

## CCC München macht Schule digital – Krebsprävention bei Schülern



Am Donnerstag, den 30. März, startete das Projekt „CCC München macht Schule<sup>digital</sup>“ am Gymnasium Puchheim. CCC München macht Schule<sup>digital</sup> ist ein Projekt des Comprehensive Cancer Center München (CCC München). Ziel des Projekts ist die Prävention von Krebserkrankungen bereits im jungen Alter zu fördern.

### Hintergrund von „CCC München macht Schule<sup>digital</sup>“



Mit etwa einer halben Millionen Neudiagnosen pro Jahr gehört Krebs zu den häufigsten Erkrankungen in Deutschland. Nach Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist Krebs mittlerweile die zweithäufigste Todesursache.

Gemäß des kürzlich veröffentlichten Krebsbekämpfungsplans der Europäischen Kommission ist wichtigste die Voraussetzung für die Vorbeugung von Tumorerkrankungen eine Verbesserung der allgemeinen Gesundheitskompetenz. Entsprechende Präventions- und Lebensstilmaßnahmen sollten möglichst früh im Leben vermittelt werden, da sich über Jahre gefestigte Gewohnheiten nur schwer verändern lassen.

Daher setzt „CCC München macht Schule <sup>digital</sup>“ bereits bei jugendlichen Schüler:innen an. Prof. Dr. med. Hana Algül (Direktor des CCC München): „Angesichts der zunehmend hohen Zahlen an Krebsneuerkrankungen sehen wir die Förderung der Primärprävention insbesondere bei Kindern und Jugendlichen als wichtiges Ziel an. Daher freuen wir uns, dass das CCC München im Rahmen von „CCC München macht Schule <sup>digital</sup>“ zur Krebsprävention beitragen kann.“

## **Europäischer Kodex zur Krebsbekämpfung**

Bei „CCC München macht Schule <sup>digital</sup>“ lernen Schüler:innen anhand des „Europäischen Kodex zur Krebsbekämpfung“ der Internationalen Agentur für Krebsforschung (Weltgesundheitsorganisation) Gesundheitskompetenz und Verhaltensprävention.

Der Kodex beinhaltet unter anderem 12 Empfehlungen, die das Krebsrisiko senken. Diese sind:

- Rauchverzicht und rauchfreie Umgebung
- Erhalt eines gesunden Körpergewichts
- Regelmäßige Bewegung
- Gesunde Ernährung
- Alkoholkonsum in geringem Maß
- Sonnenschutz
- Schutz vor krebserregenden Stoffen
- Geringe Strahlenbelastung (Radon)
- Stillen
- Impfungen
- Wahrnehmung von Krebsfrüherkennungsangeboten

Prof. Dr. med. Volker Heinemann (Direktor des CCC München) weiß: „Forscher:innen sehen europaweit ein großes Potenzial in der Krebsprävention. Laut WHO könnten ca. 30-50 % der Krebserkrankungen durch präventive Maßnahmen vermieden werden. Dazu zählen z.B. Vorsorgemaßnahmen und ein gesundes Körpergewicht.“



## Die Anfänge von „CCC München macht Schule digital“

Das Projekt „CCC München macht Schule“ startete bereits 2017 mit einer Pilotphase in Präsenz. Initiator war damals PD Dr. med. Julian Holch (Facharzt für Innere Medizin, Hämatologie und Onkologie am LMU Klinikum). Er entwickelte das Konzept in interdisziplinärer Zusammenarbeit mit anderen Ärzt:innen, Biolog:innen, Psycholog:innen sowie Ernährungswissenschaftler:innen. Auf Grundlage der gesammelten Erfahrungen wurde das Projekt seither stetig verbessert.

Während der COVID-19-Pandemie wurde **CCC München macht Schule** in eine digitale Form überführt und nun erstmalig als Hybrid angeboten. Der Unterricht wird anhand von Lehrvideos, praktischen Aufgaben, Motivationstipps und Diskussionen gestaltet. „Das digitale Format bietet uns die Möglichkeit, die Reichweite des Projekts über verschiedene Schularten bayernweit und längerfristig deutschlandweit zu erweitern. Dadurch erreichen wir eine höhere Anzahl an Schüler:innen und Lehrkräften,“ sagt Dr. Holch.

## Möglicher Ablauf eines Projekttag

Der Projekttag ist auf sechs Schulstunden angesetzt und besteht aus animierten Lehrvideos, die mit vielen Aufgaben versehen wurden, um eine aktive und reflektierte Bearbeitung dieser Inhalte durch die Schüler:innen zu erreichen. So besteht eine Aufgabe beispielsweise darin, einen Tumor auf einem Computertomographie-Bild zu erkennen. Zudem berechnen die Schüler:innen anhand eines online-Rechners den Alkohol- und Kaloriengehalt von ausgewählten alkoholischen Getränken, um Ihnen die Empfehlungen zur gesunden Ernährung bewusster zu machen. Damit den Jugendlichen praktische und alltagstaugliche Tipps zur Umsetzung von krebspräventiven Maßnahmen an die Hand gegeben werden, wird zusätzlich zu den fachlichen Tipps durch das CCC München eine Diskussion in der Klasse angestoßen. Hier haben die Schüler:innen die Möglichkeit sich darüber auszutauschen, welche Verhaltensweisen Ihnen zu einem gesünderen Lebensstil verhelfen.

## „CCC München macht Schule digital“ fördert Gesundheitskompetenz



Das Projekt unterstützt die Schulen dabei, den Schüler:innen das notwendige Wissen zu vermitteln, damit diese kritische Entscheidungen bezüglich Ihrer eigenen Gesundheit leichter treffen können. Aus Sicht der Lehrkräfte ist das Projekt informativ und schlägt eine Brücke zwischen Theorie und Praxis, indem konkrete Vorschläge für den Alltag gemacht werden.

Dr. Monika Christoph (Schulleiterin) erklärt: „Das Projekt vermittelt an den Lehrplan angeknüpfte Inhalte, die auf wissenschaftlich basierten Fakten beruhen. So können die Schüler ihre Fragen an Experten richten, statt „Dr. Internet“ zu Rate zu ziehen. Aus meiner Sicht sollte jeder Mensch die Kompetenz besitzen, mit Krebs und weiteren chronischen Erkrankungen umzugehen. Auch eignet sich das Konzept als Denkanstoß, damit sich die Schüler:innen jetzt und in Zukunft mit der Prävention von Erkrankungen auseinandersetzen.“

Um den Erfolg des Projekts zu messen, wird anschließend das Wissen über den Europäischen Kodex zur Krebsbekämpfung abgefragt. Zusätzlich wird mittels eines speziellen Modells zur Verhaltensänderung, des sogenannten „Transtheoretischen Modells“, untersucht, ob Schüler:innen, motiviert durch den Unterricht, tatsächlich bereit sind, ihren Lebensstil gesünder zu gestalten.

Das „Transtheoretische Modell“ ist ein psychologisches Konzept, das die verschiedenen Stufen und Prozesse beschreibt, die durchlaufen werden, bis eine Veränderung menschlichen Verhaltens erfolgt. Die Lehrerin Rebekka Glas beschreibt ihre Beobachtungen: „Die Schüler:innen haben sich persönlich auf positive Art angesprochen gefühlt. Die Inhalte wurden während des Projekttagess reflektiert. Das zeigt sich unter anderem dadurch, dass in großen und kleinen Diskussionsrunden angeregt diskutiert und aktiv bei den individuellen und abwechslungsreichen Aufgaben mitgearbeitet wurde.“



## Organisationsstrukturen von „CCC München macht Schule<sup>digital</sup>“

Das Projekt „CCC München macht Schule<sup>digital</sup>“ wird durch das CCC München koordiniert und von „Gesund.Leben.Bayern“ gefördert, einer Initiative des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege. Kooperationspartner des Projekts ist die Bayerische Krebsgesellschaft e.V. (BKG).

Dr. Nicole Erickson (wissenschaftliche Koordinatorin für Gesundheitskompetenz und E-Health am CCC München LMU) resümiert: „Durch die vermittelten Informationen setzen sich die Kinder kritisch mit ihrer Gesundheit auseinander und entwickeln eine Bereitschaft für eine Lebensstilveränderung. Wir sind froh, ein so umfangreiches Projekt an Schulen in Bayern anbieten zu können. Auch wenn dies beispielsweise nur bewirkt, dass der Rauch- und Alkoholkonsum reduziert und Impf-Angebote wahrgenommen werden, ist dies ein erster wichtiger Schritt.“

## Über das CCC München

Das CCC München bündelt in puncto Krebs die Expertise der beiden Münchner Universitätskliniken (LMU Klinikum, Klinikum rechts der Isar) sowie des Tumorzentrums München. Das CCC München wurde 2014 als onkologisches Spitzenzentrum von der Deutschen Krebshilfe ausgezeichnet und zählt seither zum Netzwerk der 15 deutschen onkologischen Spitzenzentren.

## Kontakt und weitere Informationen zu „CCC München macht Schule<sup>digital</sup>“

Weitere Informationen zum Projekt „CCC München macht Schule<sup>digital</sup>“ finden Sie auf der Webseite: [Start | CCC München macht Schule – digital \(ccc-muenchen.de\)](https://www.ccc-muenchen.de).

**Kontakt:**

Dr. Nicole Erickson

Marchioninstr. 15

81377 München

Tel. 089 4400-75246

Email: nicole.erickson@med.uni-muenchen.de

**Folgende Blogartikel könnten Sie auch interessieren:**

- [Body Mass Index – ein wichtiger Indikator](#)
- [Jeder Schritt zählt für Ihre Gesundheit!](#)
- [Sterneköche gegen Krebs: Genussvolle Prävention mit Martin Fauster](#)