

12. Patiententag „Wissen gegen Krebs“



Am Samstag, den 20.04.2024 war es wieder soweit: wir, das Tumorzentrum München (TZM) und das Patientenhaus des Comprehensive Cancer Center München (CCC München), durften Sie herzlich zum jährlichen Patiententag „Wissen gegen Krebs“ begrüßen.

Die mittlerweile 12. Veranstaltung dieser Reihe zog trotz des schlechten Wetters viele Besucher an. Am Vormittag kamen über 320 Interessierte in den Walther-Straub-Hörsaal der LMU. Sie lauschten den informativen Vorträgen aus den Kernbereichen Bewegung, Psychoonkologie, Ernährung, Sozialrecht und Selbsthilfe. Das Veranstaltungsteam konnte ein kurzweiliges und lehrreiches Programm präsentieren. Ein

weiteres Highlight des Patiententages waren die Workshops am Nachmittag, in denen die Inhalte des Vormittags und weitere Themen der integrativen Onkologie praktisch vertieft wurden.

Interessante Vorträge am Vormittag

Nach einem musikalischen Willkommens-Gruß vom Zitherclub *Bavaria* folgte eine Begrüßung durch Professor Heinemann, Vorstandsmitglied des TZM und Direktor des CCC München sowie eine Vorstellung des Patientenhauses durch Frau Demmelhuber, der Bayerischen Krebsgesellschaft durch Dipl. Psych. Bessler und des Vereins lebensmut e.V. durch Professor Hiddemann.

Prof. Heinemann führte anschließend weiter durch das Vortragsprogramm.



Bewegung in der Krebsprävention – Bewegungstherapie bei Krebs

Professor Theurich, Onkologe und Ernährungsmediziner, begann mit einem inspirierenden Vortrag über die Kraft der Bewegung. Mit beeindruckenden Beispielen und wissenschaftlichen Erkenntnissen verdeutlichte er, wie regelmäßige körperliche Aktivität nicht nur zur Prävention von Krebs beitragen kann, sondern auch während der Behandlung und Genesung von unschätzbarem Wert ist.

Krebserkrankung überstanden – was nun?

Der Vortrag von Frau Regenber, Psychologin bei der Bayerischen Krebsgesellschaft, bot nicht nur praktische Ratschläge für die Zeit nach der Behandlung, sondern auch positive Denkanstöße für alle, die mit den Herausforderungen einer Krebserkrankung konfrontiert sind.

Die anschließende Pause konnten die Besucher des Patiententages für einen informativen Besuch der Stände unserer Sponsoren und Kooperationspartner nutzen.

Ernährung und Krebs

Nach der Pause gab Frau Scheerer, Diätassistentin am LMU Klinikum, einen Einblick in die komplexe Beziehung zwischen Ernährung und Krebs. Mit praktischen Tipps und leicht umsetzbaren Empfehlungen zu Nebenwirkungen wie Mundtrockenheit und Gewichtsverlust half sie, die Bedeutung der Ernährung während der Krebsbehandlung besser zu verstehen.



(K)Ein Durchblick im Sozialrecht

Frau Amann, Expertin im Sozialrecht, navigierte durch den oft undurchsichtigen Dschungel der Rechtsvorschriften und Ansprüche von Krebspatienten. Mit ihrer klaren und verständlichen Darstellung gab sie den Zuhörern das nötige Rüstzeug, um sich selbst zwischen dem Antrag zur Schwerbehinderung, der Aufforderung zur Reha und weiteren Begrifflichkeiten aus dem Sozialrecht besser zurecht zu finden.

Selbsthilfe – Wert, Wirkung und Zugang

Frau Kruse und Frau Unverdorben-Beil vom Selbsthilfezentrum München teilten ihre Erfahrungen und Erkenntnisse über die zentrale Bedeutung von Gemeinschaft und Unterstützung in schwierigen Zeiten. Ihr bewegender Vortrag ermutigte die Zuhörer sich gegenseitig zu stützen und die Kraft der Selbsthilfe zu nutzen.

Professor Heineman schloss den Vormittag mit herzlichen Worten des Dankes und der Anerkennung für alle Teilnehmer und Referenten. Ein musikalischer Ausklang rundete den Vormittag harmonisch ab.

Workshop-Nachmittag

Ab 14 Uhr konnten die Besucher Praxis-orientierte Workshops in den Räumlichkeiten des Patientenhauses in der Pettenkofer Str. 8a besuchen.



Workshops machen verschiedenste Unterstützungsangebote zu einer konkreten Erfahrung

Im **Achtsamkeitsworkshop** leitete Frau Schrenk, Psychologin von der Bayerischen Krebsgesellschaft, kleine Patientengruppen zu verschiedenen Achtsamkeitsübungen an und gab Tipps zur Anwendung dieser Methoden im Alltag.

Der Workshop der **Beratungsstelle für Ernährung** widmete sich dem Thema Eiweiß und dessen Rolle in der Ernährung von Krebspatienten. Dazu wurde der tägliche Eiweißbedarf von Krebspatienten dem von gesunden Musterpersonen gegenübergestellt. Anhand von Beispielen zeigten Frau Löhnchen und Frau Kerschbaum vom Tumorzentrum München auf, welche Lebensmittel viel und welche wenig Eiweiß enthalten und den Bedarf dementsprechend gut oder weniger gut decken.

Im Raum nebenan zeigte der Workshop der **Komplementärmedizin** mit großartiger Unterstützung des Krankenhauses für Naturheilweisen den Teilnehmern praktische Anwendungen aus der naturheilkundlichen Pflege und Therapie zur Linderung von Begleitscheinungen der Behandlung. Von Verdauungsbeschwerden über Polyneuropathie bis hin zur Fatigue wurden verschiedene Ansätze zur (Selbst-) Regulierung vorgestellt.

Umgangsstrategien gegen die **Angst vor einem Rezidiv** wurden von Frau Sorokin, Psychologin bei lebensmit e.V., vorgestellt und vertieft. Die Teilnehmer erhielten Einblicke, wie sie mit der Angst umgehen und sich gegenseitig unterstützen können.

In dem **Qigong-Workshop** von Frau Perzлмаier von der Bayerischen Krebsgesellschaft, wurde praxisnah gezeigt, wie die innere Ruhe gestärkt werden, die Gesundheit gefördert und die Konzentration verbessert werden kann.

Der Workshop von Frau Dr. Portzky von der Schmerzambulanz, bot Einblicke in **Schmerz- und Symptomlinderung** durch Akupressur. Praktische Anwendungen wurden vorgestellt, um Schmerzen effektiv zu lindern und das Wohlbefinden zu steigern.

Frau Amanns **Sozialrechts-ABC** erläuterte die für Krebspatienten wichtigsten Grundbegriffe des Sozialrechts von „A“ wie Anschlussheilbehandlung bis „Z“ wie Zuzahlungsbefreiung. Zudem konnten Fragen rund ums Sozialrecht gestellt werden.

Fazit zum 12. Patiententag „Wissen gegen Krebs“

An unserem 12. Patiententag „Wissen gegen Krebs“ war wieder ein umfangreiches Programm geboten. Wir bedanken uns für Ihre rege Teilnahme und die zahlreichen Diskussionsbeiträge an unserer Veranstaltung. Schreiben Sie uns gerne unten in das Kommentarfeld Ihr Feedback zum 12. Patiententag oder senden Sie uns Themenvorschläge für das nächste Jahr!

Vielleicht konnten Sie den Patiententag nicht persönlich besuchen oder möchten einzelne Vorträge noch einmal nachlesen? Da sich die Videoaufzeichnung der Veranstaltung noch etwas verzögern finden Sie die pdfs der Vorträge auf unserer Homepage: [12. PATIENTENTAG AM 20.04.2024 | Tumorzentrum \(ccc-muenchen.de\)](https://www.ccc-muenchen.de/12-patiententag-am-20.04.2024).

Herzlichst Ihr

Prof. Dr. med. Volker Heinemann
Direktor des CCC München^{LMU}
LMU Klinikum
Geschäftsführender Koordinator des TZM

Tumorzentrum München am CCC München
Pettenkoflerstraße 8a
80336 München
+49 (0)89 4400 52238
[Email Tumorzentrum München](mailto:info@ccc-muenchen.de)
[Homepage Tumorzentrum München](https://www.ccc-muenchen.de)

Diese Blogartikel könnten Sie auch interessieren:

- [TCM: Tai Chi und QiGong](#)

- [Sozialberatung eine tragende Säule der Krebsberatungsstelle](#)
- [Rehabilitation bei Krebserkrankungen](#)
-
