie und Bestrahlung. Sie haben das Ziel,

den Tumor zu verkleinern und dadurch Schmerzen zu lindern. Schmerzmedikamente lindern Schmerzen, indem sie die Schmerzleitung im Nerven oder die Schmerzempfindung hemmen.

## Gespräch mit dem Arzt

Um eine geeignete Schmerzbehandlung festzulegen, ist das Gespräch mit dem Arzt besonders wichtig. Auch wenn der Arzt nicht nach den Schmerzen fragt oder es Betroffenen schwer fällt, darüber zu sprechen, ist es notwendig, Informationen über seine Schmerzen mitzuteilen, z.B.:

- Wann treten die Schmerzen auf?
- Wo treten die Schmerzen auf?
- Wie stark sind die Schmerzen?
- Wie fühlen sich die Schmerzen an (z.B. krampfartig, brennend, drückend)?

- Wie lange dauern die Schmerzen an?
- Wie schnell entwickeln sich die Schmerzen (z.B. plötzlich, langsam, wellenartig)?

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, die Schmerzstärke von Betroffenen einschätzen zu lassen. Meist soll angegeben werden, wie stark die Schmerzen auf einer Skala von 1 „schmerzfrei“ bis 10 „unerträglich“ sind.

## Medikamente bei der Schmerzbehandlung

**Bei vielen Krebspatienten können Schmerzen durch Medikamente gelindert oder beseitigt werden.**

### Wie wirken Schmerzmedikamente?

Schmerzmedikamente hemmen entweder die Schmerzleitung oder die Schmerzwahrnehmung im Gehirn.

### Wie werden Schmerzmedikamente verabreicht?

Es gibt verschiedene Möglichkeiten wie Schmerzmedikamente verabreicht werden. In welcher Form die Medikamente eingesetzt werden, ist abhängig:

- vom Wirkstoff
- davon, wie lange die Wirkung andauern soll
- davon, wie der Patient ein Medikament nehmen möchte oder kann.

Retardmedikamente und Pflaster wirken länger, es dauert aber in der Regel auch länger, bis die Wirkung einsetzt. Tropfen und normale Tabletten wirken schneller, aber auch kürzer. Besonders schnell wirken Lutschtabletten und Sprays.

### Einnahme über den Mund

Viele Medikamente werden oral, also durch den Mund gegeben. Dazu gehören z.B. Tabletten, Kapseln, Tropfen, Lutsch- oder Brausetabletten, Saft, Sticks und Granulat. Diese Medikamente wirken unterschiedlich schnell. Retardmedikamente haben eine besondere Hülle, die sich eher langsam auflöst und damit die Wirkung langsamer beginnt und länger anhält. Lutschtabletten und Sticks enthalten Schmerzmittel,

die über die Mundschleimhaut aufgenommen werden. Sie wirken schnell und können gut bei plötzlich auftretenden Schmerzen eingesetzt werden.

Eine besondere Form sind Nasensprays, bei denen das Schmerzmittel über die Nasenschleimhaut aufgenommen wird.

## Einnahme über die Haut

---

Schmerzmittel können auch über die Haut gegeben werden. Diese Schmerzpflaster werden eingesetzt, wenn Patienten durch Schluckbeschwerden oder Krebs im Hals-Nasen-Rachenbereich bzw. im Verdauungssystem eingeschränkt sind.

Schmerzpflaster gibt es in unterschiedlichen Formen – sie können unterschiedlich viele Tage wirken. Bei der Anwendung ist zu beachten, dass Fieber, Schwitzen und Gewichtsabnahme die Aufnahme des Medikaments und damit die Wirksamkeit beeinflussen.

## Einnahme über den Enddarm

---

Schmerzmedikamente können auch in Form von Zäpfchen über den Enddarm eingeführt werden. Zäpfchen sind hilfreich, wenn aufgrund von Übelkeit oder Erbrechen keine anderen Medikamente eingenommen wer-

den können. Das wird vor allem bei Schmerzen eingesetzt, die nur eine kurze Zeit andauern. Zäpfchen haben eine schlechte Wirkung bei Durchfall oder wenn After oder Enddarm verletzt und entzündet sind.

## Einnahme über eine Injektion

---

Schmerzmedikamente können als Spritze oder Infusion über die Vene gegeben werden. Das wird medizinisch als intravenös bezeichnet. Spritzen oder Infusionen helfen bei schnell auftretenden Schmerzen und dürfen nur vom medizinischen Fachpersonal gegeben werden. Benötigt der Patient über einen längeren Zeitraum Schmerzmittel über die Vene, wird ein dauerhafter Zugang gelegt. Dies wird medizinisch als Port bezeichnet. Wenn ein Patient unter starken chronischen Tumorschmerzen leidet, gibt es

eine Möglichkeit Schmerzmittel dauerhaft mit einer Schmerzpumpe in die Vene zu geben. Der Arzt stellt eine bestimmte Menge ein und der Patient kann bei Bedarf eine zusätzliche Dosis bekommen.

In einigen Fällen können Schmerzmittel auch unter die Haut gespritzt werden (medizinisch „subkutan“). Dabei werden ebenfalls Spritzen, Infusionen oder Schmerzpumpen eingesetzt.

## Gabe über das Rückenmark

---

In seltenen Fällen werden Schmerzmedikamente auch in die Nähe des Rückenmarks gegeben. Dabei wird ein dünner Schlauch in der Nähe des Rückenmarks gelegt. Über eine Schmerzpumpe werden Schmerz-

mittel automatisch verabreicht. Der Arzt stellt eine bestimmte Menge ein und der Patient kann bei Bedarf eine zusätzliche Dosis bekommen.

## Wie werden Schmerzmedikamente angewendet?

Bei der Einnahme von Schmerzmedikamenten bei Tumorschmerzen ist es wichtig, dass sie in ausreichender Dosis, regelmäßig und nach einem festen Zeitplan eingenommen werden. Dadurch wirken die Medikamente dauerhaft. Bei der Anwendung von Schmerzmedikamenten werden folgende Punkte beachtet:

- Stärke, Art und Ursache der Schmerzen
- Nebenwirkungen
- Kombinationen und Wechselwirkung mit anderen Medikamenten
- Individuelle Situation des Patienten (Psyche, soziales Umfeld, Wünsche)

Je nachdem wie stark die Schmerzen des Betroffenen sind, werden weniger starke, mittelstarke oder starke Schmerzmedikamente empfohlen. Das wird auch als Stufenschema bezeichnet. Ist eine Stufe bei der Behandlung nicht wirksam, wird die nächst höhere Stufe gewählt. Oft werden verschiedene Schmerzmedikamente kombiniert, um die Wirksamkeit und die Verträglichkeit zu erhöhen.

**Stufe 1 – Nichtopioid-Analgetika:** Bei schwachen bis mäßigen Schmerzen werden erst Schmerzmittel verabreicht, die keine Opioide enthalten. Darunter zählen nichtsteroidale Antirheumatika oder vergleichbare Medikamente.

**Stufe 2 – Schwache bis mittelstarken Opioid-Analgetika:** Wenn der Patient über stärkere Schmerzen klagt, werden diese Opioide empfohlen. Die Mehrzahl fällt nicht unter die Betäubungsmittelverordnung. Wenn Bedarf besteht, können diese Medikamente mit Medikamenten der Stufe 1 kombiniert werden.

**Stufe 3 – Starke Opioide:** Diese Medikamente werden bei starken Schmerzen eingesetzt. Der Arzt muss die Medikamente auf einem Betäubungsmittel-Rezept verordnen. Bei Bedarf können die starken Opioide mit Medikamenten der Stufe 1 kombiniert werden. Allerdings dürfen schwächere Opioide (Stufe 2) nicht mit starken Opioiden (Stufe 3) gegeben werden, da sich die Wirkung gegenseitig aufheben kann und sich Nebenwirkungen verschlimmern können.

Wichtig ist es, dass bei der Schmerztherapie Arzt und Patient eng zusammenarbeiten. Es dauert bei stärkeren Schmerzen manchmal einige Tage, bis die bestmögliche Therapie gefunden wurde. Auf keinen Fall sollte man als Krebspatient mit der Einnahme der verordneten Medikamente warten, bis man es nicht mehr aushält.

Welches Mittel in welcher Dosis individuell am besten verträglich ist, muss vorsichtig ausgetestet werden. Die Dosis der Medikamente sollte von Patienten nicht eigenständig reguliert werden, ohne es mit dem Arzt abzuklären.

Bei dauerhaft auftretenden Schmerzen ist es besser die Medikamente regelmäßig einzunehmen. Dadurch wird ein gewisser Spiegel im Blut aufrechterhalten, somit sind die Patienten besser vor plötzlichen Schmerzattacken geschützt. Ärzte verschreiben deshalb auch möglichst langwirksame Medikamente, bei denen der Wirkstoff erst nach und nach und sehr gleichmäßig freigesetzt wird z.B. Retard-Tabletten oder Schmerzpflaster.

Wenn Patienten dauerhaft Schmerzmittel einnehmen, kann es trotzdem dazu kommen, dass zwischendurch Schmerzen auftreten, z.B. wenn man sich bewegt, sich anstrengt oder wenn man angespannt ist. Für diese Situation verordnet der Arzt meist ein sogenanntes Bedarfsmedikament, also ein schnell wirksames Schmerzmittel, das man zusätzlich einnimmt. Das können Tropfen, Lutschtabletten oder Sprays sein.

Wenn man weiß, dass man etwas tun möchte, das erfahrungsgemäß zu Schmerzen führt (z.B. Spazieren gehen, mit den Enkelkindern spielen etc.), dann kann man das Bedarfsmedikament auch schon vorsorglich nehmen, bevor es losgeht.

## Welche Arten von Schmerzmedikamenten bei Krebs gibt es?

### Nichtsteroidales Antirheumatikum (NSAR)

Das sind Schmerzmittel, die Entzündungen im Körper hemmen. Deshalb werden sie auch noch bei der Behandlung von Rheuma angewendet. Zu dieser Gruppe gehören u.a. folgende Medikamente:

- Metamizol
- Paracetamol
- Aspirin/ASS
- Ibuprofen
- Diclofenac

### Opiate/Opioide

Opioide sind Wirkstoffe, die natürlich aus dem Schlafmohn gewonnen oder künstlich hergestellt werden. Sie beeinflussen die Weiterleitung und Verarbeitung

von Schmerzreizen im Gehirn. Sie unterscheiden sich in schwach und stark wirksame Opioide.

### Zu den schwach wirksamen Opioiden gehören:

---

- Codein
- Tilidin
- Tramadol

Schwach wirksame Opioide können mit anderen Schmerzmedikamenten eingenommen werden. Reichen diese nicht gegen die Schmerzen aus, sollte nicht einfach die Dosis erhöht werden. Das kann zu stärkeren Nebenwirkungen führen. Dann können stark wirksame Opioide angewendet werden.

### Zu den stark wirksamen Opioiden gehören:

---

- Oxycodon
- Morphin
- Hydromorphon
- Alfentanil
- Buprenorphin
- Methadon
- Fentanyl
- Tapentadol

Einige Patienten haben Angst von Opioiden abhängig zu werden. Eine passende Schmerzbehandlung zielt darauf ab, den Schmerz gleichmäßig zu kontrollieren und Schwankungen zu vermeiden. Das wird mithilfe eines gleichbleibenden Wirkstoffspiegel im Körper erreicht. Das Risiko einer Abhängigkeit ist bei Patienten mit einer Krebserkrankung sehr gering. Trotzdem sollte man Opioide nicht plötzlich und ohne Abstimmung mit dem Arzt absetzen, da sich der Körper meist daran gewöhnt hat und es zu starken Reaktionen und Schmerzen kommen kann.

## Begleitende Schmerzmittel

Die sogenannten Koanalgetika oder begleitenden Schmerzmittel haben selber kaum schmerzstillende Wirkung, unterstützen aber die Wirkung der Schmerz-

mittel. Dazu gehören z.B. folgende Medikamentengruppen:

### Kortikosteroide

---

Zu dieser Gruppe zählen Cortison, Methylprednison, Prednison, Dexamethason. Sie verringern die Schwellungen, die durch den Tumor oder Metastasen verursacht werden und können auch bei krebisbedingten

Entzündungen helfen. Für einige Patienten haben diese Medikamente positive Nebenwirkungen: Sie regen den Appetit an und hellen die Stimmung auf.

### Angstlösende und beruhigende Medikamente

---

Krebserkrankung und Schmerzen verursachen Ängste, Sorgen und Schlafstörungen. Um besser mit den Schmerzen umzugehen, können Beruhigungsmittel wie Lorazepam oder Antidepressiva unterstützend eingesetzt werden. Auch wenn sie selber keine Schmerzmedikamente sind, können sie hilfreich sein, da sie beruhigend und angstlösend wirken.

Unterstützende Wirkung können auch Medikamente aus der Gruppe der Epileptika haben.

## Nebenwirkungen der Schmerztherapie und deren Behandlungen

Alle Behandlungen haben eine beabsichtigte Wirkung. Sie können jedoch auch unerwünschte Folgen haben. Das wird medizinisch als Nebenwirkungen bezeichnet. Für alle Nebenwirkungen gilt:

- Sie können, müssen aber nicht auftreten.
- Sie können einzeln auftreten.
- Sie können in verschiedenen Kombinationen auftreten.
- Jeder Patient empfindet Nebenwirkungen als unterschiedlich belastend.
- Nebenwirkungen können meist behandelt werden.

Es ist hilfreich, so früh wie möglich mit dem behandelnden Arzt über Nebenwirkungen zu sprechen. Dann kann der Arzt besser reagieren und die Schmerzbehandlung anpassen. Wenn die Nebenwirkungen sehr stark sind und sich nicht behandeln lassen, kann mit dem Arzt über einen möglichen Wirkstoff- oder Therapiewechsel gesprochen werden.

Nebenwirkungen von Schmerzmedikamenten sind z.B.:

- Verstopfungen
- Übelkeit

- Erbrechen
- Schwindel
- Schläfrigkeit
- Stimmungsschwankungen
- Juckreiz
- Kopfschmerzen
- Magenschleimhautentzündung

Gegen Nebenwirkungen der Schmerztherapie können wir etwas tun. Wichtig ist es auch zu wissen, dass einige Nebenwirkungen nach wenigen Tagen der Einnahme besser werden, weil der Körper sich an das neue Medikament gewöhnt. Dies gilt insbesondere auch für die Müdigkeit unter Opioiden. Häufig helfen in den ersten Tagen leichte Übelkeitsmedikamente, Medikamente gegen Verstopfung und ein Magenschutz. Patienten können auch selber etwas für eine bessere Verträglichkeit tun. Während der Schmerzbehandlung ist es wichtig, dass Patienten genügend Flüssigkeit zu sich nehmen, eine ausgewogene ballaststoffreiche Ernährung mit Vollkorn und Gemüse wählen und sich regelmäßig bewegen. Schon kurze Spaziergänge helfen dabei.

## Was hilft sonst noch gegen Schmerzen? Was können Sie als Patient noch tun?

Patienten können selber in ihrer Schmerzbehandlung aktiv werden. Wichtig ist es, den Belastungen durch die Schmerzen entgegenzuwirken, das Wohlbefinden und die Lebensqualität durch positive Aktivitäten zu steigern. Dazu zählen z.B.:

- Entspannungsübungen wie Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung, Selbsthypnose. Dadurch können Schmerzen gelindert aber auch Ängste und Stress abgebaut werden. Auch Musik hören, lesen, Bilder betrachten und vieles andere, was man gern tut, kann hilfreich sein.

- Bewegung: Krankengymnastik, Tanztherapie
- Massagen, Bäder, Lymphdrainagen
- Wärme- oder Kälteanwendungen
- Psychosoziale Angebote: Gespräche mit Ärzten, Physiotherapeuten und anderen Betroffenen können Patienten helfen, ihre Erfahrungen auszutauschen und sich mehr über moderne Schmerzbehandlungen zu informieren.

Jeder Patient muss für sich herausfinden, was für ihn am besten funktioniert.

# Surftipps zum Thema Krebs

## Organisationen und Fachgesellschaften

---

- In der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften AWMF sind ungefähr 173 Fachgesellschaften vertreten.
- Auf ihren Internetseiten [www.awmf-online.de](http://www.awmf-online.de) bietet die AWMF Behandlungsleitlinien zu vielen verschiedenen Erkrankungen, auch zu Krebserkrankungen, an.
- Die Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften, die Deutsche Krebsgesellschaft und die Deutsche Krebshilfe stellen unter der Adresse [www.leitlinienprogramm-onkologie.de](http://www.leitlinienprogramm-onkologie.de) wissenschaftsbasierte Leitlinien und Patientenleitlinien zum kostenfreien Download bereit.
- Die Deutsche Krebsgesellschaft e.V. bietet auf ihren Internetseiten Informationen unter der Adresse [www.krebsgesellschaft.de](http://www.krebsgesellschaft.de) Informationen zu vielen Tumorerkrankungen an.
- Viele Patientenratgeber finden Kranke und Angehörige im Internetangebot der Deutschen Krebshilfe e.V. unter: [www.krebshilfe.de](http://www.krebshilfe.de)
- Der Krebsinformationsdienst am Deutschen Krebsforschungszentrum Heidelberg bietet nicht nur auf seiner Internetseite [www.krebsinformation.de](http://www.krebsinformation.de) Informationen an, man kann dort auch anrufen und sich Auskünfte holen, oder beraten lassen.
- Sie suchen ein Krankenhaus, in dem Sie sich behandeln lassen können? Eine gute Adresse sind hier die Tumorzentren, die in vielen Städten in Deutschland gibt. Wo sich das nächste Tumorzentrum in Ihrer Nähe befindet, erfahren Sie unter der Adresse: [www.tumorzentren.de](http://www.tumorzentren.de)

## Selbsthilfe

---

- Wer in Thüringen eine Selbsthilfegruppe in der Nähe sucht, kann sich unter der Adresse der Informations- und Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen IKOS: [www.selbsthilfe-thueringen.de](http://www.selbsthilfe-thueringen.de) informieren.
- Es gibt große Dachverbände und Kontaktstellen für Selbsthilfeorganisationen. Dort kann man sich nach einer Selbsthilfegruppe in der Nähe erkundigen. Zu diesen Verbänden gehören die Bundesarbeitsgemeinschaft SELBSTHILFE von Menschen mit Behinderung und chronischer Erkrankung und ihren Angehörigen e.V. [www.bag-selbsthilfe.de](http://www.bag-selbsthilfe.de), das Forum für chronisch kranke und behinderte Menschen im PARITÄTISCHEN [www.parityaet.org](http://www.parityaet.org) und die Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) [www.nakos.de](http://www.nakos.de)
- Das Informationsnetz für Krebspatienten und Angehörige INKANET bietet unter der Adresse [www.inkanet.de](http://www.inkanet.de) nicht nur Wissenswertes zum Thema Krebs. Patienten und Angehörige können dort auch ihre Erfahrungen miteinander austauschen.
- Ähnlich wie INKANET ist auch das Angebot [www.krebsspass.de](http://www.krebsspass.de) eine Plattform, die Wissen und den gegenseitigen Austausch bietet.





## Patienteninformationsportale

---

- Gemeinsames Patientenportal von Bundesärztekammer und Kassenärztlicher Bundesvereinigung: Linksammlung qualitätsgeprüfter Informationen [www.patienten-information.de](http://www.patienten-information.de).
- Patienteninformationen der Arzneimittelkommission der deutschen Ärzteschaft: [www.akdae.de](http://www.akdae.de).
- Patienteninformationen zu ärztlichen Leitlinien (Nationale VersorgungsLeitlinien) sind unter der Adresse: [www.versorgungsleitlinien.de/patienten](http://www.versorgungsleitlinien.de/patienten) verfügbar.
- Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen bietet unter der Adresse [www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de) den Zugang zu laienverständlichen evidenzbasierten Patienteninformationen.
- Die Stiftung Warentest bietet viele Informationen auch für Patienten, so zum Beispiel das Handbuch Medikamente [www.stiftung-warentest.de](http://www.stiftung-warentest.de).
- Auf der Patienteninformationsseiten der Universität Hamburg [www.patienteninformation.de](http://www.patienteninformation.de) finden Sie sehr gute Informationen zur Früherkennung von Krankheiten.
- Unabhängige Informationen zu Arzneimitteln bietet die Zeitschrift „Gute Pillen, schlechte Pillen“, im Internet ebenfalls unter: [www.gutepillen-schlechtepillen.de](http://www.gutepillen-schlechtepillen.de)

## Qualität von Gesundheitsinformationen in Broschüren und im Internet

---

Gesundheitsinformationen sollen so gut sein, dass Sie bei Ihren Entscheidungen unterstützt werden. Wir empfehlen Ihnen deshalb, darauf zu achten:

- Wer ist der Autor oder die Autoren?
- Wer ist der Herausgeber der Broschüre / Betreiber der Internetseite?
- Welche Ziele hat die Broschüre/Internetseite?
- Stützt sich die Information auf wissenschaftliche Quellen? (Sind überhaupt Quellen angegeben?)
- Werden Angaben zu weiteren Broschüren / Internetseiten oder Hilfsangeboten (Selbsthilfe, Beratungsstellen) gemacht?
- Ist die Broschüre / Internetseite aktuell?
- Ist vermerkt, ob die Broschüre / Internetseite regelmäßig überarbeitet wird?
- Ist der Inhalt der Broschüre / der Internetseite ausgewogen?
- Ist die Finanzierung der Broschüre / der Internetseite offen gelegt?
- Ist der natürliche Krankheitsverlauf (ohne Behandlung) beschrieben?
- Ist dargestellt, ob gesicherte Erkenntnisse über den Nutzen der vorgestellten Untersuchungs- und Behandlungsmöglichkeiten vorliegen oder (noch) nicht?
- Ist angegeben, welche Untersuchungen und Behandlungen in Frage kommen und ob das nach aktuellem Wissensstand alle in Frage kommenden Maßnahmen sind?
- Ist angegeben, welchen Nutzen und welche Nebenwirkungen die beschriebenen Maßnahmen haben?
- Sind Nutzen und Nebenwirkungen in verständlicher Form angegeben, so dass Sie auf dieser Grundlage eine Entscheidung für sich treffen können?

Verlässliche Portale, hilfreiche Checklisten und weitere Informationen zur Qualität von Gesundheitsbroschüren und Internetseiten finden Sie unter: [www.gesundheitsuni-jena.de/Gesundheitslinks.html](http://www.gesundheitsuni-jena.de/Gesundheitslinks.html)

## Veranstaltungstipp: Jenaer Abendvorlesung

Einmal monatlich finden die Abendvorlesungen im großen Hörsaal in Lobeda statt. Die Themen reichen von medizinischem Grundwissen über spezielle Gesundheitsfragen bis hin zu neuen wissenschaftlichen Methoden. Das kostenlose Angebot richtet sich sowohl an betroffene Patienten und Angehörige, als auch an medizininteressierte Bürger. Im

Anschluss an den Vortrag haben Sie Gelegenheit, Fragen an den Referenten zu stellen oder sich bei einem kleinen Imbiss mit anderen Gästen auszutauschen. Das aktuelle Programm finden Sie im Internet unter [www.gesundheitsuni-jena.de](http://www.gesundheitsuni-jena.de).

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

## Kontakt:

### **UNIVERSITÄTSKLINIKUM JENA**

Stabsstelle Unternehmenskommunikation

Bachstraße 18 | 07743 Jena

Telefon: +49 3641 9-391181

E-Mail: [info@med.uni-jena.de](mailto:info@med.uni-jena.de)

# Checkliste für das Gespräch mit dem Arzt

in Zusammenarbeit mit



**Liebe Patientin, lieber Patient,**

je besser Sie sich auf das Gespräch mit dem Arzt vorbereiten und umso genauer Sie Ihren Arzt befragen, desto leichter fällt es Ihnen, die Diagnose zu verstehen und die verordnete Therapie einzuhalten. Diese Checkliste enthält einige Punkte und Fragen, die für das Gespräch mit Ihrem behandelnden Arzt wichtig sein könnten.

## 1. Vorbereitung auf das Gespräch mit dem Arzt

### Termin, Ort, Zeit

- Planen Sie diesen Termin mit ausreichend Zeit für sich ein.

### Wer ist dabei?

- Möchte ich eine vertraute Person zum Gespräch mitnehmen?
- Mit wem werde ich reden?
- Kennen wir uns schon oder ist es wichtig, dass ich von mir berichte?
- Was ist mir wichtig?

**Was weiß ich aktuell über meine Erkrankung/meine Therapie?  
Machen Sie sich Notizen zu Ihrer bisherigen Krankengeschichte.**

### Was ist das Ziel der Therapie?

- Heilung oder Lebensverlängerung
- Lebensqualität
- Was ist mir wichtig?

### Welche Fragen habe ich

- zur Diagnose
- zur Therapie (Standardtherapie, Alternativen, Studien)
- zu Nebenwirkungen
- zu Spätfolgen durch die Therapie
- zum Fruchtbarkeitserhalt
- zu anderen Themen wie z.B. Ernährung, Bewegung, Lebensweise, begleitende Themen, Naturheilverfahren, Nachsorge, Rehabilitation, sozialrechtliche Themen
- zu psychoonkologischen Unterstützungsangebote

**Steht eine Entscheidung an?**

- Ja
- Nein
- Ich weiß nicht

**Wenn eine Entscheidung ansteht:**

- Was weiß ich schon darüber?
- Was möchte ich wissen?
- Wer soll die Entscheidung treffen (ich allein; ich mit dem Arzt; ich mit einer anderen Person)?
- Welche Person ist bzw. wird von mir bevollmächtigt?

**Was muss auf jeden Fall besprochen werden?**

**Meine wichtigsten Fragen:**

Fragen	Antwort	Verstanden?	Folgerung/weitere Frage/Entscheidung?

**Was nehme ich mit zum Gespräch?**

- Unterlagen (Überweisung, Versicherungskarte, Befunde, Nachsorgepass, Medikamentenliste)
- Schreibmaterialien (Papier, Stift, Tablet)
- Brille
- eine vertraute Person

**2. Das Gespräch beim Arzt**

**Ist der Rahmen in Ordnung?**

**Kann ich das Gespräch jetzt führen?**

**Wurden alle meine Fragen beantwortet (Fragenliste nochmal überprüfen)**

**Zusammenfassung der wichtigsten Inhalte**

**Wie geht es weiter?**

- Diagnostik
- Therapie
- Nachsorge
- Entscheidungsfindung
- Andere Termine/Gespräche?
- Neuer Termin?
- Was ist in der Zwischenzeit?
  - Worauf muss ich achten?
  - Wann muss ich mich melden und bei wem?

**Wer bekommt welche Informationen**

- Ich
- Hausarzt
- \_\_\_\_\_

**3. Nach dem Gespräch**

**Werten Sie für sich das Gespräch aus. Was muss noch geklärt werden?**

Fragen	Antwort	Folgerung/weitere Frage/Entscheidung?

**Möchte ich mir eine zweite Meinung einholen?**

- Wenn ja, bei wem und wo?

**Steht eine Entscheidung an?**

- Weiß ich alles, was ich wissen muss?
- Was muss noch geklärt werden?
- Wen kann ich dazu befragen (z.B. Ärzte, Selbsthilfegruppen, usw.)?

**Wie treffe ich die Entscheidung?**

# Checkliste Entlassung nach stationärem Aufenthalt

in Zusammenarbeit mit



**Liebe Patientin, lieber Patient,**

mit dem Ende des Klinikaufenthaltes ist die Behandlung oft nicht beendet, Nach- und Folgebehandlungen stehen an sowie die Versorgung mit Medikamenten. Diese Checkliste soll Ihnen den Übergang in die häusliche Umgebung oder in eine weiterversorgende Einrichtung erleichtern. Sie enthält einige Punkte und Fragen, die für das Gespräch mit Ihrem behandelnden Arzt/ dem Sozialdienst der Klinik wichtig sein könnten.

## Vorbereitung auf das Gespräch

Termin des Gesprächs : \_\_\_ . \_\_\_ . \_\_\_\_

Entlassung geplant am: \_\_\_ . \_\_\_ . \_\_\_\_

**Soll/muss die Beratung in Anwesenheit eines Angehörigen/ Personensorgeberechtigten stattfinden?**

Ja \_\_\_\_\_  Nein

**Was ist mir besonders wichtig? Welche Fragen habe ich?**

---



---



---



---



---



---



## Die Beratung

### Wurde ich zu folgenden Punkten beraten?

- Heilmittel
- Umgang mit Hilfsmitteln
- Medikamenteneinnahme
- Weiterbehandlung/Weiterbehandler:
  - Anschlussheilbehandlung
  - Physiotherapie
  - Logotherapie
  - Ergotherapie
  - Psychoonkologie
  - Pflegebedürftigkeit/Antrag Pflegestufe/Höherstufungsantrag
  - Ambulante Pflege
  - Ambulante Palliativversorgung
  - Sonstiges: \_\_\_\_\_
- Informationen zu Sozialleistungen

### Wie erfolgt meine Entlassung:

- in die eigene Häuslichkeit
- in ein anderes Krankenhaus: \_\_\_\_\_
- in eine Rehabilitationsklinik: \_\_\_\_\_
- in die ambulante Rehabilitation
- ins Betreute Wohnen: \_\_\_\_\_
- in eine Kurzzeitpflegeeinrichtung: \_\_\_\_\_
- in eine vollstationäre Pflegeeinrichtung: \_\_\_\_\_
- in ein Hospiz: \_\_\_\_\_
- Sonstiges: \_\_\_\_\_

### Ist eine Verordnung folgender Behandlungen notwendig/erfolgt?

- Physiotherapie
- Logopädie
- Ergotherapie
- Ambulante Rehabilitation
- Sonstiges: \_\_\_\_\_

### Ist eine Verordnung folgender Hilfsmittel notwendig/erfolgt?

- Unterarmgehstützen
- Rollator
- Rollstuhl
- Inkontinenzhilfsmittel
- Stomaversorgung
- Sonstiges

**Benötige ich eine Fachberatung/ Habe ich eine Fachberatung erhalten?**

- Wundmanager
- Stomatherapeut
- Diabetesberatung
- PEG-Beratung
- Sonstiges

**Ist eine Verordnung von Häuslicher Krankenpflege und/ oder Arbeitsunfähigkeit notwendig/erfolgt?**

**Nach dem Gespräch**

**Wurde ich ausführlich und verständlich beraten?**

**Welche Fragen habe ich noch?**

---

---

---

---

---

---

---

**Am Tag der Entlassung**

**Habe ich einen vorläufigen/endgültigen Entlassbrief erhalten?**

**Habe ich alle notwendigen Antragsformulare/Verordnungen erhalten?**

**Wurde mir ein Medikationsplan übergeben?**

**Ist ein Transport erforderlich?**