2/13
12. Jahrgang

Journal LebensWert

Psychoonkologie – Leben mit Krebs

Stressreduktion und Entschleunigung beim Tai Chi in Haus LebensWert
Seite 12

Mit iPad zum Patienten

Zu Besuch bei New Yorker Musiktherapeutin

Seite 4

Vorsicht Schimmelpilze

Prof. Oliver Cornely forscht zum Infektionsrisiko bei Krebs

Seite 9

Kooperation

Ausbau der Psychoonkologie am CIO Standort Köln

Seite 10

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Freunde des Vereins LebensWert,

es ist mir eine Freude, in dieser Ausgabe des Journals darüber zu berichten, dass der Gründer des Vereins LebensWert, Prof. Dr. med. Dr. h.c. Volker Diehl, in diesen Tagen seinen 75. Geburtstag gefeiert hat.

Blicken wir zurück: Bis zu seiner Emeritierung 2003, war er 20 Jahre lang Direktor der Klinik I für Innere Medizin an der Universitätsklinik Köln. In dieser Zeit hat er sich national und international einen herausragenden Ruf als Wissenschaftler und Arzt erworben – unzählige nationale wie internationale Ehrungen zeugen davon – und vielen Patientinnen und Patienten mit seinem persönlichen Engagement und seiner menschlichen Art Mut gemacht.

1997 gründete er in Kooperation mit Patienten, Ärzten und Pflegekräften den Verein LebensWert. Er hatte Verbündete für seine Vision gefunden, dass die Patienten nicht nur eine gute medizinische Versorgung brauchen, sondern das Trauma der Krebserkrankung bei vielen auch seelisch verarbeitet werden muss. Zunächst wurde die Arbeit des Vereins im Klinikalltag kaum wahrgenommen, aber die Idee der psychoonkologischen Betreuung war geboren und aus der Vision wurde schon 2001 das Haus LebensWert erbaut.
Ein Haus, in dem sich onkologische Patienten wohl fühlen sollen, Ängste ansprechen und abbauen können.
Volker Diehl, charismatischer Spendensammler, hatte es geschafft, mit Hilfe der Kölner Bürgerschaft sein Haus LebensWert zu realisieren.

Herzlichen Glückwunsch, lieber Volker, und Danke für Deine Lebensleistung!

Heute, 12 Jahre später, blicke ich dankbar auf diese Aufbauleistung zurück. Längst ist LebensWert nicht mehr aus dem Klinikalltag wegzudenken. Inzwischen ist das Haus zu klein für die vielen Patientenangebote und wir werden in den nächsten Jahren im neu erbauten Centrum für Integrierte Onkologie (CIO) doppelt so viel Fläche beziehen können.

Leider ist die Frage der langfristigen Finanzierung der Psychoonkologie und der Angebote des Hauses LebensWert über die Regelversorgung der Krankenkassen noch nicht geklärt, sodass wir weiterhin auf Spenden und Sponsoren angewiesen sind.
Wir freuen uns über jeden Betrag, den Sie an LebensWert spenden!

Eine gute Zeit wünsche ich Ihnen!

Mit herzlichem Gruß

Ihr Prof. Dr. Michael Hallek
Direktor der Klinik I Innere Medizin
Vorsitzender LebensWert e.V.

Was ist LebensWert e.V., was ist Psychoonkologie?

„Ich habe Krebs!“
Viele Menschen erleiden bereits bei der Diagnose einen Schock, andere fallen während oder erst nach der Behandlung in ein seelisches Tief.
Hier bietet LebensWert professionelle, psychoonkologische Hilfe – direkt und unbürokratisch.
LebensWert e.V. ist ein spendenfinanzierter und gemeinnützig anerkannter Verein.
Als Zentrum (Haus LebensWert) für psychoonkologische Patientenbegleitung an der Universitätsklinik Köln bieten neun Therapeuten psychologische Gespräche, Bewegungs-, Kunst- und Musiktherapie u.v.a.m. an.
Das Ziel unseres Angebots ist, Krebspatienten psychisch so zu stärken, dass sie ihre Krankheit besser annehmen und bewältigen können, dass sie ihre medizinische Behandlung unterstützen sowie anschließend wieder in ein aktives Leben zurück finden können.
Dieses als Psychoonkologie bezeichnete Angebot von LebensWert e.V. steht vielen stationären und allen ambulanten Krebspatienten des Klinikums sowie auch allen ambulanten Patienten niedergelassener Ärzte der Region offen.
Weitere Informationen erhalten Sie unter *0221 - 478-6478*, per Mail unter *lebenswert@uk-koeln.de* oder auf unserer Homepage *www.vereinlebenswert.de*.

Ihre Ansprechpartner

Uwe Schwarzkamp
Geschäftsführer LebensWert e.V.
Tel. 0221 – 478-3331
uwe.schwarzkamp@uk-koeln.de

Elke Schmauch
Organisation und Verwaltung
Tel. 0221 – 478-6478
elke.schmauch@uk-koeln.de

Impressum

Herausgeber:
LebensWert e.V., Universität zu Köln

Schriftleitend und verantwortlich:
Uwe Schwarzkamp *(Sk)*
LebensWert e.V.
Universität zu Köln
Kerpenerstraße 62, 50937 Köln

Redaktion und Produktion:
Andrea Böttcher (Redaktionsleitung) *(AB)* *www.frauboettcher.de*
Jürgen Kisters *(JK)*
Marie Ridder *(MR)*
Christine Vetter *(CV)* *www.christine-vetter.de*
Miranda Tomczyk *www.mirapato.de*
Ulla Nerger *www.nerger-foto.de*
Druckerei flyeralarm GmbH

Millionen für Erforschung der Leukämie

Gruppe entwickelt Therapien gegen CLL

Die chronische lymphatische Leukämie (CLL) ist die häufigste Form der Leukämie in der westlichen Welt. Bis heute gibt es dafür keine Heilung, so dass intensive Forschung nötig ist. Genau dies haben sich 14 Wissenschaftler der Universität zu Köln und der Uniklinik Köln unter der Leitung von Prof. Dr. Michael Hallek und Prof. Dr. Christian Reinhardt in einer Klinischen Forschergruppe (KFO) zur Aufgabe gemacht.

Das Forschungsprojekt widmet sich der Erforschung genetischer Ursachen der CLL und will in den nächsten fünf bis sechs Jahren neue, maßgeschneiderte Therapien für CLL-Patienten entwickeln. Diese Arbeit fördert die Deutsche Forschungsgemeinschaft (DFG) durch die Bewilligung einer Klinischen Forschergruppe (KFO), die bis 2016 Fördermittel in Höhe von vier Millionen Euro bekommt.
Hallek ist einer der weltweit führenden CLL-Forschungsexperten; im Team arbeiten klinisch tätige Ärzte und Biologen mit großer Erfahrung in der Grundlagenforschung. Mit der Etablierung der Forschergruppe schließen Spezialisten aus Grundlagenforschung und klinischer Forschung eine Lücke zwischen ihren Fachgebieten; die Behandlung von CLL-Patienten kann entscheidend verbessert werden. Die KFO ist eng in den Forschungsschwerpunkt Lebenswissenschaften der Uni Köln und in das Exzellenzcluster CECAD (Cellular Stress Responses in Aging-Associated Diseases) eingebunden; dabei kooperieren die Klinik I für Innere Medizin, das Institut für Genetik und das Max-Planck-Institut für Neurologische Forschung.

(Nach einer Presseinformation der Uniklinik Köln)

Japan zu Besuch in Köln

Japanische Krankenpflegeschüler erleben die Musiktherapie in der Uniklinik Köln

Der Musiktherapeut Norbert Hermanns lud die Reisegruppe einer japanischen Krankenpflegeschule Mitte März für zwei Stunden im Oratorium der katholischen Seelsorge ein, anhand von Liedern musiktherapeutische Wirkungsweisen zur Reduzierung von Schmerz und zur Gefühlsregulation allgemein zu erfahren und so das Angebot von LebensWert e.V. und „Singende Krankenhäuser e.V.“ praxisbezogen kennenzulernen. In der benachbarten Klinikkirche sangen die motivierten TeilnehmerInnen mehrstimmig zu Themen wie Selbstrepräsentanz („I am here“), Verbundenheit (stimmliche Improvisation mit Focus auf sozialer Wahrnehmung) und Selbstakzeptanz („Home is where my heart is“).

Foto: MedizinFotoKöln

Singender Umzug durch die Uniklinik

„Singendes Krankenhaus“ feiert 2. Geburtstag

Foto: MedizinFotoKöln

Die offene Singgruppe der Uniklinik Köln/LebensWert e.V. hatte sich Anfang Februar in der evangelischen Klinikkirche getroffen, um den 2. Geburtstag der Uniklinik als „Singendes Krankenhaus“ zu feiern und sich auf Karneval einzustimmen.
Knapp 30 Teilnehmer kamen als Katze, Clown, Narr, Rocksänger oder Magier verkleidet und zogen unter der Leitung von Musiktherapeut Norbert Hermanns und begleitet von zwei Gitarren, einer Geige und viel Klein-Percussion von Martin Herrmann, Helmut Metten, Monika Wiese und Susanne Welsch durch die Gänge der Klinik. Auch Ärzte, Pfleger, Patienten und Besucher schlossen sich unterwegs spontan an. Im nächsten Jahr soll diese Einstimmung auf Karneval wiederholt werden – schon jetzt herzliche Einladung! Weiterer Grund zu feiern: Für die kommenden zwei Jahre wurde die Finanzierung der Singgruppe im Bettenhaus seitens der Uniklinik zugesagt, worüber wir uns sehr freuen!

Mit dem iPad zum Patienten

Musiktherapeut Norbert Hermanns lernt Arbeitsweise New Yorker Kollegen kennen

Um sich mit anderen Musiktherapeuten über ihre Arbeit auszutauschen, war LebensWert-Musiktherapeut Norbert Hermanns Anfang des Jahres der Einladung der Leiterin der musiktherapeutischen Abteilung des Memorial Sloan Kettering Hospitals in New York gefolgt. In dieser weltweit ältesten und größten privaten Krebsklinik traf er Karen Popkin, die seit sechs Jahren dort arbeitet.

Im Memorial Sloan Kettering Hospital wird Musiktherapie kostenlos angeboten und u.a. bei Auftreten von Ängsten, Depressionen, Schmerzen oder sozialer Isolation in Anspruch genommen, also sehr ähnlich zum Wirkbereich an der Uniklinik Köln. Vier Musiktherapeuten, die mittels Spenden finanziert werden, versorgen 470 stationäre Patienten. Karen Popkin bietet auch musiktherapeutische Gruppen an, in denen vornehmlich gesungen, aber auch getrommelt wird. Ihre Kollegen haben spezielle Ausrichtungen – eine Harfe spielende Kollegin betreut z.B. vornehmlich palliative Patienten, ein Gitarren-Virtuose eher Jugendliche.
Ambulante Patienten werden in verschiedenen Zentren behandelt, die über die Stadt verteilt sind.

Zu Popkins Arbeitsutensilien zählt neben einem iPad, auf dem tausende von Noten gespeichert sind, ein „Musiktherapiewagen“, auf dem sie verschiedene Percussion-Instrumente und eine Gitarre mit sich führt. Gemeinsam besuchen Hermanns und Popkin eine 40-jährige Leukämiepatientin, die aufgrund einer anstehenden Lumbalpunktion sehr nervös ist. Sie hat ein Rezidiv und wird in Kürze zum zweiten Mal transplantiert. Sie wünscht sich das Thema „Wasser-Fließen“, um ihre Anspannung zu lösen. Gerne nimmt sie die angebotene „Ocean-Drum“ hierzu an. Zu den Geräuschen der Rahmentrommel, die mit tausenden kleiner Stahlkugeln gefüllt ist, spielt Karen Popkin auf der Gitarre eine fließende Melodie und summt dazu, Norbert Hermanns improvisiert dazu singend mal eine Ober-, mal eine Unterstimme. Dabei nimmt er den Atemrhythmus der Patientin auf und lautmalt auf „fffff“ und „schschsch“ die Klänge der Ocean-Drum.
Die Patientin wirkt im Verlauf der Improvisation immer gelöster, atmet tiefer und sieht der Punktion nun gelassener entgegen.

LebensWert-Musiktherapeut Norbert Hermanns mit der New Yorker Kollegin Karen Popkin.

Musik bringt psychische und körperliche Entspannung

Bei seinem Besuch hat Hermanns nicht nur vor Ort wieder einmal die positive Wirkung der Musiktherapie erlebt, sondern auch von vielen Situationen gehört, die ihm seine Erfahrungen und die seiner Kollegen bestätigen: So wurde Karen Popkin etwa einmal zu einem Patienten gerufen, der unter starken Schmerzen litt. Innerhalb weniger Minuten gelang es ihr, den Patienten über die Musik von seinen Schmerzen abzulenken und ihm so eine lang vermisste psychische und körperliche Entspannung zu ermöglichen.

Besonders beeindruckt haben ihn die Gelassenheit, die professionelle Ausrichtung und freundliche Grundstimmung in der Klinik sowie die erlebte konstruktive Kooperation und gegenseitige Wertschätzung. Weitere Netzwerk-Treffen sind geplant.

Norbert Hermanns

Spendenaufruf

Liebe Leserin, lieber Leser,

für ihre Unterstützung im letzten Jahr möchte ich mich ganz herzlich bei allen Spendern bedanken! Damit wir auch in Zukunft den Verein, das Haus und unsere Arbeit finanzieren können, möchte ich Sie bitten, auch weiterhin diese wichtige psychosoziale Arbeit für onkologische Patienten mit zu tragen. Ob Sie dem Verein beitreten (jährlicher Mindestbetrag 25,- Euro) oder eine einmalige Spende geben – jeder Beitrag ist herzlich willkommen!

Unsere Bankverbindung lautet:
Kontonummer 270 421 75,
Sparkasse KölnBonn,
BLZ 370 501 98.

Als gemeinnützig anerkannter Verein sind wir befugt, Spendenquittungen auszustellen.

Herzlichst, Ihr

Uwe Schwarzkamp,
Geschäftsführer LebensWert e.V.

Kein Wirkstoff, aber Nebenwirkungen?

Besonders Krebspatienten leiden unter dem Nocebo-Effekt

Nocebo-Effekt-Studien zeigen: Wer Nebenwirkungen erwartet, wird sie auch erleiden.

So wie die Erwartung einer positiven Behandlungsreaktion auf ein Scheinpräparat tatsächlich Therapieeffekte wahrscheinlicher macht, so kann auch die Erwartung von Nebenwirkungen die Wahrscheinlichkeit steigern, dass unerwünschte Reaktionen auftreten. Im ersten Fall spricht man von einem Placebo-, im letzteren von einem Nocebo-Effekt.

Wer mit Geschmacksstörungen durch die Einnahme einer Pille rechnet, wird vermutlich eher eine solche Veränderung als Therapiefolge erleben als jemand, der nichts von der Möglichkeit einer solchen Reaktion weiß. „Solche Nocebo-Effekte können die Patienten enorm belasten und sogar zum Behandlungsabbruch führen“, erläuterte Dr. Sarah Heisig, Hamburg, beim Symposium „Klinische Onkologie 2013“ in Düsseldorf. Vor allem in der Krebstherapie sind Nocebo-Effekte nach ihren Worten weit verbreitet. Viele Patienten erwarten regelrecht, auf die Chemotherapie mit Geschmacksstörungen und mit Übelkeit zu reagieren. Die Aufklärung durch den Arzt, dass eventuell Begleiteffekte und unerwünschte Reaktionen auf die Therapie auftreten können, verstärkt diese Erwartungshaltung zusätzlich. „Es ist kein Wunder, wenn sich diese Erwartungen dann auch erfüllen“, so Heisig. Besonders ausgeprägt ist der Nocebo-Effekt-Studien zufolge, wenn die Patienten wissen, dass Schmerzen auftreten können oder wenn sie glauben, dass die Behandlung zur Fatigue, also zu einer tiefen Erschöpfung führen wird. Auch bei der Übelkeit besteht nach Heisig ein Zusammenhang, wenn auch weniger ausgeprägt als bei Schmerzen und Fatigue.
Dass es eher zu Nebenwirkungen kommt, wenn explizit mit diesen gerechnet wird, belegt eine Pilotstudie bei Frauen mit Brustkrebs, die eine antihormonelle Therapie erhielten. In der Studie zeigten sich Assoziationen zwischen dem Auftreten der Nebenwirkungen und ungünstigen Erwartungen sowie einem höheren Lebensalter und auch ausgeprägten Beschwerden bereits bei Behandlungsbeginn. Kein Zusammenhang bestand dagegen zur Schwere der Erkrankung sowie zu einer bestehenden Depression oder einer allgemein erhöhten Ängstlichkeit der Patientinnen. *(CV)*

Neuer Service des BNHO

Gut versorgt auch beim niedergelassenen Krebsspezialisten

Mit dem neuen Slogan „Die Krebsspezialisten. Weil Kompetenz und Engagement zählen“ will der Berufsverband der Niedergelassenen Hämatologen und Onkologen e.V. (BNHO) darauf aufmerksam machen, dass die niedergelassenen Onkologen und Hämatologen eine „hohe Kompetenz in der Behandlung und Betreuung von Krebspatienten haben und sich kontinuierlich für die Patienten engagieren“. Das betonte Privatdozent Dr. Stephan Schmitz, Köln, anlässlich seiner Wiederwahl als Vorsitzender des BNHO. „Wir sprechen damit den Klinikärzten keineswegs Kompetenz und Engagement ab. Doch wir möchten herausstellen, dass wir als niedergelassene Onkologen und Hämatologen auch persönliche Kontinuität in der zum Teil langjährigen Behandlung gewährleisten“, sagte Schmitz. „Wir verstehen uns direkt als Vertreter und Anwalt unserer Patienten.“
Die rund 600 niedergelassenen Krebsspezialisten versorgen nach seinen Angaben etwa 600.000 Krebspatienten pro Jahr in ihren Praxen und übernehmen dabei weit über 50 Prozent der medikamentösen Tumortherapie – von oraler über subkutane bis hin zur intravenösen Therapie. „Wir nehmen die Patienten ganzheitlich wahr und betreuen sie umfassend in allen Belangen der Krebstherapie“, sagte Schmitz. „Das beginnt damit, dass wir mit den Patienten in den jeweiligen Krankheitsstadien die Therapieentscheidungen beraten und die Behandlungskonzepte entsprechend der Erkrankung und angepasst an die Persönlichkeit des Patienten entwickeln.“ Es setzt sich nach seinen Worten damit fort, dass die einzelnen Behandlungsschritte koordiniert und die Patienten durch den oft komplexen Weg der multimodalen Therapie geführt und auf dem Weg durch das Netzwerk der Versorgung begleitet werden.
Ein weiterer wichtiger Aspekt kommt laut Dr. Schmitz hinzu: „Krebserkrankungen ereilen häufig ältere und alte Menschen. Wir behandeln die Patienten in der Praxis mit ihren oft vorliegenden Begleiterkrankungen, die stets auch bei der Krebstherapie zu berücksichtigen sind.“ *(CV)*

Arztsuche im Internet

Damit die Patienten leichter einen niedergelassenen Krebsspezialisten in ihren Nähe finden können, hat der BNHO einen besonderen Service eingerichtet: Über eine interaktive Landkarte im Internet können die Patienten direkt einen von 575 niedergelassenen Hämatologen und Onkologen in ihrer Nähe ausfindig machen. Zu finden ist sie unter *www.bnho.de*.

„Hervorragende und erfolgreiche Arbeit“

Henriette Reker, Sozialdezernentin der Stadt Köln, spricht LebensWert große Anerkennung aus

Frau Reker, seit über zehn Jahren werden in Haus LebensWert Menschen mit Krebserkrankungen psychoonkologisch betreut. Welche Bedeutung hat die Einrichtung für die Stadt Köln und die Versorgung von Menschen mit Krebs in der Region?

Jede konkrete Unterstützung, jedes Angebot zur Patientenversorgung und jedes ehrenamtliche Engagement hat für die Stadt Köln eine große Bedeutung und trägt zum Wohle der Menschen in unserer Stadt bei. Bei einer lebensbedrohlichen Krankheit ist die Frage der inneren Einstellung genauso wichtig wie jene der medizinischen Behandlung. Einen Ansatz, beides zusammen zu sehen und den eigenen Lebensfaden wiederzufinden, bieten sicher die zahlreichen Aktivitäten und Veranstaltungen im Haus LebensWert, die über psychologische Gesprächsangebote bis hin zu bewegungs-, kunst- und musiktherapeutischen Angeboten reichen. Wer einmal den Chor gehört hat und mitsingen durfte, weiß das. Darüber hinaus widmet sich der Verein LebensWert seit Jahren der Verbesserung der Lebensqualität von ambulanten und stationären Krebspatienten, der Kommunikation zwischen Ärzten, Patienten, Angehörigen, Selbsthilfegruppen sowie der wissenschaftlichen Weiterentwicklung von Therapien im Bereich der Krebsbehandlung und leistet auf diesem Gebiet eine hervorragende und erfolgreiche Arbeit.

Haben Sie den Eindruck, dass Haus LebensWert bereits die Bekanntheit und Anerkennung hat, die seinem faktischen Rang in der Patientenversorgung entspricht?

Haus LebensWert bietet eine Ergänzung zur medizinischen Behandlung durch professionelle psychologische Betreuung, diverse Therapieformen und Sozialberatung. Diese vorbildliche und erfolgreiche psychosoziale Arbeit für onkologische Patientinnen und Patienten ist stadtweit bekannt und wird auch von Ärzten und Pflegekräften geschätzt. Die größte Anerkennung erfährt die Einrichtung meiner Meinung nach durch eine Rückkopplung mit ihren Patienten selbst und deren Angehörigen darüber, ob die Angebote ihre psychische und teilweise vielleicht auch physische Wirksamkeit auf die Betroffenen entfalten.

Hat die Psychoonkologie bereits die Anerkennung im Gesundheits- und Sozialsystem, die sie verdient?

Im Gesundheits- und Sozialsystem hat es in den letzten zehn bis zwanzig Jahren viele Veränderungen und Entwicklungen gegeben. Auch in der Psychoonkologie sind enorme Anstrengungen unternommen und zahlreiche Angebote zum Wohle und zur Unterstützung der Patienten geschaffen worden. Große Anerkennung erhält die Psychoonkologie insbesondere durch die betroffenen Patienten, deren Angehörige und Freunde sowie auch der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im medizinischen Versorgungssystem.

Es ist schwer, immer wieder aufs Neue Spenden für die Arbeit in Haus LebensWert zu gewinnen. Wie könnte die Stadt möglicherweise die Aktivitäten in Haus LebensWert unterstützen?

Die Stadt Köln unterstützt auf vielfältige Weise Projekte, Vereine, Organisationen und Selbsthilfegruppen im Gesundheits- und Sozialbereich. Zahlreiche krebskranke Patienten und ihre Angehörigen haben seit Gründung des Hauses LebensWert die Möglichkeit gefunden, das Trauma Krebs zu verarbeiten, mit anderen Patienten Gespräche zu führen und psychologisch und seelisch beraten zu werden. Gerne versichere ich an dieser Stelle, den – oft ehrenamtlichen – Helfern des Vereins und natürlich zuallererst den Patienten und ihren Angehörigen

Zur Person:
Henriette Reker ist seit Dezember 2010 Beigeordnete der Stadt Köln. Sie leitet das Dezernat für Soziales, Integration und Umwelt. Zu ihrem Aufgabengebiet gehören auch die Themen Gesundheit, Wohnen inklusive Flüchtlingsunterbringung, das Interkulturelle Referat und die Behindertenbeauftragte.

den Beistand der Stadt Köln. Ethik und Moral einer solidarischen Menschengemeinschaft verlangen es, die Zielsetzung von LebensWert zu unterstützen: Die Patienten müssen nicht nur „am Leben“ sondern auch und vor allem „im Leben“ bleiben.

Für die Zukunft wünsche ich der Einrichtung weiterhin eine erfolgreiche Arbeit zum Wohle der an Krebs erkrankten Menschen und die bereitwillige Unterstützung durch viele Freunde und Förderer des Vereins. Dem Verein selbst, aber auch seinen aktiven Helferinnen und Helfern, die unermüdlich an dem Projekt mitarbeiten, gilt mein ausdrücklicher Dank.

Das Interview führte Jürgen Kisters

Hohe Heilungschancen bei Brustkrebs

PD Dr. Stefan Krämer über Fortschritte bei Vorsorge und Behandlung

In seinem Vortrag Ende Januar in Haus LebensWert erläuterte PD Dr. Stefan Krämer, Leiter des Brustzentrums an der Frauenklinik der Uniklinik Köln, die Fortschritte in der Behandlung von Brustkrebs. Für eine erfolgreiche Behandlung orientieren sich Krämer und sein Team an den nationalen Leitlinien und Empfehlungen von der Deutschen Krebsgesellschaft. Das Brustzentrum der Uniklinik ist das einzige von der Deutschen Krebsgesellschaft zertifizierte Brustzentrum in Köln. „So haben Patientinnen die Möglichkeit, von optimierten Behandlungskonzepten zu profitieren“, so der Mediziner.

Früh erkannt ist Brustkrebs gut behandelbar. Am Brustzentrum Köln erhalten Patientinnen eine ganzheitliche Therapie.

Jede achte bis zehnte Frau erkrankt in Deutschland an Brustkrebs. Das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken, ist jedoch je nach Alter unterschiedlich hoch. Es steigt ab dem 40. und besonders ab dem 50. Lebensjahr. Das mittlere Erkrankungsalter liegt bei 65 Jahren. Je früher Brustkrebs erkannt wird, desto besser sind die Heilungschancen. Heute liegen sie nicht zuletzt wegen einer verbesserten Früherkennung bei etwa 80 Prozent. Neben der Selbstuntersuchung durch Abtasten und der regelmäßigen Vorsorge beim Frauenarzt, ist zwischen dem 50. und 69. Lebensjahr alle zwei Jahre eine Teilnahme am Mammographie Screening Hauptbestandteil der Vorsorge. Bei Verdacht auf Brustkrebs wird im Brustzentrum eine Ultraschalluntersuchung der Brust durchgeführt, in besonderen Fällen auch eine Kernspintomographie. Zur Diagnosesicherung wird in lokaler Betäubung eine kleine Probe entnommen und histologisch untersucht.

Sieben Arten von Brustkrebs

„Wir können heute mindestens sieben genetisch unterschiedliche Arten von Brustkrebs unterscheiden. Jede Brustkrebsform hat ihre Besonderheiten und unterscheidet sich in der Aggressivität der Tumorzellen“, so Krämer. Damit jede Patientin eine zielgerichtete und individualisierte, das heißt eine möglichst präzise an die jeweilige Brustkrebsform angepasste Therapie erhält, wird vor der Behandlung mit modernsten, teils molekulargenetischen Methoden anhand von Gewebeproben die „Biologie“ des Tumors entschlüsselt. Eine Vielzahl von neuen Medikamenten für die zielgerichtete Brustkrebsbehandlung konnte bereits entwickelt werden. So greifen etwa Antikörper, sogenannte „kleine Moleküle“, gezielt in die Steuerung von Tumorzellen ein. Durch diese Mittel konnte der Behandlungserfolg von Patientinnen mit Brustkrebs in allen Stadien der Erkrankung deutlich verbessert werden.

Muss operiert werden, gilt es, aus über 200 Operationstechniken das richtige Verfahren auszuwählen. Ziel ist es, den Tumor einerseits sicher zu entfernen und dabei andererseits so viel Brustgewebe wie möglich zu erhalten und am Ende ein bestmögliches kosmetisches Ergebnis zu erzielen. Über 70 Prozent der Frauen mit Brustkrebs können heute bereits brusterhaltend operiert werden. Eine schonende Bestrahlung ist allerdings meist notwendig. Sie kann an mehreren Terminen in der Strahlenklinik der Uniklinik Köln vor oder nach und sogar während der Operation durchgeführt werden. Bei dieser speziellen Methode wird während des Eingriffs die betroffene Stelle bis zu 20 Minuten bestrahlt und dadurch die Anzahl der postoperativ notwendigen Bestrahlungen deutlich verringert. Das Brustzentrum der Uniklinik Köln ist für dieses Bestrahlungsverfahren (Intraoperative Radiotherapie, IORT) nationales Referenzzentrum.

Ob vor oder nach einer Operation eine Chemotherapie notwendig ist, hängt von vielen Faktoren ab. Eine Rolle spielen hier Tumorgröße, Lymphknotenbefall und Tumoreigenschaften wie die Hormon- und Wachstumsfaktorenrezeptoren (Östrogenrezeptor, Progesteronrezeptor, HER2-Rezeptor). Hier sind zusätzliche, teils genetische Tests notwendig, bei denen die Kooperation mit dem Institut für Pathologie am Uniklinikum Köln eine besondere Rolle einnimmt.

Psychoonkologische Betreuung

Zum ganzheitlichen Therapieansatz im Brustzentrum an der Frauenklinik gehören neben Sportangeboten der Deutschen Sporthochschule oder Angeboten des Instituts zur wissenschaftlichen Evaluation von Naturheilverfahren (IWENV) von Prof. Dr. Beuth besonders auch die Angebote von Haus LebensWert. Die Psychoonkologinnen dieses Kooperationspartners sind Teil des Behandlungsteams im Brustzentrum. Der psychoonkologische Bedarf jeder Patientin mit Brustkrebs wird systematisch geprüft und anschließend eine entsprechende Intervention eingeleitet.

Falsche Scham?

Studie zeigt mangelnde Akzeptanz psychoonkologischer Angebote auf

Die verfügbaren psychoonkologischen Angebote werden von vielen Krebspatienten nicht genutzt. Falsche Scham, organisatorische Probleme, aber auch eine ausreichende familiäre Unterstützung bei der Krankheitsbewältigung könnten die Ursache sein.

Jeder dritte Krebspatient ist durch die Erkrankung in auffälligem Ausmaß psychisch belastet. Rund 12 Prozent der Patienten einer Studie im Raum München reagierten mit übermäßiger Angst auf die Tumorerkrankung, knapp 15 Prozent entwickelten Depressionen. Das aber bedeutete nicht, dass spezielle Unterstützungsangebote zur Krankheitsbewältigung von Krebspatienten tatsächlich genutzt werden, wie die Erhebung von Dr. Anna Beraldi bei 534 Patienten mit Darmkrebs ergeben hat (siehe auch Journal LebensWert 1/2013). „Nur rund ein Prozent der befragten Patienten erhielt tatsächlich eine psychoonkologische Betreuung“, berichtet Beraldi.
Die Gründe für die geringe Nutzung der Angebote sind nach ihrer Darstellung vielfältig und liegen unter anderem in der oftmals mangelnden Akzeptanz einer psychoonkologischen Betreuung: So erklärten nur knapp 20 Prozent der befragten Patienten, sich eine psychologische Unterstützung bei der Krankheitsbewältigung zu wünschen. Rund 40

Eine Umfrage ergab: 20% der Patienten wünschen sich psychoonkologische Unterstützung, 40% lehnen sie ab, 40% sind noch unentschieden.

Dr. Anna Beraldi, München, forscht zur Akzeptanz der Psychoonkologie

Prozent beantworteten die Frage mit einem „noch unentschieden“. Weitere 40 Prozent lehnten eine solche Maßnahme für sich jedoch ab.

Angst vor Stigmatisierung

Die mangelnde Akzeptanz dürfte unter anderem darauf zurückzuführen sein, dass die Betroffenen nicht als psychisch krank oder auffällig stigmatisiert sein möchten. „Das aber ist lediglich eine Hypothese, der wir nun in einer zweiten Untersuchung nachgehen wollen“, sagt die Psychologin. Als weitere Ursache kommt nach ihrer Ansicht eine möglicherweise ausreichende Unterstützung durch das familiäre Umfeld sowie durch Freunde und Bekannte der Patienten. Speziell bei Tumorpatienten, die in ländlichen Regionen leben, dürften zudem organisatorische Schwierigkeiten bei der Erreichbarkeit der Beratungsstellen eine Rolle spielen.

Überraschend war ein weiteres Ergebnis der vom Tumorzentrum München und den beiden Münchner Universitätskliniken initiierten Untersuchung: In dieser wurde auch explizit danach gefragt, welche Unterstützungsangebote den Patienten in ihrem regionalen Umfeld bekannt sind. Den Patienten wurden in der Befragung mehrere Möglichkeiten vorgegeben wie etwa Psychoonkologen, Krebsberatungsstellen oder beispielsweise Selbsthilfegruppen. Jeder zweite Krebspatient gab bei der Befragung an, keine solche Einrichtung oder Organisation in seiner Nähe zu kennen. „Dieses Resultat haben wir nicht erwartet“, so Beraldi. „Denn wir haben die Patienten nicht in der akuten Behandlungsphase befragt, in der oft viele andere Themen und Probleme anstehen, sondern deutlich nach Abschluss der Krebstherapie, also zu einer Zeit, in der die langfristige Krankheitsbewältigung und das Leben mit der Krebserkrankung ein Thema für die Betroffenen und ihre Familien ist.“

Unterschiede zwischen Stadt- und Landbevölkerung

Menschen auf dem Land waren dabei besser informiert hinsichtlich möglicher Betreuungsangebote als Patienten, die in der Stadt leben. „Wir vermuten, dass sich die in der Stadt eher vorherrschende Informationsflut hemmend auswirkt und entsprechende Angebote von den Betroffenen oft gar nicht mehr richtig wahrgenommen werden“, erklärt Beraldi. Es gibt allerdings auch einen Einfluss des Arzt-Patienten-Verhältnisses: Statistisch konnte ein Zusammenhang zwischen der Betreuung durch einen Onkologen und einer besseren Kenntnis von Unterstützungsangeboten nachgewiesen werden. Das Arzt-Patienten-Verhältnis wurde laut Beraldi von Menschen in ländlicher Region zudem durchweg als besser beschrieben als von in der Stadt lebenden Patienten, wobei sich insgesamt betrachtet Patienten, die ein gutes Verhältnis zu ihrem Arzt angaben, weniger durch ihre Erkrankung belastet fühlten.

Den Gründen für die oft noch mangelnde Akzeptanz der psychoonkologischen Betreuung und die geringe Nutzung der Angebote geht die Arbeitsgruppe um Frau Dr. Beraldi derzeit im Rahmen einer Längsschnittstudie bei 300 der ursprünglichen Studienteilnehmer nach. *(CV)*

Vorsicht Schimmelpilze

Bei Krebspatienten besteht ein erhöhtes Infektionsrisiko

Krebspatienten sollten einige Vorsichtsmaßnahmen beherzigen, um sich vor Infektionen zu schützen. Denn ihr Immunsystem ist oft durch die Erkrankung und auch durch die Behandlung geschwächt, was eine erhöhte Infektanfälligkeit zur Folge hat.

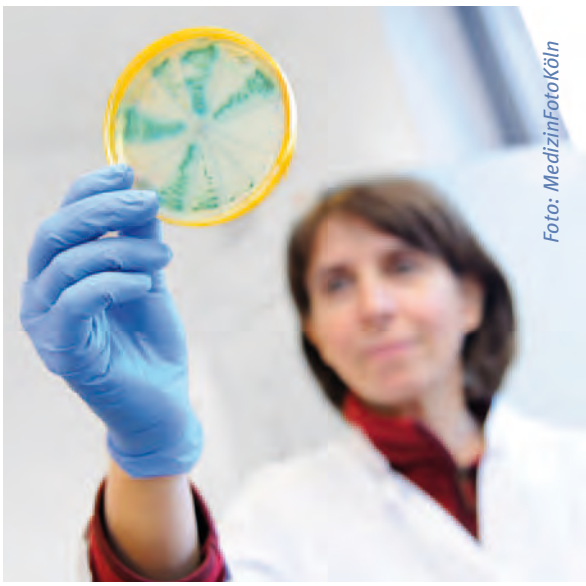


Foto: MedizinFotoKöln

In Köln wird zur Infektionsprophylaxe von Krebspatienten geforscht. Prof. Dr. Oliver Cornely organisiert und leitet klinische Studien dazu.

Deutlich erhöht ist das Infektionsrisiko vor allem bei Patienten mit Leukämien und Lymphomen. Das liegt zum einen daran, dass die Krebserkrankung das Lymphsystem sowie Blutzellen betrifft, die am Aufbau des Immunsystems beteiligt sind. „Zum anderen richtet sich die Chemotherapie genau gegen die bösartig entarteten Zellen und damit praktisch gegen Faktoren des Immunsystems“, berichtet Professor Dr. Oliver Cornely, ärztlicher Leiter des Zentrums für Klinische Studien an der Universitätsklinik Köln.

Therapie schwächt Abwehrkräfte

„Bei Patienten mit hämatologischen Tumoren sehen wir als Folge der Behandlung sehr häufig einen Abfall von Blutzellen, die für die Immunabwehr bedeutsam sind, wobei diese sogenannte Neutropenie meist auch deutlich länger anhält als bei Patienten mit soliden Tumoren“, erklärt der Hämatologe und Infektiologe. Auch die Fortschritte der modernen Therapie fordern in dieser Hinsicht ihren Tribut: So wird die Therapie laut Cornely in vielen Bereichen immer zielgerichteter. Es werden bei einigen Erkrankungen Antikörper eingesetzt, die konkret gegen eine bestimmte Zellpopulation, eben die maligne veränderten Zellen, gerichtet sind und diese regelrecht ausmerzen. Damit wird die Krebstherapie insgesamt zwar effektiver, allerdings kommt es zugleich zu einer Schwächung der Abwehrkraft und so zwangsläufig zu einem erhöhten Infektionsrisiko.

Weitere Faktoren: Bösartige Tumore treten sehr häufig im höheren Lebensalter auf, wenn die Abwehrkraft per se bereits etwas schwächer ist. Unter dem zusätzlichen „Stress“ der Erkrankung kommt es dann nicht selten zum Beispiel zum Auftreten einer Gürtelrose. Die Erkrankung wird durch das Varizella zoster Virus verursacht, das zur Familie der Herpesviren gehört. Mit diesem Virus infiziert sich der Körper meist schon in jungen Jahren, doch werden die Viren in aller Regel durch das Immunsystem in Schach gehalten. Zum Krankheitsausbruch aber kann es kommen, wenn sich eine Immunschwäche ausbildet, wie es bei Krebserkrankungen oft der Fall ist.

Keine übertriebene Hygiene

Vor allem Pilzinfektionen können Krebspatienten dabei gefährlich werden: „Jeder Krebspatient sollte deshalb versuchen, möglichst nicht mit Schimmelpilzen konfrontiert zu werden“, rät Professor Cornely. Mindern lässt sich das Infektionsrisiko zum Beispiel, indem man größere Umbaumaßnahmen in der Zeit der Erkrankung und ihrer Behandlung vermeidet und sich insbesondere von Baustellen, auf denen Abrissarbeiten stattfinden, fernhält. Zuhause sollten Krebspatienten Schimmelpilze – beispielsweise in feuchten Ecken im Bad – beseitigen lassen. Vorsicht ist auch bei der Biotonne geboten: „Schon beim Öffnen der Biotonne werden extrem hohe Mengen an Schimmelpilzsporen in die Umgebung freigesetzt“, erläutert der Infektiologe. Biotonnen und Komposthaufen sind deshalb für Krebspatienten tabu.

Das bedeutet aber nicht, dass man es mit der Hygiene und allgemein mit Vorsichtsmaßnahmen übertreiben sollte. So gibt es keinen Grund, etwa alle Topfpflanzen zu entsorgen oder sich von seinen Haustieren zu trennen, um die Infektionsgefahr zu bannen. Eine Maßnahme der Infektionsprophylaxe aber sollten Tumorpatienten unbedingt beherzigen: die Grippeschutzimpfung.

Patienten mit sehr hohem Infektionsrisiko werden zudem vorsorglich mit einem Medikament behandelt, das sie vor Pilzinfektionen schützt. Infrage kommt eine solche Maßnahme beispielsweise bei Patienten mit einer akuten Leukämie und bei Patienten, die sich einer allogenen Knochenmarktransplantation unterziehen müssen. Diese prophylaktische Strategie, die inzwischen bei Hochrisikopatienten weltweit Standard ist, geht maßgeblich auf klinische Studien zurück, die an der Universitätsklinik Köln durchgeführt oder von hier aus initiiert und geleitet wurden.

Nicht bei allen Hochrisikopatienten ist allerdings eine solche Behandlung möglich. Derzeit gibt es deshalb erneut eine klinische Studie, in der versucht wird, für weitere Patientengruppen eine neue Prophylaxestrategie zu etablieren. Die Studie läuft in Europa und Südamerika, Sitz der Studienzentrale ist ebenfalls Köln.

(CV)

Ausbau der psychoonkologischen Betreuung

Teil 1 eines Berichts zur integrierten, sektorenübergreifenden Psychoonkologie am CIO Standort Köln *von Michael Kusch*

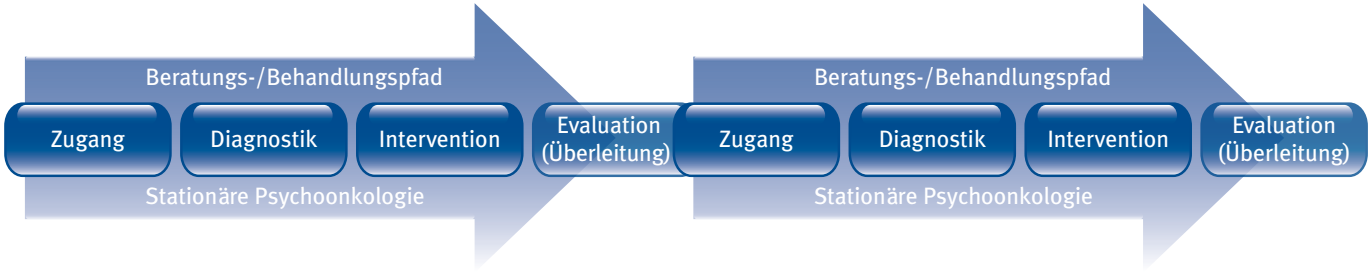
Die Klinik I für Innere Medizin, LebensWert e.V. – Psychoonkologie, Leben mit Krebs – und die Klinik und Poliklinik für Psychosomatik und Psychotherapie am Centrum für Integrierte Onkologie (CIO) der Universitätsklinik Köln sind im Dezember 2012 mit der Krebsgesellschaft NRW in Düsseldorf eine Zusammenarbeit eingegangen, welche die Implementierung einer integrierten und sektorenübergreifenden psychoonkologischen Versorgung am Centrum für Integrierte Onkologie der Universitätsklinik Köln vorsieht.

Im Rahmen der Zusammenarbeit wird die psychosoziale Krebsberatung im Verein „LebensWert“ ausgebaut und die stationäre Psychoonkologie im CIO mit der ambulanten Psychoonkologie im CIO und der Region Köln in einer Form verbunden, die eine kontinuierliche, strukturierte psychoonkologische Patientenversorgung ermöglicht (vgl. Abbildung I).

Mit der Zusammenarbeit sollen die Voraussetzungen geschaffen werden, um den „Neuen internationalen Qualitätsstandard in der Krebstherapie“ zu verwirklichen: Die voll umfängliche Integration der psychoonkologischen Versorgung in die stationäre und ambulante Krebstherapie sowie in die onkologische Krebsnachsorge (vgl. Kasten „Internationaler Standard der psychoonkologischen Versorgung“; Fann et al., 2012; Hewitt & Ganz, 2006; Holland et al., 2011; IOM [Institute of Medicine], 2008; Kusch et al., 2013).

Der neue Internationale Qualitätsstandard ist die konsequente Folge der enormen Fortschritte der psychoonkologischen Forschung und des Bemühens der Onkologen, den „ganzen Menschen“ in den Mittelpunkt ihrer Krebstherapie zu stellen (Holland et al., 2011; IOM, 2008). Viele internationale Organisationen haben sich in den vergangenen Jahren verpflichtet, diesen neuen Qualitätsstandard in die onkologische Versorgungspraxis umzusetzen (IPOS, 2012). Mit der integrierten, sektorenübergreifenden psychoonkologischen Versorgung sieht sich auch das Centrum für Psychoonkologie der

Abbildung I: Beratungs- und Behandlungspfad der integrierten, sektorenübergreifenden Psychoonkologie (isPO) am CIO Standort Köln



Stationäre & Ambulante Psychoonkologie:
Konzepte der psychosozialen und psychoonkologisch-psychotherapeutischen Versorgung an Krebs erkrankter Menschen in einer Einrichtung (hier: Verein LebensWert am Centrum für Integrierte Onkologie & Krebsberatungsstelle „Haus LebensWert“).

Beratungs-/Behandlungspfad:
Schriftlich dargelegtes Vorgehen der psychoonkologischen Versorgungspraxis, um nachvollziehbar zu machen, wie an Krebs erkrankte Menschen in einer Einrichtung psychoonkologisch beraten und behandelt werden.

Zugang:
Darlegung der einzelnen Schritte, über die ein Patient zu den psychoonkologischen Versorgungsangeboten dieser Einrichtung gelangt.

Diagnostik:
Darlegung der einzelnen Untersuchungsschritte, über die herausgefunden werden kann, welche Probleme und Bedürfnisse ein Krebspatient hat.

Intervention:
Darlegung der einzelnen Beratungs- und Behandlungsmaßnahmen, mit denen diese Einrichtung den Problemen und Bedürfnissen eines Krebspatienten begegnet.

Evaluation:
Darlegung der einzelnen Untersuchungsschritte, über die herausgefunden werden kann, ob die Probleme und Bedürfnisse eines Krebspatienten gelindert werden konnten.

Überleitung:
Darstellung, welche Kooperationspartner es gibt, wie ihre Vorgehensweise in der Versorgung von Krebspatienten mit bestehendem Versorgungsbedarf und wie der Zugangsweg zu weitergehenden psychoonkologischen Beratungs- und Behandlungsmaßnahmen dieser Kooperationseinrichtungen ist.

Universitätsklinik Köln diesem neuen Qualitätsstandard verpflichtet.
Der Begriff der „Integration“ bezeichnet dabei die gezielte Kooperation von Ärzten, Pflegekräften und Psychoonkologen in der Versorgung krebskranker Menschen. Der Begriff „sektorenübergreifend“ bezeichnet die Kooperation über alle Phasen der Krebserkrankung, Krebstherapie und Krebsnachsorge hinweg.

Internationaler Standard der psychoonkologischen Versorgung

Jede Form der onkologischen Versorgung sollte eine angemessene psychoonkologische Versorgung gewährleisten. Zur psychoonkologischen Versorgung gehören die:

- Förderung einer effektiven Kommunikation zwischen den Patienten und ihren Leistungserbringern (Arzt/Pflegekraft/Psychoonkologe),
- Identifikation der psychosozialen Probleme und Bedürfnisse jedes einzelnen Patienten,
- Erstellung und Umsetzung eines individuellen Unterstützungsplans, einschließlich der
  - Vernetzung mit erforderlichen psychosozialen Versorgungsangeboten,
  - Koordination der bio-medizinischen mit der psychosozialen Versorgung,
  - Motivation und Unterstützung des Patienten im Management seiner Krankheit und Gesundheit, sowie eine
- Systematische Beobachtung der Patientenversorgung, einschließlich der Bewertung und Anpassung des Unterstützungsplans.

(nach: Holland et al., 2011; IOM, 2008)

Gemeinsam getragene psychoonkologische Versorgung

Die „gemeinsam getragene Versorgung“ ist das Kernstück der integrierten, sektorenübergreifenden Psychoonkologie (vgl. Abb. II).
Sie bildet die Schnittmenge der biomedizinischen Krebstherapie einerseits und der psychosozialen Versorgung andererseits.
Das neue Moment der integrierten Psychoonkologie ist das gemeinsame Bemühen, dem krebskranken Menschen dabei zu helfen, seine Krankheit und Gesundheit „selbst zu managen“, d.h. zunehmend in die eigene Hand zu nehmen (lat. manu agere - mit der Hand ausführen; Fann et al., 2012; Holland et al., 2011; IOM, 2008).

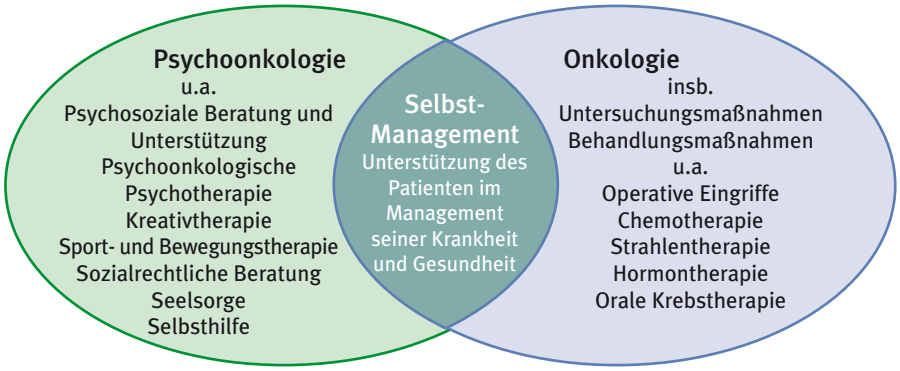


Abbildung II: Selbst-Management als Kern der gemeinsam getragenen Patientenversorgung

Die Psychoonkologie hat in den vergangenen Jahren viele Selbst-Management Programme entwickelt und damit aufgezeigt, welchen Beitrag sie zu dieser Form der „gemeinsam getragenen Patientenversorgung“ leisten kann (u.a. Kusch et al., 2013; McCorkle et al., 2011). Während der stationären Krebstherapie werden die Selbst-Management Programme beispielsweise eingesetzt, um das Engagement des Patienten an seinen Untersuchungs- und Behandlungsmaßnahmen zu fördern. In der adjuvanten oder medikamentösen Therapiephase dienen sie etwa dazu, den Onkologen und seinen Patienten in der Durchführung der oralen Krebstherapie zu unterstützen. Und in der Krebsnachsorge kann es darum gehen, besonders belastete Patienten in der Durchführung geplanter und verordneter Maßnahmen der Gesundheitsförderung (Sport/Bewegung, Ernährung, Raucherentwöhnung) zu begleiten und zu unterstützen.
Die psychoonkologisch-psychotherapeutische Beratung-, Begleitung- und Behandlung eines Krebspatienten ist in diesem „gestuften Versorgungsansatz“ stets dann erforderlich, wenn einem hoch belasteten Patienten und seinen Partnern (z.B. Arzt, Pflegekraft, Fall-Manager) das gemeinsame Management der Erkrankung und Behandlung nicht gelingt.

Stationäre psychoonkologische Versorgung: In der stationären Versorgung am CIO Standort Köln wird der Anspruch einer „gemeinsam getragenen Versorgung“ über die „Interdisziplinären Onkologischen Projektgruppen“ (IOP) des CIO realisiert.

Teil 2 lesen Sie in der nächsten Ausgabe

Lächeln, loslassen, wohl fühlen

Beim Tai Chi in Haus LebensWert vermittelt Martin Kasper die Kunst der Entschleunigung

Seit elf Jahren bietet Bewegungs- und Körpertrainer Martin Kasper in Haus LebensWert ein spezielles, von ihm selbst entwickeltes Konzept mit klassischen Tai Chi und Qi-gong Übungen sowie Meditation in Ruhe und Bewegung sowie Traumreisen an, zugeschnitten auf die Bedürfnisse des Menschen in der hochkomplexen Kultur unserer Zeit.
Als eines der wöchentlichen Kursangebote, die für Menschen nach einer überstandenen Krebsoperation die ersten Schritte zu einem verlorenen oder nie verspürten Körpergefühl darstellen. Und als eine Möglichkeit, mitten im rasend schnellen Rhythmus einer pulsieren Konsum- und Leistungsgesellschaft den eigenen Rhythmus zu finden.

„Gut draufkommen ist eines der Hauptprobleme unserer Zeit“, sagt Martin Kasper auf die Frage, warum er Tai Chi praktiziere, diese alte chinesische Lehre, die sich im 12. Jahrhundert nach Christus aus der Verbindung von Kampfkunst und Taoismus entwickelte. „Man sieht einem Menschen schon im Gesicht die ungeheure Anspannung an, unter der sein Leben steht“, erklärt er. „Hier setzen wir an. Denn wenn man im Gesicht loslassen kann, entspannt sich auch der Geist. Lächeln ist Loslassen. Das spürt jeder. Die meisten Menschen können es nur nicht mehr, weil sie ständig angespannt sind.“

Was sich einfach anhört, bedarf der Übung. Geht der abendländische Mensch in der Regel davon aus, seinen Körper durch sein Denken beherrschen zu können und steuern zu wollen, ist es im Tai Chi der sich bewegende Körper, der dem Denken gleichermaßen Gelassenheit und Flügel verleiht. „Das Allerwichtigste besteht darin, den Gedankenapparat zu stoppen. Denn wie will man zur Ruhe kommen, wenn ständig die Gedanken rattern“, so Kasper. Auf den Menschen mit einer Krebserkrankung bezogen heißt das: Man kann nicht entspannen, wenn man ständig an die nächste Chemotherapie und an andere Probleme des Alltags denkt. Man kann nicht entspannen, wenn die Gedanken außer mit der Angst um das eigene Leben ständig mit der Angst beschäftigt sind, nicht alles zu schaffen, was der Alltag mit schonungsloser Beharrlichkeit fordert. Was Kasper „gut draufkommen nennt“ hat zuallererst damit zu tun, dass es einem Menschen gelingt, loszulassen, für eine Weile zur Ruhe zu kommen und daraus Kraft und Energie zu schöpfen. „Das Loslassen gelingt durch Konzentration auf langsame Bewegungsabläufe“, erklärt Kasper. Tai Chi ist die Kunst, in einem äußerst langsamen Bewegungsfluss einzelne Körperbilder zu schaffen, die gleitend ineinander übergehen.

Verblüffung und Begeisterung

Die meisten Menschen sind bereits nach fünfzehn Minuten ebenso verblüfft wie begeistert, dass es tatsächlich klappt. Schon nach wenigen Minuten spüren sie über das Bewusstmachen des eigenen Atmens und die Dehnung des Körpers die Wirkung. Die Übungseinheiten, die Kasper anbietet, beginnen ganz einfach und mit viel Spaß, nämlich mit freiem Tanzen zu schwungvoller Musik. „Alle Menschen tanzen gern. Das gilt für alle Völker und Kulturen“, so Kasper.

Gerade beim freien Tanzen kann jeder tun, was er will und den Körper ordentlich durchschütteln. Kasper weiß sehr genau um die heilsamen Qualitäten der Musik. Er komponiert nicht nur Entspannungsmusik, er spielt auch in einer Rock'n Roll-Band.

Kasper betont seine eigenständige Didaktik, die bewusst ein spielerisches Herangehen mit traditionellen chinesischen Bewegungstechniken und dem Übungsgut der Bewegungsimprovisation verknüpft. Genauso betont er allerdings, dass es sich keineswegs um ein esoterisches Gemischtwaren-Angebot handelt, sondern um qualitative Methoden, deren Wirkungen von der Krankenkasse anerkannt und zertifiziert sind. Zweifellos hilft ihm, dass er außer seiner Qualifikation als Bewegungslehrer und Musiker auch noch über Berufserfahrungen als Krankenpfleger und Sozialarbeiter sowie die jahrelange Praxis als Karate-Kampfsportler verfügt. „Alles im Leben, Körper und Geist, Arbeit und freie Zeit, Anspannung und Entspannung stehen doch in einem Zusammenhang", erläutert er.

Langsame Bewegungen erzeugen Energie und Energiefluss erzeugt Wohlbefinden, weiß Bewegungs- und Körpertrainer Martin Kasper. Weitere Infos unter www.laisleta.de.

Zeitlupenhafte Bewegung

Nach dem Tanzen folgt als nächste Übungseinheit ein meditatives Eröffnungsritual, das in jeder Stunde wiederholt wird. Das geschieht durch einfachste zeitlupenhafte Bewegung bis hin zur Zentrierung der Wahrnehmung auf die Wirkung der Übung auf das Energiezentrum, das in der Sprache der Inder „Chakra" genannt wird. Der dritte Abschnitt besteht in der Bewegungsimprovisation des meditativen Gehens, so wie es buddhistische Mönche im 6. Jahrhundert erstmals praktizierten. Beabsichtigt ist ein entschleunigtes, achtsames Gehen. Alle Teilnehmer der Gruppe gehen dabei im gleichen Rhythmus, so dass individuelles Erleben und Gruppenerleben in dieser Übung zusammenfallen. „Es ist sehr anstrengend, langsam zu gehen. Doch langsame Bewegungen erzeugen viel Energie", sagt Kasper. „Man muss beim Gehen alle Konzentration auf das Stehen auf einem Bein richten. Und wer kann heute schon auf einem Bein stehen." In Kaspers Kursen geht nichts schnell. Es gibt auch keinen Perfektionismus, dafür viel Gelassenheit.

Als vierte Phase schließen sich jeweils eine der sogenannten acht Brokatübungen aus der chinesischen Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform des Qigong an. Die Teilnehmer lernen alle acht Übungen im Laufe der einjährigen Kursdauer, die sich aufgliedert in einen Anfänger- und einen Fortgeschrittenenkurs. Dehnung der Muskeln, Durchblutung, Atemtherapie, Anspannung und Entspannung sowie die Ausbalancierung der bekannten Yin- und Yang-Kräfte sind in den acht Brokatübungen als komplexes System aufeinander bezogen. „Alle Übungen", sagt Kapers, „können zu Hause leicht nachvollzogen werden."

Rückkehr zum Urvertrauen

Erfreut stellt er immer wieder fest, dass die von ihm vermittelten Körper- und Meditationstechniken vielen Patienten nach einer Krebserkrankung helfen, ihren Alltag dauerhaft zu strukturieren. „Wem es gelingt, die Übungen zu verinnerlichen, der bleibt auch dabei", stellt er fest.

Die fünfte Einheit jeder Stunde bildet eine Fünf-Elemente-Übung als Einführung ins Tai Chi. Metall, Wasser, Holz, Feuer, Erde werden als ein ständiger Bewegungskreis mit dem Körper symbolisch zur Aufführung gebracht. Die Erfahrung der fließenden Übergänge wird als Prinzip fließender Energie durch die Bewegungen des Tai Chi am ganzen Körper spürbar gemacht. Das Tai Chi verbindet den Kampf gegen die Krankheit Krebs und die Versöhnung mit dem verletzten kämpfenden Körper. „Energiefluss erzeugt Wohlbefinden", sagt Kasper. Die Motorik und Koordinationsfähigkeit des Körpers werden ebenso geschult wie in der Zeitlupenbewegung seine Entschleunigung geschieht. Die körperliche Entdeckung der Langsamkeit führt unmittelbar zur sechsten Station, zur Traumreise als Tiefenentspannung. Während die Teilnehmer entspannt liegen, erzählt Kasper zu einer im Raum schwebenden Hintergrundmusik eine Geschichte, die vom Wellenrauschen des Meeres, der Himmelsfärbung im Sonnenuntergang und anderen schönen Dingen des Lebens handelt. „Das Loslassen von allem, was sonst bedrückt, lässt auf der Traumreise ein Gefühl von Urvertrauen entstehen, das gerade bei Menschen mit der Diagnose Krebs schwer erschüttert worden ist", sagt Kasper. Und wie eine Art Fazit formuliert er: „Selbstverständlich gibt es keine Therapie, die garantiert, dass alle Schwächen, Ängste und Schmerzen weggehen. Aber es gibt Wege, um sich besser zu fühlen." *(JK)*

Mit Sport und Kunst zurück ins Leben

Dank LebensWert erhielt Edwin Reimer neuen Lebensmut

Neben der sehr guten medizinischen Versorgung durch die Uniklinik Köln und der Unterstützung durch seine Familie und Freunde hat Edwin Reimer das umfassende Angebot von Haus LebensWert geholfen, seine Krebserkrankung zu verarbeiten. Vor allem Bewegungs- und Kunsttherapie brachten ihm Entlastung und wieder Freude.

In der Bewegungstherapie ist Edwin Reimer fitter geworden und hat gelernt, seine Belastbarkeit besser einschätzen zu können.

Im Oktober 2010 erhielt ich die Diagnose: Akute Myeloische Leukämie. Damit begann für mich eine Zeit voller Sorgen, Hoffnungen und mit vielen Auf und Abs.

Vor der Diagnose führte ich ein weitgehend sorgenfreies und gesichertes Leben. Allerdings wurde dieses stark von meiner beruflichen Tätigkeit dominiert. Bereits vor der Erkrankung wurde mir von Familie und Freunden immer wieder aufgezeigt, dass die Fokussierung auf den Beruf nicht unbedingt „gesund“ ist. Auch ich registrierte langsam, dass ich etwas ändern sollte, da das zeitliche Engagement gepaart mit sehr vielen frustrierenden Erlebnissen im Beruf in keinem vernünftigen Verhältnis mehr zu dem mich sonst antreibenden Spaß an meinen Aufgaben stand. Darüber hinaus hatte ich mein soziales Umfeld sehr stark vernachlässigt, nahm über die Jahre kontinuierlich zu und lachte nur noch selten. Bevor ich allerdings etwas ändern konnte, musste ich nun erst einmal eine andere „Aufgabe“ bewältigen.

Vier Tage nach der Diagnose begann bereits die erste Chemotherapie an der Uniklinik Köln, also noch mitten in der Schockphase. In dieser Zeit waren mir meine Familie, mein Freundes- und Kollegenkreis sowie das Ärzte- und Pflegeteam um Herrn Prof. Hallek eine große und wichtige Stütze. Auch die Psychoonkologen von Haus LebensWert nahmen zu dieser Zeit Kontakt zu mir auf und ich erhielt erste wertvolle Informationen zum Umgang mit meiner Erkrankung. Zum damaligen Zeitpunkt hatte ich – wie so viele meiner männlichen Mitpatienten auch – nicht das Gefühl, dauerhaft psychologische Unterstützung zu benötigen.

Der Therapieverlauf entwickelte sich sehr positiv: Die Chemotherapie schlug an und da meine Schwester als Stammzellenspenderin geeignet war, taten sich weitere Behandlungsoptionen auf, sollte ich einen Rückschlag erleiden. Mein Ziel bestand deshalb nur darin, so schnell wie möglich wieder in mein altes Leben zurückzukehren. Nach einer Reha im Frühjahr 2011 stieg ich dann einige Monate später wieder in den Beruf ein.

Zurück im Beruf und alles beim Alten

Die Rückkehr in den Beruf war schockierend, da sich natürlich nichts geändert hatte und mir alles noch schlimmer vorkam als zuvor. Nach etwa sechs Wochen erfuhr ich im Juli 2011, dass die Leukämie zurückgekehrt sei. Damit war klar, dass eine Stammzellentransplantation notwendig war, um die Leukämie zu besiegen. Im Zuge der Vorbereitung auf diesen Schritt in der KMT Ambulanz lernte ich neben meinen medizinischen Beglei-

tern auch Mareike Romünder von Haus LebensWert kennen, die mich seitdem psychologisch unterstützt. Sie half mir in vielen Gesprächen, zunächst den notwendigen Lebensmut wieder aufzubauen, um die belastende Transplantationsprozedur ausreichend motiviert zu überstehen. Die Transplantation war dann auch erfolgreich und im September 2011 wurde ich von der KMT-Station entlassen. Frau Romünder hat mich seitdem bei Bedarf weiter psychologisch begleitet. Zusammen haben wir daran gearbeitet, für mich wieder den Einstieg in ein „normales“ Leben mit einem gesunden Abstand zu meinem Beruf zu finden. Darüber hinaus stand sie mir 2012 immer wieder zur Seite, da die Transplantation zwar erfolgreich war, ich aber immer wieder Rückschläge hinnehmen musste, insbesondere durch das Auftreten einer Abstoßungsreaktion, die durch die neuen Stammzellen hervorgerufen wurde und mich gesundheitlich teilweise stark beeinträchtigte.

Kunstinteresse wiederentdeckt

Seit Anfang 2012 bin ich physisch wieder einigermaßen belastbar. Seitdem nutze ich ebenfalls die Bewegungstherapie von Alex Fissmer, die mir sehr viel Spaß macht und mir geholfen hat, körperlich wieder fit zu werden. Aber auch hier sind es nicht nur die sportlichen „Einheiten“ die helfen. Herr Fissmer geht sehr individuell auf meine Bedürfnisse ein und hat mir geholfen, meine individuelle Belastbarkeit besser einschätzen zu können ohne mich zu überlasten. Seit August 2012 nutze ich auch die Onkologische Trainingstherapie (OTT)*, die eine sehr gute Ergänzung zur Bewegungstherapie von Haus LebensWert ist, da ich dort unter Betreuung und individuell an meiner Physis arbeiten kann. Ein weiteres Angebot, das ich nutze, ist die Kunsttherapie bei Richard Berners. Er hat es geschafft, mein lange verschollenes Kunstinteresse wieder zu wecken. Neben dem sehr interessanten, oft lustigen und manchmal auch traurigen Austausch mit den anderen Teilnehmern, kann ich beim eigentlichen Gestalten sehr gut entspannen und Erlebnisse verarbeiten.

Insgesamt bin ich sehr dankbar, dass es neben der sehr guten medizinischen Versorgung durch die Uniklinik Köln das umfassende Angebot von Haus LebensWert gibt. Damit hat sich neben der OTT und der UniReha ein für mich idealer Rahmen für meine Genesung ergeben und ich habe hier sehr viele engagierte und liebenswürdige Menschen kennengelernt, die mich sehr gut unterstützt haben. Ich denke, meine Familie und meine Freunde sind durch die Betreuung ebenfalls entlastet worden. Mir ist es mit dieser Unterstützung leichter gefallen, mich immer wieder aus Tiefpunkten nach oben zu kämpfen. Herzlichen Dank für die hervorragende Unterstützung durch die Mitarbeiter von Haus LebensWert. Neben der hervorragenden medizinischen und pflegerischen Betreuung halte ich die Unterstützung durch das Haus LebensWert für essentiell, um allen Gesichtspunkten einer Krebserkrankung Rechnung zu tragen und eine optimale Genesung herbeizuführen.

Nun endet bald die Betreuung durch das Haus LebensWert. Eigentlich hatte ich daran anschließend eine Wanderung über den spanischen Jakobsweg geplant. Diesen Plan musste ich leider kürzlich verwerfen, da die Leukämie bei mir wieder nachweisbar ist und die hieraus resultierenden Auswirkungen auf meinen Gesundheitszustand nicht vorhersehbar sind. Aber wie immer es nun auch weitergeht, ich werde auch zukünftig bei der Uniklinik Köln und dem Haus LebensWert in guten Händen sein.

Edwin Reimer

* Deutschlandweit einzigartiges Kooperationsprojekt der Deutschen Sporthochschule Köln und des Centrums für Integrierte Onkologie (CIO), um den Einfluss körperlicher Aktivität auf onkologische Erkrankungen zu untersuchen.

Malen gegen die Angst

Ausstellung mit Werken von Nicole Klein

Nicole Kleins Bilder sind in der Kunsttherapie von Richard Berners in Haus LebensWert entstanden. Mit einer einwöchigen Einzelausstellung in der Christuskirche in Köln werden diese nun erstmals unfangreich gewürdigt. Ihre Bilder zeigen eindrucksvoll den Umgang mit ihren Hoffnungen, Ängsten und mit dem drohenden Krebstod.

Nicole Klein hat in ihren Bildern und wenigen Objekten ihren ganz eigenen künstlerischen Ausdruck gefunden. Ihre Bilder leben von der prozessorientierten emotionalen Geste, genauso wie von der bewusst themenorientierten Umsetzung. Im Spannungsfeld von Abstraktion und realer Darstellung werden die darin enthaltene Melancholie, Sehnsucht, Dramatik und Hoffnung sehr authentisch dargestellt. Nicole Klein ist an den Folgen ihrer Krebserkrankung 2012 im Alter von nur 38 Jahren verstorben. Sie hinterlässt eine Familie mit zwei Kindern. Die Ausstellung in der Christuskirche war mit Frau Klein noch vor ihrem Tod vereinbart.

Zur Vernissage am Mittwoch, dem 8. Mai 2013, um 18 Uhr laden wir herzlich ein!

Christuskirche Köln
(Nähe Stadtgarten)
Werderstraße 11, 50672 Köln
Ausstellungsdauer: bis 17. Mai 2013
Öffnungszeiten: Do. und Fr. von 17 bis 20 Uhr, Sa. 15 bis 18 Uhr

Gemeinsam auf Kurs

Segeln mit krebsbetroffenen Frauen und Männern

„Wind statt Jammer“ – so lautet das Motto von Meerwind e.V., einem Verein, der aus einer Initiative der Katholischen Krankenhausseelsorge in Mönchengladbach hervorgegangen ist. Meerwind e.V. hat es sich zur Aufgabe gemacht, Frauen und Männer, die von einer Krebserkrankung betroffen sind oder waren, mit einer außergewöhnlichen Gruppenarbeit zu unterstützen: Segeln! Eine Woche verbringt die Gruppe auf einem historischen Zweimastklipper und segelt über das Ijsselmeer und die niederländische Waddenzee. Alle ziehen an einem Strang, um das Schiff auf Kurs zu bringen und die Gruppe zu versorgen.

Geleitet wird die Reise von Hartmut Magon, Psychotherapeut und Vorsitzender des Meerwind e.V. Er ist seit über zwanzig Jahren mit der psychoonkologischen Betreuung Krebserkrankter befasst. Auch eine Ärztin ist an Bord und jederzeit ansprechbar.

Eine Reise mit „Meerwind“ bedeutet auch eine Reise zu sich selbst. Um die Krankheit besser zu verarbeiten, um sich nach der Verunsicherung durch Krebs wieder etwas zuzutrauen. Wind und Wetter, das Meer mit seinen Gezeiten und immer wieder mit dem Schiff auf See – all das trägt zu einem veränderten Lebensgefühl bei: sich hinaus wagen, Segel setzen, das Gesicht in den Wind halten und ... durchatmen.

In Kürze bereitet sich eine neue Gruppe auf die gemeinsame Segelreise vom 10. bis 16. August 2013 vor. Dazu gehören neben drei Vortreffen in Mönchengladbach auch einige Nachtreffen. Die Kosten für Teilnehmer/-innen betragen 390,- Euro. Wer mitreisen möchte, meldet sich bei Hartmut Magon unter 0178 – 35 25 454 oder *info@meerwind-ev.de*.
Weitere Informationen unter *www.meerwind-ev.de*

Sommerfest bei LebensWert

Jetzt schon vormerken:

Nach längerer Pause gibt es am Freitag, dem 12. Juli 2013, von 14 bis 18 Uhr wieder ein Sommerfest in und um Haus LebensWert. Mitglieder und Freunde des Vereins sowie alle Interessierten sind herzlich zu Führungen, Schnupperkursen, Live-Musik, einer Auktion mit Bildern aus der Kunsttherapie sowie Kaffee, Kölsch und Grillgut eingeladen! Details folgen.

Termine der Selbsthilfegruppe Prostatakrebs Köln Süd

Jeden dritten Mittwoch im Monat von 16 bis 19 Uhr in Haus LebensWert. Alle Informationen gibt’s auch unter *www.prostata-shg-koeln-sued.de.*

17.04.2013, 16 - 19 Uhr
Prostatakrebs und Sexualität
Mareike Romünder,
Dipl.-Psychologin Haus LebensWert
Ehefrauen/Partnerinnen sind herzlich mit eingeladen

14.06.2013, 16 - 19 Uhr
Prostatakrebs und die Hormontherapie: Neueste Therapieansätze
Prof. Axel Heidenreich,
Direktor der Urologischen Klinik,
Universitätsklinikum Aachen

Patientenseminare 2. Quartal 2013

04.04.
Gynäkologische Krebserkrankungen: Was gibt es außer der Operation?
Dr. med. Claudius Fridrich, Frauenklinik der Uniklinik Köln

18.04.
Brauche ich eine Patientenverfügung?
Was man über Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Betreuungsverfügung wissen sollte.
Thomas Otten, Pastoralreferent, Kath. Klinikseelsorge an der Uniklinik Köln

08.05.
Anämie – die häufige Blutarmut in der Onkologie
Armin Tuchscherer, Med.I, Uniklinik Köln

16.05.
Onkologische Trainingstherapie (OTT): Was bedeutet das für den Krebspatienten?
PD Dr. Thomas Elter, Facharzt für Innere Medizin, Hämatologie und Onkologie, Med.I Uniklinik Köln

06.06.
Krebstherapie und Nahrungsergänzungsmittel
Prof. Dr. Hans Beuth, Uniklinik Köln

20.06.
Pankreas-Karzinom
Dr. med. Dirk-Thomas Waldschmidt, Transplantationszentrum Uniklinik Köln

Kölscher Mitsingabend für LebensWert

Am Freitag, den 26. April 2013, veranstalten die Aape-Mädcher der 1. Kölsche Aape-Sitzung e.V. „NE KÖLSCHE MET-SING-OVEND“ und präsentieren Peter Schmitz-Hellwing mit Liedern von Bläck Fööss bis Willi Ostermann. Am Piano begleitet Reiner Schnitzler. Jeder, der Spaß am kölschen Liedgut hat und mitschmettern möchte, ist herzlich eingeladen.
Um baldige Anmeldung unter *www.koelsche-aape-sitzung.de* oder 0172 - 207 38 81 wird gebeten.

Die Karten kosten 11 Euro, ein Euro davon geht an LebensWert.

Bereits im Januar hatten die Aape-Mädcher für LebensWert gesammelt und werden dies auch das ganze Jahr über tun. Dafür herzlichen Dank!

Mitsingabend
Freitag, 26. April 2013,
Einlass ab 19 Uhr, Beginn 20 Uhr
GIR-Keller, Lintgasse 4,
50667 Köln (Altstadt)

Präsentiert Lieder von Bläck Fööss bis Willi Ostermann: Peter Schmitz-Hellwing beim kölschen Mitsingabend.

Appetit auf Leben! - Die Würze des Lebens steckt in gesunder Ernährung

Was wir essen – und was wir nicht essen – wirkt sich auf unsere Gesundheit aus. Durch eine bewusste, ausgewogene Ernährung können wir uns vor Krankheiten schützen, auch vor Krebs. Die Ernährungsexpertin Conner Middelmann-Whitney gibt auf der Basis aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse in ihrem Buch „Appetit auf Leben“ alle wichtigen Infos und Tipps zu Nahrungsmitteln und Nährstoffen, um unsere körpereigenen Abwehrsysteme gegen den Tumor fit zu machen. Dass dies alles nichts mit Entbehrung zu tun hat, beweist der praktische Teil des Buches: Einfache, aber verführerisch-köstliche Rezepte aus dem Mittelmeerraum – Frankreich, Spanien, Griechenland, Italien, Marokko – locken mit frischen, abwechslungsreichen Zutaten und garantieren kulinarischen Genuss. Auch Prof. Dr. Volker Diehl empfiehlt das Buch: „Dieses Buch hat mich als Arzt, der als klinischer Wissenschaftler und moderner Schulmediziner über 30 Jahre seine Krebspatienten mit den Waffen der modernen Krebstherapie behandelt hat (...), sehr überzeugt.“

Die Autorin, Conner Middelmann-Whitney, Jahrgang 1966, wurde nach dem Sieg über ihre Krebserkrankung zu einer leidenschaftlichen Verfechterin gesunder Ernährungsweise. Seit ihrem Abschluss am Institute for Optimum Nutrition (London) im Jahr 2000 unterhält sie eine Privatpraxis für Ernährung und Gesundheit und gibt regelmäßig Kochkurse. Sie lebt mit ihrer Familie in der Nähe von Toulouse, Frankreich.

Conner Middelmann-Whitney
Appetit auf Leben!
Meine mediterrane Anti-Krebs-Küche.
Mit 80 Rezepten und einem Vorwort von Prof. Dr. Volker Diehl
ca. 224 Seiten, mit zahlreichen Fotos
erschienen im Frühjahr 2013 im Herbig Verlag
ISBN 978-3-7766-2713-8
ca. 20 Euro

Benefizkonzert zugunsten „Kinder krebskranker Eltern“

Wer das Gute mit dem Angenehmen verbinden möchte, ist herzlich am Sonntag, dem 5. Mai 2013, um 17 Uhr zum Benefizkonzert des reger chor köln zugunsten der Initiative „Kinder krebskranker Eltern“ eingeladen, einem Gemeinschaftsprojekt der Klinik I für Innere Medizin und LebensWert e.V., Uniklinik Köln.

Auf dem Programm steht diesmal „Der Messias“ von Georg Friedrich Händel. Der reger chor köln, vier Solisten und das 2012 gegründete Ensemble spielWERK musizieren das berühmte Oratorium unter Leitung von Wolf-Rüdiger Spieler in englischer Sprache. Tickets zu 24 Euro sind erhältlich über Elisabeth Albrecht unter 0221 - 478-97643 oder *elisabeth.albrecht@uk-koeln.de*.

reger chor köln
Sonntag, 5. Mai 2013, 17 Uhr
Trinitatiskirche
Filzengraben 4, 50676 Köln

Wir bedanken uns herzlich bei allen, die sich für LebensWert engagiert haben!

Tauschticket

Bereits zum zweiten Mal hat Tina Vanacore über das Internetportale „Tauschticket“ eine Verlosung für LebensWert ins Leben gerufen (wir berichteten in Ausgabe 4/2012). Dieses Mal wurde der Erlös vom Sommer 2012 sogar noch deutlich getoppt: 2.580 Euro sind zusammengekommen!

Weihnachtsbasar 2012

Einen Scheck über 1.000 Euro nahm Karin Reinhardt (l.) vom Vorsitzenden des Pfadfinderstamms „Dom Hélder Camara“, Kurat Horst Eßer, entgegen. Das Geld stammt aus dem Weihnachtsbasar Ende 2012. Mit dabei: Stammesvorsitzende Anna Päffgen und Gruppenleiterin Saskia Winters.

(Foto: Siegenbruck)

Arbeitsbesuch

Der Kölner CDU-Bundestagsabgeordnete Dr. Michael Paul informierte sich Anfang März bei einem „Arbeitsbesuch“ im EDEKA-Markt in Köln-Widdersdorf über aktuelle Probleme und Perspektiven des Lebensmitteleinzelhandels in Deutschland. Bei dieser Gelegenheit setzte er sich selbst für einen guten Zweck an die Kasse. Sein erwirtschafteter Gewinn von 500 Euro – aufgerundet durch Marktinhaber Jürgen Engels – wurde anschließend an LebensWert übergeben. V.l. Dr. Michael Paul MdB (CDU), Karin Reinhardt (Lebenswert e.V.), Ehepaar Engels (Inhaber des EDEKA-Marktes) und Klaus Koke (örtlicher CDU-Stadtverordneter).

Fotoprojekt

Ein Teil des Erlöses aus dem Foto-Projekt „Veränderung“ spendeten die Organisatoren an LebensWert e.V. (Journal LebensWert berichtete). Zur Scheckübergabe in Höhe von 355 Euro kamen v.l.n.r. : Inge Wuthe, Monika Pütz, Gerhard Zerbes (Fotograf), Uwe Schwarzkamp, Anne-Heike Maretzke und Mél Gehring-Decker.

Der Vorstand

Vorsitzender

Prof. Dr. Michael Hallek
Direktor der Klinik I für Innere Medizin

Stv. Vorsitzender

Prof. Jörg Fischer
Rechtsanwalt

Vorstandsmitglied

Prof. Dr. Dr. h. c. Volker Diehl
Emeritus der Uniklinik Köln
Vereinsgründer LebensWert e.V.

Vorstandsmitglied

Prof. Eckart Fiedler
früher Vorstandsvorsitzender der BARMER Ersatzkasse in Wuppertal

Vorstandsmitglied

Dr. Michael Kalka
früher Vorstandsvorsitzender der AachenMünchener Versicherung

Schatzmeister

Dr. Joachim Schmalzl
Mitglied des Vorstandes der Sparkasse KölnBonn

Der Beirat

Franz Josef Geimer
Vorstand a.D. der Gothaer Versicherung, Beiratsvorsitzender des Vereins

Hermann-Josef Arentz
Berater in der Gesundheitswirtschaft

Hans Werner Bartsch
Bürgermeister / MdR, Köln

Dr. Ferdinand Hoppen
Steuerberater

Wilfried Jacobs
Geschäftsführer Institut für patientenorientierte Versorgungsablaufforschung

Klaus Laepple
Präsident des Bundesverbandes der Deutschen Tourismuswirtschaft

Bernhard Mattes
Vorstandsvorsitzender Ford Deutschland

Gerd Nettekoven
Geschäftsführer der Deutschen Krebshilfe e.V.

Dr. h.c. Fritz Pleitgen
Präsident Deutsche Krebshilfe e.V.

Christa Reinartz
Managementberatung

Elfi Scho-Antwerpes
Bürgermeisterin / MdR, Köln

Prof. Dr. Edgar Schömig
Ärztlicher Direktor der Universitätsklinik Köln

Dr. Dr. h.c. Michael Vesper Generaldirektor des Deutschen Olympischen Sportbundes

Mit freundlicher Unterstützung von

medfacilities Entwicklung Bau Betrieb
AOK Die Gesundheitskasse
Sparkasse KölnBonn
Roche
BARMER GEK die gesund experten
Deutsche Krebshilfe HELFEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.
DREES & SOMMER
Kassenärztliche Vereinigung Nordrhein Gute Versorgung. Gut organisiert.
AWB

Aufgrund der Bauarbeiten auf dem Klinikgelände empfehlen wir die Anfahrt über die Kerpener Straße; Parkmöglichkeit in der Tiefgarage des Herzzentrums. Wenn Sie den Hinterausgang nehmen, sehen Sie schon das Haus LebensWert.

Angebote Verein LebensWert auf einen Blick

Für alle onkologischen Patienten, stationär wie ambulant

Therapeutische Angebote:

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Psychologische Gespräche: Einzelgespräche ganztägig	**Psychologische Gespräche:** Einzelgespräche ganztägig 14.30 – 16.00 Uhr Gruppenpsychotherapie für Brustkrebspatientinnen **Bewegungstherapie:** 17.00 – 18.00 Uhr Allgemeine Fitness (Fortgeschrittene) 18.00 – 19.15 Uhr Funktionsgymnastik MammaCA Kraft & Entspannung	**Psychologische Gespräche:** Einzelgespräche ganztägig **Bewegungstherapie:** 16.30 – 17.15 Uhr Einzelangebot 17.15 – 18.00 Uhr Einzelangebot 18.00 – 19.00 Uhr Allgemeine Fitness für Einsteiger	**Psychologische Gespräche:** Einzelgespräche ganztägig 11.00 - 12.30 Uhr Psychologische Gesprächsgruppe **Bewegungstherapie:** 10.00 – 11.00 Uhr Funktionsgymnastik MammaCA 11.15 – 12.15 Uhr 4. Donnerstag im Monat Beckenboden- und Rückentraining Männer 16.30 – 17.15 Uhr Entspannungstraining	**Psychologische Gespräche:** Einzelgespräche ganztägig 10.30 – 12.00 Uhr Gruppenpsychotherapie für Brustkrebspatientinnen **Bewegungstherapie:** 09.30 – 10.30 Uhr Nordic Walking (Technik) im Stadtwald 10.30 – 12.00 Uhr Nordic Walking (Ausdauer) im Stadtwald
Kunst-/Gestaltungstherapie: 09.00 – 11.00 Uhr nach Terminvereinbarung **Musiktherapie:** 10.00 – 11.15 Uhr Körper & Stimme I 13.30 – 16.00 Uhr Stimmbildung (stationär)	**Kunst-/Gestaltungstherapie:** 09.00 – 12.00 Uhr (Einzelangebot) 15.00 – 17.30 Uhr (Einzelangebot) **Musiktherapie:** 16.30 – 17.45 Uhr Singgruppe Krankenhauskapelle ambulante und stationäre Patienten	**Kunst- /Gestaltungstherapie:** 15.00 – 16.00 Uhr (Einzelangebot) 17.00 – 18.30 Uhr Offene Gruppe (Station 16) 18.00 – 20.00 Uhr (Gruppe)	**Kunst-/Gestaltungstherapie:** 10.00 – 12.00 Uhr (Einzelangebot) 14.30 – 16.30 Uhr (Gruppe) **Musiktherapie:** 15.00 – 17.00 Uhr (Einzelangebot)	**Kunst-/Gestaltungstherapie:** 10.00 – 12.30 Uhr (Gruppe) **Musiktherapie:** 13.30 – 17.30 Uhr Stimmbildung (Einzelangebot)

Ergänzende Angebote:

11.00 – 12.00 Uhr Seelsorgerische Sprechstunde für Patienten und Angehörige 11.00 – 12.00 Uhr (und nach Anfrage) Beratung zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht 14.00 Uhr 1. Montag im Monat Patientencafé * 16.00 – 19.00 Uhr Gestaltungsgruppe Ton 16.30 – 18.30 Uhr Gemeinsames Singen im Chor ab 17 Uhr nach Terminvereinbarung Rechtsberatung	14.45 – 16.15 Uhr Feldenkrais (Gruppenangebot) 16.15 – 16.45 Uhr Feldenkrais (Einzelangebot) 15.00 Uhr 1 x monatlich Schminkseminar „Freude am Leben“ 16.00 – 18.00 Uhr Reiki 18.30 Uhr 1. Dienstag im Monat SHG Leukämie & Lymphome *	11.00 – 12.30 Uhr Feldenkrais (Gruppenangebot) 12.30 – 13.00 Uhr Feldenkrais (Einzelangebot) 13.30 – 14.45 Uhr Tai Chi/Qi Gong für Anfänger 14.45 – 16.15 Uhr Tai Chi/Qi Gong für Fortgeschrittene 14.00 – 16.00 Uhr Feldenkrais 14.30 Uhr Patientencafé * 15.30 – 17.30 Uhr Sozialberatung 16.00 Uhr 3. Mittwoch im Monat SHG Prostatakrebs	17.00 – 18.00 Uhr Patientenseminar * (14-tätig, Themen s. Journal o. Internet) 18.00 Uhr 3. Donnerstag im Monat Non Hodgkin Lymphom Hilfe NRW*	**Blaue Termine:** **Angebot im Haus LebensWert** **Orangefarbene Termine:** **Stationäres Angebot Med. I** **Schwarze Termine:** **Angebot im Haus LebensWert und auf den Stationen**

Bitte melden Sie sich zu allen Angeboten an (ausgenommen sind Angebote mit *). Besondere Angebote und aktuelle Veranstaltungen entnehmen Sie bitte den Aushängen oder dem Internet unter www.vereinlebenswert.de

So erreichen Sie unsere Mitarbeiter: 0221 – 478-...

Anmeldung / Assistenz GF:	Elke Schmauch	-6478	Geschäftsführung:	Uwe Schwarzkamp	-3331
Projektleitung:	Karin Reinhardt	-86714	Seelsorge:	Thomas Otten (kath.)	-4952
Ernährungsberatung:	Gisela Kremer	-3324		Klaus Peter Böttler (ev.)	-6358
				Rainer Koch (ev.)	0681 - 40 17 70 85

Anmeldungen zu den therapeutischen Angeboten unter 0221 - 478-6478