

Weltkrebstag am 4. Februar



Auf einer Pressekonferenz anlässlich des Weltkrebstages am 4. Februar haben Patient:innen und Expert:innen des CCC München ein erstes Resümee zum Patientenhaus gezogen und über die Angebote informiert.

Das Patientenhaus des Comprehensive Cancer Centers München (CCCM) bietet vielfältige Beratung und Unterstützung für Krebspatient:innen und Angehörige unter einem Dach. Zu den Angeboten gehören unter anderem onkologische, psycho-onkologische, komplementärmedizinische und psychosoziale Beratungen sowie Angebote zu Ernährung und Bewegung bei Krebs.

Umfangreiches Beratungsangebot für Tumorpatient:innen und Angehörige



Das onkologische Spitzenzentrum des LMU Klinikums München und des Klinikums rechts der Isar der Technischen Universität München (TUM) hat das Projekt gemeinsam mit dem Tumorzentrum München (TZM), dem Verein lebensmut e.V., der Bayerischen Krebsgesellschaft e.V. und dem Patientenbeirat des CCC München ins Leben gerufen. Das Patientenhaus in der Pettenkoflerstraße 8a am Sendlinger Tor bietet nicht nur Krebspatient:innen, sondern auch Familienangehörigen und Freund:innen ein umfangreiches, bedarfsgerechtes und kostenfreies Beratungsangebot sowie therapiebegleitende und unterstützende Maßnahmen an.

„Die Angebote des Patientenhauses werden in zunehmenden Maße von Betroffenen genutzt“, resümiert Koordinatorin Julia Demmelhuber neun Monate nach dem Start des Angebots. Die Bandbreite der Hilfesuchenden reicht von Kindern bis zu Betroffenen im hohen Alter. Anfragen kommen insbesondere von Patient:innen, die vor Kurzem eine Krebsdiagnose erhalten haben und Informationen über das weitere Vorgehen benötigen. Die Anfragen erreichen das Patientenhaus sowohl aus dem Inland als auch aus dem Ausland. Auch Angehörige nehmen Beratungsangebote in Anspruch, um Betroffene besser unterstützen zu können oder selbst leichter mit dem Thema umzugehen. Zudem erreichen die Mitarbeitenden des Patientenhauses vermehrt Anfragen zum Thema klinische Studien oder Zweitmeinungen.

Schnelle und unkomplizierte Hilfe unter einem Dach

Kurze Wege, eine gute Vernetzung und nur ein Anlaufpunkt für alle Anfragen – so beschreibt Julia Demmelhuber die Vorteile des CCC Patientenhauses: Betroffene finden hier „alles unter einem Dach“ und bekommen bereits beim ersten Kontakt per Telefon (089/4400-57431) oder per E-Mail (ccc-muenchen@med.uni-muenchen.de) die entsprechenden Ansprechpartner:innen vermittelt. „Durch die interdisziplinäre Zusammenarbeit im Patientenhaus können wir Krebspatient:innen schnell weitervermitteln, was diesen wiederum eine aufwändige und zeitintensive Suche nach den richtigen Ansprechpartner:innen erspart“, sagt Demmelhuber. Regelmäßige Treffen der Mitarbeitenden des Patientenhauses ermöglichen einen breitgefächerten Ideenaustausch. Die enge Zusammenarbeit mit

Expert:innen der jeweiligen Krebszentren an den beiden Universitätsklinika ermöglicht es, Fragen schnell zu klären. Zusätzlich zu den Beratungs- und Unterstützungsangeboten organisiert das Patientenhaus des CCC München Patientenveranstaltungen, bei denen Krebspatient:innen und Angehörige die Möglichkeit haben, sich inhaltliche Informationen einzuholen oder ihre Fragen in einem direkten Austausch mit den Expert:innen zu stellen. Zukünftig soll es auch Angebote von Selbsthilfegruppen geben; im März wird die YOKO Selbsthilfe Hautkrebs München unter dem Dach des Patientenhauses starten.

Die Angebote des CCC Patientenhauses:



Komplementärmedizin als ergänzende Maßnahme zur onkologischen Haupttherapie

Unter dem Dach des Patientenhauses bietet das Tumorzentrum München auch eine Beratung zu Komplementärmedizin an. Diese verfolgt einen umfassenden, multidisziplinären Ansatz. Sie umfasst nicht nur sinnvolle pflanzliche Arzneimittel, ausgewählte Nahrungsergänzungsmittel oder Akupunktur, sondern auch lebensstilmedizinische Aspekte der Ernährung, Bewegung und der Entspannung. Wolfgang Doerfler, Facharzt für Neurologie und Naturheilverfahren, betreut Krebspatient:innen und Angehörige im Patientenhaus des CCC München im Bereich der Komplementärmedizin. „Diese kann in unterschiedlichen Phasen einer Tumorerkrankung unterstützen: vorbereitend „stärkend“ für eine belastende Tumortherapie, zur Linderung von Nebenwirkungen oder Langzeitfolgen (wie Nervenschädigungen oder einer ausgeprägten Leistungsschwäche) oder zur Vorbeugung einer Wiedererkrankung“, sagt er. „Gerade bei der Vorbeugung spielen insbesondere die Ernährung, die Bewegung und die psychische Gesundheit eine zentrale Rolle.“



Mit einer ausgewogenen und vollwertigen Ernährung unterstützen

„Eine ausgewogene und vollwertige Ernährung ist wichtig, dies gilt auch für Krebspatient:innen“, sagt Sarah Löhnchen von der Beratungsstelle für Ernährung. „Jedoch ist hier noch einiges zusätzlich zu bedenken, da jede Krebserkrankung anders ist.“ Löhnchen rät Patient:innen, auf eine ausreichende Eiweißzufuhr zu achten, möglichst kein Gewicht zu verlieren sowie Lebensmittel zu wählen, die verträglich sind und die aktuellen Beschwerden lindern. Oftmals ist dieses während der Erkrankung und Therapie nicht immer einfach, da Nebenwirkungen auftreten können, zum Beispiel Appetitlosigkeit oder Verdauungsbeschwerden. Deshalb rät die Ernährungswissenschaftlerin die frühzeitige Unterstützung eines Arztes, einer Ärztin oder einer qualifizierten Ernährungsfachkraft einzuholen. Diese Hilfe bietet die Ernährungsberatung im Patientenhaus des CCC München zu unterschiedlichen Beratungsschwerpunkten an: Die Mitarbeitenden beraten dazu, wie man Nebenwirkungen und Verdauungsbeschwerden lindern, Mangelernährung vorbeugen oder entgegenwirken und die Lebensqualität verbessern kann. Denn: „Ein gesunder Ernährungszustand unterstützt die Therapie und verbessert die Lebensqualität“, erklärt die Ernährungswissenschaftlerin und Ernährungsberaterin Sarah Löhnchen.

Patientenhaus als „Ort der Identität“

Für Corina Weixler, Mitglied des Patientenbeirat des CCC München, ist das Patientenhaus ein Ort, an dem Krebspatient:innen und Angehörige im Rahmen ihrer Krebserkrankung zeitnahe und dauerhafte Unterstützung bekommen. Um den Krebspatient:innen eine starke Stimme zu geben, war der

Patientenbeirat maßgeblich und auf Augenhöhe an der Konzeption des Patientenhauses beteiligt. Der Patientenbeirat des CCC München ist ein Gremium von Betroffenen und Angehörigen, das 2020 gegründet wurde. Die Mitglieder engagieren sich zum großen Teil auch als Leiter:innen von Selbsthilfegruppen. Das Gremium berät und unterstützt das CCC München unter anderem in Fragen der Patientenversorgung und bei Studien. Als „Ort der Identität“ sieht Corina Weixler das Patientenhaus des CCC München: „Es bietet einen Raum, in dem wir alle Angebote, Projekte und Visionen weiterentwickeln und evaluieren können, die über die lokale medizinische Akutversorgung hinausgehen“, sagt sie. „Krebspatient:innen und Angehörige haben hier nach der unerwarteten Konfrontation mit der Diagnose und dem damit einhergehenden Handlungs- und Entscheidungsdruck, die Möglichkeit, sich auf die notwendigen Dinge zu fokussieren und mit der nötigen Unterstützung in die Normalität zurückzufinden.“



Bewegung für mehr Lebensqualität und gegen die Nebenwirkungen der Krebstherapie

Die positiven Auswirkungen von körperlicher Aktivität auf krankheits- und therapiebedingte Nebenwirkungen sowie auf die Lebensqualität während und nach einer Krebstherapie sind mittlerweile in einer großen Anzahl klinischer Studien belegt. „Krebspatient:innen sollten über alle Behandlungsphasen hinweg körperlich aktiv bleiben“, betont Dr. Sabine Kesting, Sportwissenschaftlerin am Lehrstuhl für Präventive Pädiatrie und an der Kinderklinik München Schwabing an der Technischen Universität München. So können Patient:innen zwangsläufig auftretende unerwünschte Wirkungen der Therapie positiv beeinflussen und gleichzeitig ihre Autonomie und Mobilität im Alltag erhalten. Abhängig von der aktuellen körperlichen Verfassung sollten Krebspatient:innen ihre körperliche Aktivität so gestalten, dass sie ihre eigenen Wünsche, Interessen und Motivationen berücksichtigen. Hilfreich sind konkrete Ziele und spezifische Trainingspläne. „Wir raten dazu, vor Aufnahme der behandlungsbegleitenden körperlichen Aktivität mit dem behandelnden Arzt und Sporttherapeuten abzusprechen, welche medizinischen Einschränkungen berücksichtigt werden sollten und welche Bewegungsformen geeignet sind“, erklärt Dr. Sabine Kesting.



Umfassende Beratung zu sozialen, sozialrechtlichen und psychologischen Fragen

Das Angebot der Bayerischen Krebsgesellschaft e.V. im Patientenhaus umfasst die psychosoziale Krebsberatung für Betroffene und Angehörige zu allen sozialen, sozialrechtlichen und psychologischen Fragen rund um eine Krebserkrankung. Denn eine Krebserkrankung verändert das Leben vieler Betroffener tiefgreifend. Nicht nur der Verlust der Gesundheit oder die Angst vor einem frühen Tod belasten die Psyche schwer. Die Krankheit ruft bei vielen Betroffenen Gefühle hervor, die eine enorme seelische Belastung darstellen. Zu diesem seelischen Stress kommen häufig noch existenzielle Sorgen und finanzielle Engpässe. Auch Familienangehörige stehen unter großem emotionalen Stress. Sie fühlen sich oft überfordert, weil sie nicht wissen, wie sie angemessen helfen können. In dieser Situation ist es für Betroffene wichtig zu wissen, dass sie neben einer guten medizinischen Betreuung auch professionelle Hilfe durch erfahrene Psychoonkologen in Anspruch nehmen können. „Nach dem Motto ‚Zuhören. Begleiten. Helfen‘ unterstützen unsere psychoonkologisch qualifizierten Psychologen und Sozialpädagogen Krebsbetroffene und deren Angehörige in allen Phasen der Krebserkrankung und darüber hinaus zuverlässig, kompetent und kostenfrei“, sagt Markus Bessler, Geschäftsführer und Beratungsstellenleiter der Bayerische Krebsgesellschaft e.V..

Eine große Bandbreite von Angeboten – unter anderem für Familien und ältere Krebspatient:innen

Der Verein lebensmut e.V. deckt mit seinen Angeboten im Patientenhaus des CCC München eine große Bandbreite an Zielgruppen ab. Der Verein ist neben der Krebsberatungsstelle mit Projekten wie KiA[1] Krebs im Alter vertreten. Hier handelt es sich um Beratungsangebote, Treffen und Seminare rund um das Thema Krebs für Patient:innen ab 65 Jahren. Neben der Familiensprechstunde, in der Kinder krebskranker Eltern beraten und betreut werden, bietet lebensmut e.V. die Projekte Bergfuchse (für Kinder krebskranker Eltern von 6 bis 14 Jahren) und FreiRaum (Jugendgruppe für Jugendliche krebskranker Eltern) an. Zudem finden Krebspatient:innen und Angehörige mit Hirntumoren Unterstützung in der Spezialsprechstunde Hirntumor und -metastasen. „Die Patienten profitieren außerdem von der Expertise und Einbindung von lebensmut im Klinikum und dem Netzwerk sowie der etablierten Struktur“, sagt Prof. Julia Mayerle, Direktorin der Medizinischen Klinik II des LMU Klinikums und Beisitzerin des Vorstandes des Vereins lebensmut e.V.. „Durch den Austausch der Berater:innen innerhalb des Patientenhauses profitieren diese zudem untereinander von den Erfahrungen und dem Wissen der anderen, was wiederum den Patient:innen zugutekommt.“

Patientenhaus als Anlauf- und Austauschpunkt für Krebspatient:innen und Angehörige

Für Annette Reisinger ist das Patientenhaus eine wichtige Anlaufstelle geworden: Sie ist selbst Krebspatientin und hat bereits mehrfach die psychosoziale Beratung im Patientenhaus in Anspruch genommen. Aufmerksam wurde sie damals durch ihren Onkologen, der ihr riet, sich dort Hilfe zu holen. Annette Reisinger beschreibt das Patientenhaus des CCC München als idealen Anlaufpunkt für Krebspatient:innen und Angehörige: „Hier findet man an einem Ort ein weitreichendes Beratungs- und Unterstützungsangebot – von der Ernährungsberatung bis zur psychoonkologischen Unterstützung“, sagt Annette Reisinger. „Ich kann alle Tumorpatient:innen nur ermuntern, sich hier Hilfe zu holen, sich bewusst mit ihrer Erkrankung auseinanderzusetzen und den weiteren Weg positiv anzugehen.“

Diese Angebote bietet unser Patientenhaus:

- Psycho-soziale Krebsberatung: – Familiensprechstunde (mit dem Projekt FreiRAUM) – KIA – Krebs im Alter
- Gruppenangebote wie Draußen-Aktiv, Kreativ-, Entspannungsangebote bzw. Achtsamkeitstraining, · Beratungsstelle Ernährung und Krebs
- Beratungsstelle Komplementärmedizin und Naturheilkunde · Spezialsprechstunde Hirntumor und –metastasen
- Informationen zum Thema Krebs
- Vermittlung kompetenter Ansprechpersonen des CCC München für medizinische Fragen, aber auch für Zweitmeinungen
- Informationsveranstaltungen für Krebspatient:innen, ihre Angehörigen und Interessierte
- Kooperation mit Selbsthilfegruppen, Räumlichkeiten für Gruppentreffen



Kontakt Patientenhaus:

Comprehensive Cancer Center München
Patientenhaus am CCC München
Julia Demmelhuber

Koordinationsstelle des Patientenhauses
Pettenkofenstr. 8a, 80336 München
Tel.: +49 (0) 89 / 4400-57431
E-Mail: ccc-muenchen@med.uni-muenchen.de
www.ccc-muenchen.de

Diese Blogartikel könnten Sie ebenfalls interessieren:

- [Das Patientenhaus füllt sich mit Leben](#)
- [Es ist soweit: „Patientenhaus“ eröffnet!](#)

Dieser Blogartikel ist eine Pressemeldung des CCC München.