

Virtueller Patiententag am 19.03.2022



Virtueller Patiententag für Menschen mit Krebs

am 19.03.2022 von 09.30 Uhr bis 15.30 unter: www.tzm-patiententag.de

Das Tumorzentrum München (TzM), die Bayerische Krebsgesellschaft e.V. (BKG) und das Comprehensive Cancer Center München (CCCM) laden Krebspatient:innen und Angehörige am 19. März 2022 zum **10. Münchner Patiententag** ein. Die Veranstaltung findet **online** von 09.30-15.30 Uhr statt. Die Teilnahme ist kostenfrei. Die Veranstaltung wird erstmals in **Deutsche Gebärdensprache (DGS)** gedolmetscht.

Anmeldung unter: www.tzm-patiententag.de

Thema: Wissen gegen Krebs – Was Erkrankte aktiv tun können

Unter dem Motto „Wissen gegen Krebs“ informieren verschiedene Experten zu den Themen Ernährung, Komplementärmedizin, Psycho-Onkologie, Bewegung und Musiktherapie. So erfahren Betroffene, wie sie ihren Genesungsprozess aktiv fördern und ihr Wohlbefinden steigern können. „Der Patiententag ist eine gute Möglichkeit, um sich über neue wissenschaftliche Erkenntnisse in den jeweiligen Fachgebieten zu informieren. Wir geben Patienten neue, motivierende Impulse und hilfreiche Tipps, wie sie ihre Herausforderungen durch die Erkrankung im Alltag leichter bewältigen können“, erklärt Professor Volkmar Nuessler, Geschäftsführender Koordinator TZM.



„Eine Krebserkrankung ist für Betroffene eine große Belastung. Dennoch können sie selbst viel dazu beitragen, die Behandlung zu unterstützen, Nebenwirkungen der Therapie zu lindern und das eigene Wohlbefinden zu steigern“, betont Markus Bessler, Geschäftsführer BKG. Vor allem persönliche Beratungsgespräche mit geschulten Psychoonkologen helfen dabei, psychische Belastungen abzubauen. „Betroffene benötigen in dieser schweren Lebenssituation vor allem ein offenes Ohr, Zeit und einen geschützten Raum, um offen über ihre Ängste und Sorgen sprechen zu können. Hier bieten Psychosoziale Krebsberatungsstellen professionelle Hilfe an“, weiß Markus Bessler. Warum bei länger anhaltenden Problemen, Angststörungen oder Depressionen eine Psychotherapie sinnvoll sein kann, darüber spricht Frau Dr. phil. Heidelinde Falk in ihrem Vortrag „Zuversicht in der existenziellen Psychotherapie“.

Viele wissenswerte Vorträge

Trotz weiterer Lockerungen ist das Corona-Virus noch immer präsent. Deshalb fasst **Prof. Clemens Wendtner** auch in diesem Jahr die wichtigsten Erkenntnisse zum Thema „COVID-19-Infektion und Impfen“ für Krebspatienten zusammen.

Christina Jakob-Ertel referiert über das für brustkrebskranke Frauen so wichtige Thema „**Das Lymphödem nach Brustkrebs – Vorbeugung und Therapie**“.

Im Bereich der Ernährung bei Krebs spricht Professor Martin Martignoni in seinem Vortrag „**Ich mag**

keine Himbeeren – was nun?“ über die besondere Rolle der Ernährung bei Krebs, nicht nur als reine Nahrung, sondern auch als Basis für Genuss und Lebensqualität.



Dr. med. Peter Holzauer erläutert tiefgehend die besondere therapieunterstützende Funktion von **„Immunrelevanten Mikronährstoffen in der Onkologie“**.



Neben einer ausgewogenen und schmackhaften Ernährung ist Bewegung auch für Krebspatienten ein wichtiger Schlüssel zur Gesunderhaltung. Physiotherapeut Marco Stahn gibt in seinem Beitrag **„Auf den Körper hören. Inaktivität vermeiden!“** zahlreiche Anregungen für mehr Aktivität und Energie im Alltag.



Neu: Vortrag zu Musiktherapie

Musik wirkt auf viele Menschen entspannend und inspirierend zugleich. Auch für Krebspatienten kann eine Musiktherapie eine Möglichkeit sein, um mit den Belastungen der Erkrankung besser zurechtzukommen. Wie das gelingen kann, erklärt Richard Löhr in seinem Beitrag: **„Musiktherapie bei Tumorerkrankungen: sich mit Klängen im eigenen Rhythmus erleben“**



Kochsession

Da die **Kochsession** im vergangenen Jahr großen Anklang fand, ist sie auch in diesem Jahr fester Bestandteil des Patiententags. Diesmal kochen Fritz Haidacher von der Klinik Bad Trissl und der Münchner Drei Sterne-Koch Jan Hartwig gemeinsam praxiserprobte, leckere und leichte Gerichte. Beide Akteure haben im Oktober 2021 den begehrten [Witzigmann-Preis](#) gewonnen, für ihr Modellkonzept einer innovativen, gesunden und leichten Küche für Patienten und Mitarbeiter in Krankenhäusern.

Weitere Infos: www.tzm-patiententag.de