

## 8. Patiententag 2019



Vergangenen Samstag war es wieder soweit: Das Klinikum rechts der Isar öffnete seine Pforten für unseren jährlich stattfindenden Patiententag. Die mittlerweile 8. Veranstaltung dieser Reihe zog trotz des schönen Wetters genauso viele Besucher an wie die Jahre zuvor. Über 450 Interessierte kamen ins Klinikum am Max-Weber-Platz und lauschten den spannenden Vorträgen aus den Kernbereichen Ernährung, Komplementärmedizin, Psycho-Onkologie und Bewegung. Wir hatten uns große Mühe gegeben, das Programm kurzweilig und abwechslungsreich zu gestalten, und es hat sich gelohnt.



Besondere Erwähnung verdienen die von der Bayerischen Krebsgesellschaft engagierten Dolmetscherinnen für Gebärdensprache, die während der kompletten Veranstaltung die Vorträge simultan für Gehörlose übersetzten. Nach einer kurzen Begrüßung durch die Veranstalter Prof. Nüssler (Geschäftsführender Koordinator des Tumorzentrums München) und Herr Bessler (Geschäftsführer der Bayerischen Krebsgesellschaft) erläuterte Frau Erickson vom Comprehensive Cancer Center der LMU (Koordinatorin des Ernährungsteams, Klinikum Großhadern) sehr einleuchtend, wie die Widersprüche zwischen den Ernährungsempfehlungen der Fachgesellschaften und den Medien zustande kommen. Das liegt oft an den Mengen der in den Lebensmitteln enthaltenen Wirkstoffe: Beispielsweise müsste täglich ein ganzer Einkaufswagen an Brokkoli verzehrt werden, um eine Anti-Krebswirkung wie sie in Zeitungsberichten oder vergleichbaren Medien propagiert wird, zu erreichen.



Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) und der World Cancer Research Fund (WCRF) plädieren zwar für eine pflanzenbasierte Ernährungsweise; diese sollte aber möglichst abwechslungsreich und vor allem bedarfsdeckend sein. Ein wichtiger Punkt des Vortrags von Frau Erickson war, dass unter normalen Umständen eine Gewichtsabnahme unter einer Krebstherapie nicht sinnvoll ist, da dadurch auch wichtige Muskelmasse sowie die Abwehrkräfte und die körperliche Leistungsfähigkeit gemindert werden. Im schlimmsten Fall sind Betroffene nach einer Gewichtsabnahme sogar zu schwach, um Therapien fortzusetzen oder nötige Operationen durchführen zu lassen. Ein Video, das diesen Zusammenhang einprägsam vermittelt, wurde gezeigt und ist abrufbar unter dem Link: [\(https://www.was-essen-bei-krebs.de/was-essen-bei/mangelernaehrung/\)](https://www.was-essen-bei-krebs.de/was-essen-bei/mangelernaehrung/).



Dr. Wölfel (Chefarzt, Krankenhaus für Naturheilweisen, München) und Herr Doerfler (Beratungsstelle für Komplementärmedizin und Naturheilkunde, Tumorzentrum München) referierten danach über stationäre und ambulante Behandlungsmethoden aus der Naturheilkunde. Dazu griffen sie zwei sehr häufige Nebenwirkungen einer Tumorthherapie auf: Fatigue-Syndrom und Polyneuropathie. Anhand dieser Beispiele erläuterten sie verschiedene naturheilkundliche Behandlungsformen im stationären und ambulanten Bereich wie Akupunktur bzw. Öl-Zucker-Peelings.



Die anschließende Pause nutzten die Besucher des Patiententages für einen informativen Besuch der Stände im Foyer. Vertreten waren namhafte Firmen wie Fresenius, Roche, Ipsen, Biosyn, Novartis, abbvie und Janssen. Selbstverständlich hatte auch das Tumorzentrum München mit seinen drei Beratungsstellen für Psycho-Onkologie, Ernährung und Komplementärmedizin einen Informationsstand. Angeregte und aufschlussreiche Gespräche erfreuten sowohl Besucher wie auch Standbetreuer. Auch für das leibliche Wohl war gesorgt, so dass alle gestärkt in die zweite Vortragsrunde starten konnten.



Frau Perzлмаier von der **Bayerischen Krebsgesellschaft (BKG)** führte unter Moderation von Herrn Buchberger (Vizepräsident der Bayerischen Krebsgesellschaft) ein Gespräch mit Frau Schumacher (Krebsbetroffene, Teilnehmerin der Reha-Sportgruppe der Bayerischen Krebsgesellschaft) über mögliche Schwierigkeiten bei der Rückkehr an den Arbeitsplatz, Sozialleistungen und Beratungsangebote zu diesen Themen. Der Abschlussvortrag von Prof. Schoenberg (Bewegungsexperte, Praxis „Viszera“, München) über das „Medikament Bewegungstherapie“ stand ganz unter dem Motto: „Versuche nicht deinen inneren Schweinehund zu besiegen, sondern freunde dich mit ihm an, führe ihn so oft es eben geht Gassi und belohne dich anschließend dafür“.



Im Klartext bedeutet das für Krebsbetroffene, dass sie keinen falschen Ehrgeiz zu entwickeln brauchen. Jede Art von Bewegung, ob Rasenmähen, Klavierspielen oder Abspülen trägt zur Förderung von Gesundheit und Fitness bei. Zur Veranschaulichung wurde eine MET-Tabelle verteilt (siehe auch <https://www.tumorzentrum-muenchen.de/bewegung/bewegung-und-krebs.html>). Eine Überforderung unter innerem oder äußerem Druck hingegen ist nicht zielführend; viel wichtiger ist die Freude an der Bewegung. Frau Schumacher konnte zu diesem Thema auch von eigenen, sehr positiven Erfahrungen mit den Reha-Sportgruppen der BKG erzählen.

Wir hoffen, Ihnen ein paar Anregungen gegeben zu haben und freuen uns bereits auf den 9. Patiententag im Frühjahr 2020. Das Team des TZM gibt sein Bestes, um Ihnen auch im nächsten Jahr wieder

kompetente Vorträge zu aktuellen Themen bieten zu können. Jederzeit können Sie uns über die untenstehende Kommentarfunktion eine Rückmeldung zum diesjährigen Patiententag geben. Wir bedanken uns für Ihr Interesse, die rege Beteiligung und die Unterstützung unserer Veranstaltung.

Ihr Prof. Nüssler und das gesamte TZM-Team

---