

1/24

23. Jahrgang
ISSN 1234-4206

Journal

LebensWert

Psychoonkologie – Leben mit Krebs



WANN IST EIN MANN EIN MANN?

„Psychologische Beratung? Ich??“

Weniger Männer als Frauen nehmen Angebote wahr – warum?

Seite 7

Stetig gewachsen:
5 Jahre Krebsberatungs-
stelle Köln

Seite 11

Menschen bei Lebens-
Wert: Chorleiter Jong-
Cheol Park

Seite 16

Brustkrebs als junge
Mutter:
Patientenporträt

Seite 18

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Freunde des Vereins LebensWert!



Prof. Dr. Werner Görg
Vorstandsvorsitzender

Dass Sie die aktuelle Ausgabe unseres Journal LebensWert zur Hand nehmen und lesen, freut mich sehr. Sie werden viele interessante Informationen darin finden. Über die Lektüre des Magazins hinausgehend kann dies möglicherweise für Sie auch Anlass dafür sein, sich nochmals gedanklich mit der Aufgabe von LebensWert auseinanderzusetzen.

Leider haben uns in den letzten Wochen und Monaten eine ganze Reihe von traurigen Nachrichten erreicht. So mussten wir erfahren, dass Menschen des öffentlichen Lebens an Krebs erkrankt oder gar verstorben sind. Besonders berührt haben mich persönlich die Nachrichten aus dem englischen Königshaus. Hierbei ist mir aufgefallen, dass die Erkrankungen von Prinzessin Kate und König Charles III. ein auch in meinem privaten Umfeld viel besprochenes Thema sind.

So bedrückend diese Nachrichten auch sein mögen, sie bieten doch Anlass – und wenn Sie so wollen: auch Gelegenheit –, über LebensWert zu sprechen und für eine Mitgliedschaft bei LebensWert zu werben. So sehr solche Nachrichten auch betrüben mögen, so sehr sind wir alle

gefordert, den Lebenswirklichkeiten ins Auge zu blicken. Eine der denkbaren Reaktionen unsererseits ist es dabei, für Hilfe zu sorgen und Hilfe bereitzuhalten, falls jemand mit einer solchen Diagnose konfrontiert wird.

Die Basis für unseren Verein LebensWert ist dabei umso größer und insbesondere stabiler, je mehr Mitglieder unser Verein hat.

Ich darf Sie daher auch an dieser Stelle herzlich bitten, unter dem Motto „Mitglieder werben Mitglieder“ die Basis unseres Vereins hoffentlich signifikant zu verbreitern.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen und Ihren Familien einen wunderbaren Frühling 2024, verbunden mit den besten Grüßen!

Ihr
Werner Görg

Foto © Gothaer

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

„Ich habe Krebs!“ – „Wie geht es jetzt bloß weiter?“ – „Ich brauche Hilfe!“ Viele Menschen erleiden bereits bei der Diagnose einen Schock, andere fallen während oder erst nach der Behandlung in ein seelisches Tief. Neben einer bestmöglichen medizinischen Versorgung hilft oft eine professionelle Unterstützung zur seelischen Stärkung und nachhaltigen Stabilisierung – durch psychologische Gespräche sowie Kunst-, Musik- und Bewegungstherapie sowie psychosoziale Krebsberatung.

Dieses als Psychoonkologie bezeichnete und vom Förderverein LebensWert e.V. mitfinanzierte Angebot steht allen Krebspatienten der Uniklinik Köln, aber auch allen

ambulanten Patienten der Region im Rahmen der Krebsberatung offen – unbürokratisch und kostenfrei.

Der Förderverein LebensWert e.V. ist ein spendenfinanzierter, gemeinnützig anerkannter Verein, der es sich zur Aufgabe gemacht hat, das bundesweit modellhafte Kölner Psychoonkologie-Projekt finanziell zu fördern, denn noch wird diese wichtige und geforderte Unterstützungsleistung der Psychoonkologie durch Krankenkassen nicht teilfinanziert und ist auf Spendengelder und Mitgliedsbeiträge angewiesen!

Weitere Informationen erhalten Sie unter 0221 – 478-9719-0 oder auf unserer Homepage www.vereinlebenswert.de.

HPV-Impfung: Schutz vor Krebs ist einfach!

Empfehlung für Mädchen und Jungen im Alter von 9 bis 14 Jahren

Studien in mehreren Ländern haben inzwischen belegt, dass die Impfung gegen humane Papillomviren (HPV) wirksam vor Krebs schützt. Trotzdem ist der Anteil der vollständig geimpften Mädchen und Jungen noch weit von einem flächendeckenden Schutz entfernt. Zum Welt-HPV-Tag am 4. März haben das Deutsche Krebsforschungszentrum (DKFZ), die Deutsche Krebshilfe und die Deutsche Krebsgesellschaft (DKG) Eltern und Ärzte, Kinder und Jugendliche daran erinnert: Schutz vor Krebs ist einfach – ein kleiner Piks genügt!

Allein in Deutschland erkranken jedes Jahr etwa 7700 Menschen an HPV-bedingtem Krebs. Neben Gebärmutterhalskrebs lösen die humanen Papillomviren Tumoren im Mund- und Rachenraum, im Darmausgang sowie im männlichen Genitalbereich aus. Seit 2018 empfiehlt die Ständige Impfkommission (STIKO) daher die Impfung gegen humane Papillomviren für Jungen und Mädchen im Al-

ter von 9 bis 14 Jahren, denn sie schützt nachweislich vor HPV-bedingten Krebserkrankungen. So ging beispielsweise bei Mädchen, die früh genug gegen HPV geimpft wurden, die Rate an Gebärmutterhalskrebs um bis zu 90 Prozent zurück.

Dennoch sind laut Robert-Koch-Institut in Deutschland nur 54 Prozent der 15-jährigen Mädchen und 27 Prozent der gleichaltrigen Jungen vollständig gegen HPV geimpft. Damit ist Deutschland noch weit von einem flächendeckenden Schutz vor krebserregenden humanen Papillomviren entfernt, der erst bei einer Durchimpfungsrate von mindestens 70 Prozent gegeben ist.

Damit die Impfung ihr hohes Schutzpotenzial erreichen kann, ist es wichtig, dass sie rechtzeitig erfolgt, denn mit den ersten sexuellen Kontakten steigt das Risiko, sich mit HPV zu infizieren. Die Ständige Impfkommission empfiehlt die HPV-Impfung daher für Mädchen und Jungen zwischen 9 und 14 Jahren. Wurde dieses Zeitfenster verpasst, können Impfungen bis zum 18. Geburtstag kostenlos nachgeholt werden.



Eine HPV-Impfung schützt vor bestimmten Krebserkrankungen. Die STIKO empfiehlt sie für Mädchen und Jungen zwischen 9 und 14 Jahren

*Nach einer gemeinsamen Pressemitteilung
des Deutschen Krebsforschungszentrums,
der Deutschen Krebshilfe und
der Deutschen Krebsgesellschaft*

Folgen Sie uns auch auf Facebook und Instagram:



Impressum

Herausgeber:

LebensWert e.V.
an der Uniklinik Köln
im CIO-Gebäude (70)
Kerpener Str. 62
50937 Köln
E-Mail: info@vereinlebenswert.de
Tel.: 0221 / 478-97190

Geschäftsführerin:
Hildegard Labouvie

Schriftleitend und verantwortlich:
Uwe Schwarzkamp

Redaktion und Produktion:

Andrea Böttcher
Redaktionsleitung
www.frauboettcher.de

Andreas Zago
Grafik

www.wir-machen-druck.de
Druckerei



Finanzielle Belastungen nach Krebs

Unterstützung durch Krebsberatung Köln

Wer eine Krebsdiagnose erhält, sorgt sich zuallererst um das eigene Leben. Doch auch finanziell kann eine Krebserkrankung äußerst belastend sein. Auf Betroffene kommen neben zusätzlichen Ausgaben vor allem Einkommenseinbußen zu. Zudem schafft mindestens jeder Fünfte den Wiedereinstieg ins Berufsleben nicht. In Köln können Betroffene Unterstützung bei der Krebsberatungsstelle finden.

Auf dem Deutschen Krebskongress (DKK) im Februar dieses Jahres wurden am Beispiel von Darmkrebs, einer der häufigsten Krebsneuerkrankungen in Deutschland, Daten aus zertifizierten Darmkrebszentren zum Thema „Finanzielle Belastungen nach einer Krebsbehandlung“ vorgestellt. Demnach berichtet ein Viertel der Patientinnen und Patienten ein Jahr nach der Erkrankung von finanziellen Schwierigkeiten. Betroffen sind insbesondere Menschen mit fortgeschrittener Erkrankung und ohne Hochschulreife. Die DKG befragte in 119 zertifizierten Darmkrebszentren mehr als 5400 Patientinnen und Patienten zu ihren finanziellen Belastungen vor und zwölf Monate nach der Therapie. Von den mehr als 4500 Patienten, die vor Beginn ihrer Darmkrebsbehandlung keine finanziellen Schwierigkeiten hatten, berichteten zwölf Monate später etwa 25 Prozent von finanziellen Problemen aufgrund der Krebserkrankung.

Krebserkrankungen komplex und langwierig

Die Gründe für die finanziellen Schwierigkeiten sind sehr vielschichtig und lassen sich schwer verallgemeinern. Festzuhalten ist aber, dass Krebs eine komplexe und häufig langwierige Erkrankung ist, die die Betroffenen anfällig für finanzielle Belastungen machen kann. Die meisten Krebserkrankungen betreffen unterschiedliche Organsysteme und gehen auch nach der Therapie mit einer Vielzahl an körperlichen und psychischen Einschränkungen einher. 40 Prozent der Studienteilnehmer gaben ein Jahr nach ihrer Darmkrebsbehandlung an, unter chronischer Erschöpfung (Fatigue) zu leiden sowie an Polyneuropathien, die zu Taubheitsgefühlen in den Gliedern führen können. Auch können Einschränkungen des Gedächtnisses auftreten. Dies kann etwa den Wiedereinstieg in den

Beruf erschweren, zu einer Umschulung oder einer Frühverrentung führen. Auch während der Therapie erfahren



Foto © freepik

Eine Krebserkrankung kann die Finanzen Betroffener aus dem Gleichgewicht bringen

viele Betroffene finanzielle Einschränkungen. Nach sechs Wochen Lohnfortzahlung erhalten sie im Anschluss Krankengeld. Das beträgt etwa 70 Prozent des Bruttogehaltes bzw. höchstens 90 Prozent des regelmäßigen Nettogehaltes. Von den 70 Prozent des Bruttogehaltes werden noch Beiträge für die Sozialversicherung abgezogen.

Frühzeitige Unterstützung durch Screening

Auf dem DKK wurde von der Forschungsgruppe zudem ein Screening für finanzielle Mehrbelastung vorgestellt, damit Patienten, die hierfür ein erhöhtes Risiko haben, frühzeitig identifiziert und informiert werden und rechtzeitig vorhandene Unterstützungsangebote wahrnehmen können. Diejenigen mit einem besonders hohen Risiko können dann etwa an die psychosozialen Angebote der 16 Landeskrebsgesellschaften oder an den Sozialdienst des zertifizierten Zentrums oder Krebsberatungsstellen verwiesen werden. So werden sie rechtzeitig aufgefangen und können Hilfsangebote in Anspruch nehmen.

Nach einer Presseinformation der Deutschen Krebsgesellschaft

Hilfe bei der KBS Köln

In Köln bietet die Krebsberatungsstelle an der Uniklinik Köln Unterstützung an. Kontakt über Uta Windmann: Montags bis donnerstags von 9 bis 16 Uhr und freitags von 9 bis 13 Uhr unter **0221 – 47 89 71 84** oder unter **info@lebenswert-krebsberatung.de**.

Kunst auf der Baustelle für den guten Zweck

Aktion hat bisher 20.000 Euro Spenden eingebracht

Foto © Ulrike Lörch

Aus dem Schutzunnel der Baustelle vor der Strahlentherapie auf dem Campus der Uniklinik Köln ist erneut ein echter „Kunsttunnel“ geworden: Seit September 2023 sind dort wieder Bilder des Architekten und Künstlers Erdal Pur zu sehen, dies Mal ergänzt durch Werke der Künstlerin Doris Mertens. Die Bilder werden zum Festpreis verkauft, das Geld aus den Verkäufen kommt dem Förderverein der Kinderonkologie, der Stiftung Villa Kunterbunt sowie LebensWert e.V. zugute. Durch die Kunstaktionen sind bisher bereits 20.000 Euro zusammengekommen.

Kunst im öffentlichen Raum 24/7 frei zugänglich zu präsentieren, schien den Ausstellern zunächst ein Wagnis,

onkologie, die Stiftung Villa Kunterbunt für psychisch kranke Kinder und Jugendliche sowie an LebensWert e.V. Bei LebensWert kommen die Spenden dem Projekt „Kinder krebskranker Eltern“ zugute. Aufgrund des großen Erfolgs läuft die Aktion voraussichtlich noch bis zum Sommer 2024.



Foto © privat

Vielen Dank an alle Spender und Unterstützer sagen Doris Mertens, Uwe Schwarzkamp vom Verein LebensWert und Erdal Pur (v. l.)

doch die Erfahrungen sind rundum positiv – es gibt keinen Vandalismus. Im Gegenteil, mit den Bildern kommt die Kunst auf die Menschen zu und zeigt sich von ihrer wahren Seite, nämlich als Emotions-, Gedanken- und Kommunikationsstifter. Erlebbarer Kunst mitten im Alltagsgeschehen – die man sogar kaufen kann!

Erdal Purs abstrakte Kunstwerke sind in kontrastreichen Farben (Leinwand auf Keilrahmen) gehalten und regen die Fantasie an. Ergänzt werden sie bei der laufenden Aktion durch moderne Kunstwerke von Doris Mertens. Das Geld für die verkauften Bilder geht direkt von der Käuferin oder dem Käufer an verschiedene Uniklinik-nahe soziale Organisationen: an den Förderverein der Kinder-



Foto © privat

Bereits zum zweiten Mal verkauft Erdal Pur seine Bilder für den guten Zweck

Es gibt also noch reichlich Gelegenheit, inspirierende Bilder zu genießen oder sie zu kaufen und damit eine gute Initiative zu unterstützen.

Uwe Schwarzkamp

Den Körper mit der Seele versöhnen

Einblicke aus der Musiktherapie

Musiktherapeutin Sibylle Hummel leitet die therapeutische Singgruppe der klinischen Psychoonkologie. Sie weiß: Nach den Schwierigkeiten einer Krebsbehandlung, zur Bewältigung der Krankheit und in der Nachsorge bietet die Musiktherapie eine kreative Auseinandersetzung mit den emotionalen Empfindungen, der körperlichen Wahrnehmung und auftretenden Nebenwirkungen. Das Singen bietet die Möglichkeit der Verarbeitung: Was vorher emotional sprachlos blieb, wird durch das Singen ins Fließen gebracht. Für die Betroffenen hat das eine heilsame Wirkung.

Den Anfang der aktiven Musiktherapie bildet eine durch Achtsamkeit geprägte Haltung zu sich selbst, man ist aufmerksam bei seiner Atmung und begegnet sich mit einer inneren Akzeptanz. Im Weiteren geht es darum, Gedanken und Emotionen wie das Kommen und Gehen von Wellen zu registrieren und sich selbst gegenüber vertrauensvoll und geduldig zu sein. Manches Mal kommen verschüttete



Foto © LebensWert

Musiktherapeutin Sibylle Hummel leitet die wöchentliche Singgruppe. Sie weiß: Singen verbessert die Stimmung und stärkt die Immunfunktion des Körpers

Emotionen hervor, die durch die Lieder gelöst werden. Im Miteinander fallen die Emotionen auf weichen Boden, da sie bereinigend heilsam wirken und von der Gruppe getragen werden. Der therapeutische Kontext beim Singen reicht von der Isolation zur Soziabilität, von der Distanz zur Nähe, von stimmloser zu stimmhafter Sprache, vom Alleinsein mit sich und der Krankheit zum Kontakt und Austausch mit Mitbetroffenen.

Mehr Lebensqualität und Wohlbefinden

Das Singen verbessert die Stimmung, stärkt die Immunfunktion des Körpers und hebt messbar Lebensqualität und Wohlbefinden. Im Hier und Jetzt zu sein, ist durch das Singen möglich. Singen bindet auditorische, motorische und visuelle Prozesse miteinander und lässt uns den Fokus auf das Jetzt richten. Die Verbundenheit mit der Gruppe zu spüren und gemeinsam in Schwingung zu kommen, sind wichtige Elemente im gruppentherapeutischen Setting. Darüber hinaus ist das Verständnis um

Auf welche Weise kann Musik / das Singen zur Heilung beitragen? Einige Teilnehmerstimmen:

„Ich hatte Atemprobleme, wurde sehr kurzatmig. Die Atemübungen haben mir sehr geholfen.“

„Seit über zehn Jahren habe ich mit der Krankheit zu tun und seit ich das Angebot der kreativen Therapien entdeckt habe, ist die Musiktherapie mein ständiger Begleiter. Dort finde ich Gleichgesinnte, wir sitzen alle in einem Boot. Das gemeinsame Singen macht Mut, ist stärkend und bildet meine wöchentliche Kraftquelle. Das letzte Lied fährt auf dem Fahrrad mit nach Hause und bleibt als Ohrwurm den ganzen Tag im Kopf.“

„Ich bin völlig selbstvergessen, ich denke an nichts, bin meditativ und aus dem Trott genommen.“

„Etwas zu machen ohne Reden, macht mir einfach Spaß, ich singe einfach.“

„Die indianischen Lieder geben mir Kraft, der Rhythmus geht in einen rein. Die Lieder klingen nach. Ich komme in eine andere Schwingung, ja, ich komme überhaupt in Schwingung. Ich singe auf dem Rad, ich singe im Aufzug. Ich habe die Töne noch im Kopf, wenn ich nach Hause fahre, ich fühle mich beschwingt.“

die Krankheitssymptome erleichternd, wenn im Gespräch das Vertraute auftaucht: „Ach, das kenne ich, bei mir war es ähnlich.“

Die Lebenszeit mit Krebs und all den damit zusammenhängenden Problemen wird nicht gewertet, es ist zwar eine andere Zeit als erwartet, dennoch eine wertvolle und sie verdient, intensiv gelebt zu werden. So ist das Fazit der Teilnehmenden: „Falsche Töne gibt es nicht, es gibt nur Variationen, so vielfältig wie das Leben selbst.“

Sibylle Hummel,
Musiktherapeutin

Wann ist der Mann ein Mann?

Weniger Männer als Frauen nutzen psychoonkologische Angebote – warum?



Abbildung © Zago

Mit der Diagnose Krebs geht immer auch eine seelische Erschütterung einher. Oft ist die psychische Belastung extrem und beeinträchtigt nachhaltig die lebensbejahenden Wirkfaktoren und die Lebensqualität der Betroffenen. Hier hilft die Psychoonkologie, die sich mit den psychischen, sozialen und sozialrechtlichen Bedingungen, Folgen und Begleiterscheinungen einer Krebserkrankung befasst und unterstützende, entlastende Angebote bereithält – sei es im Rahmen therapeutischer Angebote der Klinischen Psychoonkologie oder der psychosozialen Krebsberatung (KBS). Doch signifikant mehr Frauen als Männer nehmen solche Angebote in Anspruch. Dies ist ein allgemeines Phänomen, das sich auch hier in Köln zeigt. Warum ist das so und wie verarbeiten Männer eine Krebserkrankung?

Das Thema ist (immer noch) aktuell. Beim Deutschen Krebsskongress Ende Februar 2024 stand es auf der Agenda (Interview „Gendermedizin in der Onkologie – ein bislang unterschätztes Thema?“). Doch schon im Jahr 2011 widmete sich Prof. Dr. Wolfgang Söllner, Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie Klinikum Nürnberg, dieser Fragestellung: Männer haben eine sehr funktionelle Sicht ihres Körpers und betrachten medizinische Maßnahmen eher als „Reparatur“. Sie wünschen, dass ihr Problem gelöst wird, und reagieren besser auf Interventionen, welche durch Fakten, Tests und Zahlen charakterisiert sind.

Bei der Diskussion therapeutischer Optionen mit ihren Ärzten zeigten sich Frauen mit Brustkrebs am interessiertesten und aus der Sicht der Onkologen am „anspruchlichsten“, Männer mit Prostatakarzinom hingegen am wenigsten „anspruchlich“. Das vorherrschende männliche Selbstkonzept sei immer noch stark durch folgende Charakteristika geprägt: Männer sollen stark, zäh, kraftvoll, erfolgreich und selbstgenügsam sein.

Braucht es genderspezifische Angebote?

Braucht es für eine bessere Patientenansprache mehr geschlechter- bzw. genderspezifische Angebote auch in der Psychoonkologie? Im September 2020 veröffentlichte

die Fachzeitschrift „Der Onkologe“ (Springer-Verlag) die Ergebnisse einer qualitativen Studie von Oliver Bayer über die Annahme psychosozialer Angebote von Krebsberatungsstellen (KBS), die besagen, dass Männer Krebsberatungsstellen seltener als Frauen nutzen, auch wenn sie psychisch stark belastet sind. Das Verhältnis liegt bei etwa 1 zu 2,4. Es ist bisher wenig über die Faktoren bekannt, die dazu beitragen, dass Männer KBS seltener nutzen als Frauen.

Bayers Studie ging der Frage nach, warum an Krebs erkrankte Männer und Angehörige ambulante Krebsberatung trotz psychischer Belastung oft nicht in Anspruch nehmen. Spezifisches Ziel der Studie war es, geschlechtsspezifische Barrieren der Inanspruchnahme zu identifizieren.

Ein von den teilnehmenden Männern häufig genanntes Motiv, Beratung nicht in Anspruch zu nehmen, war deren Präferenz, selbstständig mit der Belastung fertig zu werden, oder ihre Einschätzung, die Situation eigenständig bewältigen zu können.

Dabei blieb zumeist unklar, ob diese Präferenz dem oft bemühten Rollenbild „Männer müssen stark sein“, der Angst, Hilfe in Anspruch zu nehmen, oder einem Gefühl innerer Sicherheit und Selbstwirksamkeit geschuldet war.

¹Bayer et al., Epidemiologe und wissenschaftlicher Mitarbeiter (Institut für Medizinische Biometrie, Epidemiologie und Informatik; Universität Mainz): Was Männer davon abhält, ambulante Krebsberatungsstellen aufzusuchen. Eine qualitative Studie

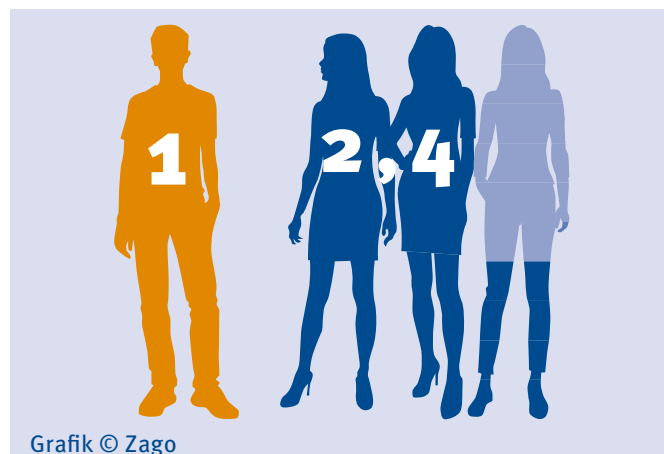
Außerdem beschrieben die Männer eine Art „Belastungsschwellenwert“, der subjektiv (noch) nicht überschritten gewesen sei, weshalb Beratung aus ihrer Sicht zu diesem Zeitpunkt nicht erforderlich war – und dies trotz einer im Screening ermittelten psychischen Belastung.

Ein weiterer Grund, Beratung nicht in Anspruch zu nehmen, war die soziale Unterstützung durch Familie, Freunde und Bekannte oder durch den behandelnden Arzt bzw. die behandelnde Ärztin. Diese Unterstützung wurde von den Männern oftmals als ausreichend empfunden.

Exklusive Angebote für Männer

Bayer und seine Ko-Autorinnen und -Autoren empfehlen in einer weiteren Veröffentlichung im Juni 2023 Krebsberatungsstellen die Umsetzung eines spezifischen Maßnahmenpakets, das für eine Interventionsstudie entwickelt wurde. Dieses Paket wurde gemeinsam mit Krebsbetroffenen, Ärztinnen und Ärzten sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern aus Krebsberatungsstellen entworfen und umfasst vier Säulen: Öffentlichkeitsarbeit, Aktivierung von Schnittstellen und Zuweisenden, strukturelle Veränderungen und mänderspezifische Aktivitäten.

Besonders wichtig sind – neben der aktiven Empfehlung durch Ärztinnen und Ärzte – auch spezifische Angebote in den Beratungsstellen, die sich besonders/exklusiv an



Männer nutzen Krebsberatungsstellen seltener als Frauen, das Verhältnis liegt bei etwa 1 zu 2,4

Männer richten. Diese Angebote setzen körperliche Aktivität oder Informationsvermittlung an erste Stelle. Krebsberatungsstellen, die das Maßnahmenpaket bereits im Rahmen der Interventionsstudie umgesetzt haben, berichten, dass auch emotionale oder schambesetzte Themen angesprochen und bearbeitet werden konnten, nachdem sich eine Vertrautheit entwickelt hatte. Die finalen Ergebnisse der wissenschaftlichen Studie stehen aus und

werden im März 2024 im Deutschen Ärzteblatt veröffentlicht (<https://doi.org/10.3238/arztebl.m2024.0005>).

Wie schon einst Herbert Grönemeyer beschrieb:

*„Männer haben’s schwer, nehmen’s leicht, /
außen hart und innen ganz weich /
Werd’n als Kind schon auf Mann geeicht /
Wann ist ein Mann ein Mann?“*



Beratung? Nein danke! Männer glauben eher, selbstständig mit der Belastung einer Krebserkrankung fertig zu werden als Frauen

Keine Frage, Gender-Medizin ist ein unterschätztes Thema. Und es scheint wichtig und richtig, dass der Mann sich auch in Fragen psychoonkologischer Hilfen richtig angesprochen fühlt. Aber: Kann man dem modernen, differenziert denkenden Mann hier nicht ein wenig mehr

Online-Männertreff

Einen guten Einstieg für Beratungs-Gesprächskreise für und mit Männern stellt der „Online-Männertreff“ dar, gefördert von der Deutschen Krebsstiftung und moderiert von Alexander Greiner, Krebsbetroffener und freier Journalist. Weitere Informationen unter www.gutgegenkopfkino.de.



die Fähigkeit zuschreiben, über Geschlechtergrenzen hinweg, sich um sein Seelenheil verantwortlich zu bemühen?

Traut Euch, Männer!

Uwe Schwarzkamp

³Wünsch A., Bayer O.: Krebsberatung: „Gut gegen Kopfkino“; Maßnahmen, die Männern den Weg in Krebsberatungsstellen ebnen – Ideen und Empfehlungen aus der Praxis (Die Onkologie, Springer-Verlag)

Chronische lymphatische Leukämie im Frühstadium

LL12-Studie der Deutschen CLL-Studiengruppe untersucht mögliche Vorteile der Behandlung mit Ibrutinib im Vergleich zu Placebo

In einer randomisierten, doppelblinden, Placebo-kontrollierten Phase-3-Studie mit 515 unbehandelten Patientinnen und Patienten mit CLL im Binet-Stadium A (CLL12-Studie) untersucht die Deutsche CLL-Studiengruppe an der Uniklinik Köln Wirksamkeit und Sicherheit des zielgerichteten Medikaments Ibrutinib. Das Ergebnis: Auch in der Ära der zielgerichteten Therapien bleibt der Ansatz des „Beobachtens und Abwartens“ Standard.

Historische Studien unterstützten den Ansatz des „Beobachtens und Abwartens“, d. h. der Verzögerung des Behandlungsbeginns bei CLL-Patienten im Frühstadium, da ein Überlebensvorteil durch chemotherapeutische Maßnahmen nicht nachgewiesen werden konnte. Vor diesem Hintergrund befasst sich die CLL12-Studie nun mit der Frage, ob das zielgerichtete Medikament Ibrutinib einen Behandlungsvorteil hat.

Die CLL12-Studie ist die erste Phase-3-Studie, die speziell darauf ausgerichtet ist, die Wirksamkeit und Sicherheit des zielgerichteten Medikaments Ibrutinib bei Patienten mit CLL im Frühstadium und Hochrisikomerkmale zu untersuchen. Die Ergebnisse der Studie wurden beim Europäischen Hämatologie-Kongress (EHA) im Juni 2023 in Frankfurt von Dr. Petra Langerbeins vorgestellt. Obwohl der primäre Endpunkt, das ereignisfreie Überleben, erreicht wurde, konnte die Studie keine Verlängerung des Überlebens durch die Ibrutinib-Intervention nachweisen.

Beim jährlichen amerikanischen Hämatologentreffen (ASH) im Dezember 2023 in San Diego wurde eine

ergänzende, detaillierte Analyse der genetischen Untergruppen präsentiert¹.

Dazu wurden zu Beginn der Studie bei allen 515 Patienten genetische Marker im Blut analysiert. Verschiedene genetische Veränderungen wurden untersucht, darunter genomische Aberrationen mittels FISH-Methode, der IGHV-Mutationsstatus durch Sequenzierung mit 98 % Homologie und Genmutationen mittels gezielter Next-Generation-Sequenzierung für bestimmte Gene.

Während der Nachbeobachtungszeit von fast 70 Monaten traten 166 Ereignisse für ereignisfreies Überleben (Fortschreiten der Erkrankung, Beginn einer Therapie oder Tod) und 32 Todesfälle auf. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Ibrutinib das Gesamtüberleben auch für bestimmte genetische Untergruppen nicht verlängert. Die Ergebnisse haben weitreichende Auswirkungen auf die klinische Praxis: In der Ära neuer, zielgerichteter CLL-Therapie bleibt der Ansatz des „Beobachtens und Abwartens“ weiterhin die Standardbehandlung. Die Ergebnisse der CLL12-Studie zeigen, dass selbst bei Patientinnen und Patienten mit Hochrisiko-CLL eine vorzeitige Ibrutinib-Behandlung das Gesamtüberleben nicht verlängert. Die Erstlinienbehandlung sollte so lange hinausgezögert werden, bis Krankheitssymptome oder Zeichen eines Knochenmarksversagens (Anämie oder Thrombopenie) auftreten.

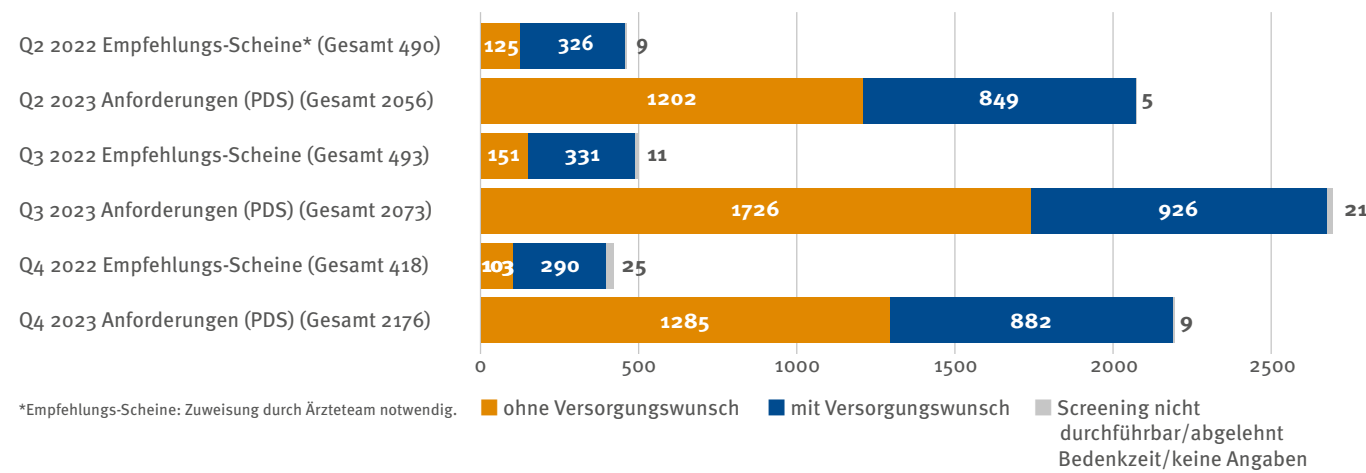
Dr. Petra Langerbeins,

Deutsche CLL-Studiengruppe (DCLLSG), Uniklinik Köln

¹Riecke A, Tausch E, Yosifov DY, Schneider C, Robrecht S, Giza A, Müller L, Vehling-Kaiser U, Eckart MJ, Freier W, Schöttker B, Gaska T, Reiser M, Fink AM, Eichhorst BF, Fischer K, Hallek M, Langerbeins P, Stilgenbauer S: Genetic markers and ibrutinib vs placebo treatment in early stage chronic lymphocytic leukemia -results from the GCLLSG CLL12 trial; Abstract 199, ASH 2023

Klinische Psychoonkologie auf dem Deutschen Krebss-kongress in Berlin

Im Februar 2024 hat das Leitungsteam der Klinischen Psychoonkologie (Christiana Muth, Leitung; Daniela Breitschuh, Stellvertretende Leitung) die klinikübergreifende Einführung des „Distress-Screening Psychoonkologie“ auf dem Deutschen Krebsskongress vorgestellt. Im Rahmen einer Poster-Präsentation referierte Daniela Breitschuh über die interdisziplinäre Prozessleistung der gelungenen Implementierung und präsentierte erste erfolgversprechende Screening-Kennzahlen.



Hintergrund für die Umstrukturierung der psychoonkologischen Versorgungslandschaft im Onkologischen Zentrum des CIO Köln sind veränderte Zertifizierungsrichtlinien der Deutschen Krebsgesellschaft (DKG). Diese sehen vor, dass 65 % der onkologischen Patientinnen und Patienten ein Screening zur psychischen Belastung (Distress-Screening, s. Kasten) im Rahmen ihrer Krebserkrankung erhalten. Eine zertifizierungsrelevante und zugleich ambitionierte Vorgabe der DKG, die die Psychoonkologie (PO) der Uniklinik Köln Anfang 2023 vor große Herausforderungen gestellt hat. Ziel war die Etablierung einer flächendeckenden, niedrigschwelligen sowie bedarfsorientierten Versorgungsstruktur, die den Zugang zu einer angemessenen psychosozialen und psychoonkologischen Unterstützung im ambulanten wie stationären Bereich für die Patientinnen und Patienten sicherstellt.

Wie aber kann es gelingen, in nur kurzer Zeit eine effiziente und tragfähige psychoonkologische Versorgungsstruktur im CIO Köln mit 20 onkologischen Zentren zu etablieren? **Die Antwort ist bis heute: interdisziplinäre Zusammenarbeit auf Augenhöhe.** Dem Team der Psychoonkologie ist es gelungen, für die Entwicklung der neuen PO-Versorgungsstruktur ein interdisziplinäres Team aus psychoonkologischen, pflegerischen, ärztlichen und administrativen Kolleginnen und Kollegen zusammenzustellen¹. Zentrales Kennzeichen der Kooperation war und ist die von Beginn an partizipative Prozessgestaltung unter Einbezug aller Hierarchieebenen. Dabei ist der onkologi-

schen Fachpflege und dem Pfllegeteam der Uniklinik ein großer Dank auszusprechen, ohne die das flächendeckende Distress-Screening nicht umsetzbar wäre.

Konkret wurde ein hybrides Distress-Screening-System mit folgenden Neuerungen etabliert:

- Das psychoonkologische Distress-Screening wird durch den Pflegedienst / Medizinische Fachangestellte unmittelbar nach Aufnahme durchgeführt
- Die Versorgungsanforderung Psychoonkologie kann schnell und unkompliziert über das zentrale Krankenhausinformationssystem (KIS) gestellt werden

Was ist das psychoonkologische Distress-Screening?

Das psychoonkologische Distress-Screening ist ein Prozess, bei dem onkologische Patientinnen und Patienten zu ihrer psychischen Belastung (Distress) befragt werden. Distress meint in dem Kontext u. a. emotionale, psychosoziale, spirituelle, aber auch ganz praktische Herausforderungen, die mit einer Krebsdiagnose verbunden sein können. Das Screening soll sicherstellen, dass die Belastungen der Patientinnen und Patienten frühzeitig erkannt und bedarfsgerechte Unterstützung und Interventionen niedrigschwellig angeboten werden können. Das Distress-Screening erfolgt an der Uniklinik Köln mit Hilfe eines standardisierten Fragebogens (Distress-Thermometer), der von den Betroffenen ausgefüllt wird. Dieser Fragebogen zusammen mit der Erhebung des individualisierten Versorgungswunsches identifiziert den Versorgungsbedarf und bahnt damit den Weg in die psychoonkologische Unterstützung und Begleitung: Wir wollen die Patientinnen und Patienten über das psychoonkologische Versorgungsangebot informieren und sicherstellen, dass **ihre Bedürfnisse erfasst und behandelt werden**. Ziel der Versorgung ist die **Verbesserung der Lebensqualität** sowie die **Stärkung der Ressourcen und Bewältigungsfertigkeiten im Behandlungsalltag**.

¹ Daniela Breitschuh, Johannes Bösch, Barbara Strohbücker, Steffen Krebs, Scarlett Berressem, Vera Schiewer, Christian Albus, Christiana Muth



Daniela Breitschuh



Christiana Muth

- Die Pflegenden haben erstmals selbstständig die Möglichkeit, eine „Versorgungsanforderung Psychoonkologie“ zu stellen
- Alle Befragungsergebnisse werden in KIS erfasst und erlauben darüber eine optimale, fortlaufende Evaluation der Zertifizierungskennzahlen

Die quantitativen Zahlen bestätigen den Erfolg des neuen psychoonkologischen Distress-Screening-Prozesses am CIO Köln. Insgesamt konnten die Screening-Quoten fast verdreifacht werden und zwei Drittel der onkologischen Zentren erreichen bereits die 65-Prozent-Marke. Die ausgezeichnete interdisziplinäre Zusammenarbeit hat die Etablierung einer innovativen PO-Versorgungsstruktur am CIO Köln nachhaltig möglich gemacht. Es ist uns gelungen, das Motto des Deutschen Krebskongresses ‚Fortschritt gemeinsam gestalten‘ kreativ im Alltag zu leben.

Die nächsten Herausforderungen sehen wir in der Umsetzung der Digitalisierung der Distress-Screening-Pro-

Fünf Jahre Krebsberatungsstelle Köln

Das wichtige Angebot an acht Standorten ist nicht mehr wegzudenken

Nach fünf Jahren ist die Krebsberatungsstelle Köln ordentlich gewachsen und in der Region zu einer unverzichtbaren Unterstützung für Menschen mit einer Krebserkrankung und deren Angehörige geworden. Zeit für einen Rückblick und ein Gespräch mit der Leiterin der Krebsberatungsstelle Renate Küster sowie Beraterin Gülseren Yazaydin über die Arbeit einer KBS und wer dort Hilfe finden kann.

Es ist Dienstagmorgen. Für das Team der Krebsberatungsstelle Köln (KBS) bedeutet das immer: Teambesprechung. Heute reichen gewöhnlich eineinhalb bis zwei Stunden aus. Vor fünf Jahren nahm sich das Team fast noch den gesamten Dienstag Zeit. Das war wichtig, um den notwendigen Aufbau der KBS Köln zu meistern und zu sichern. „Wir sind damals mit der Vision einer großen Beratungsstelle in Köln gestartet, die alle Qualitätskriterien der S3-Leitlinie erfüllen sollte“, erzählt Renate Küster, Leiterin der KBS Köln, rückblickend. „Mit der Idee eines Teams, das von einem gemeinsamen Geist geprägt ist und das notwendige Fachwissen anbieten kann.“ Das hat sich ausgezahlt: Seit der Gründung der Krebsberatungsstelle

zesse und in der Anstrengung, die psychoonkologische Versorgung im Krankenhausalltag in die Regelversorgung und damit Regelfinanzierung zu bringen. Denn nur so können wir langfristig dem steigenden psychoonkologischen Versorgungsbedarf der Patientinnen und Patienten Rechnung tragen.

Daniela Breitschuh und Christiana Muth,
Klinische Psychoonkologie, Klinik I für Innere Medizin

Beitrittserklärung

LebensWert e.V. an der Uniklinik Köln
CIO-Gebäude (70)
Kerpener Str. 62
50937 Köln

LebensWert^{eV}
Psychoonkologie – Leben mit Krebs

Köln im Jahr 2019 hat sich viel getan. Anfangs noch mit begrenzten Ressourcen und einem kleinen Team von vier Beraterinnen, ist die KBS Köln heute zu einer festen Anlaufstelle für Menschen mit Krebs und deren Angehörige geworden – und ist als zweitgrößte Krebsberatungsstelle in Nordrhein-Westfalen nicht mehr wegzudenken.

Eigentlich gab es bereits ein Beratungsangebot, das seit 2014 für Krebspatientinnen und -patienten und ihre Familien beim Verein LebensWert, Träger der KBS Köln, bestand. Die Finanzierung erfolgte damals aber hauptsächlich durch Spenden und die Unterstützung des Landes und war aufgrund begrenzter Mittel nur in kleinerem

Umfang mit 10 Stunden pro Woche verfügbar. Dennoch bildete dieses Angebot eine solide Basis für die heutige Entwicklung der KBS Köln.

Dank der Finanzierung durch die Stadt, das Land NRW, die GKV und die PKV wurde es möglich, die Krebsberatungsstelle Köln kontinuierlich auszubauen und somit noch mehr Menschen Beratung und Unterstützung anzubieten.

Im Jahr 2019 startete die KBS Köln mit einem Hauptstandort am Interimsquartier des evangelischen Krankenhauses Weyertal und drei Außenstellen sowie einem Team von vier Beratungsfachkräften in Teilzeit. Heute bietet das inzwischen 13-köpfige Team der Beratungsstelle Beratung und Unterstützung an insgesamt acht Standorten verteilt in Köln an (s. Abb.).

Die Beratungsstelle mit der Hauptstelle im 6. Stock des CIO-Gebäudes auf dem Gelände der Uniklinik Köln ermöglicht eine flächendeckende Beratung in Köln und Umgebung und bietet den Ratsuchenden eine hohe Flexibilität. Die positive Resonanz und die steigende Nachfrage bestätigen die Bedeutung und den Erfolg der Arbeit.

Frau Küster, wer kann in die Beratungsstelle kommen?

Renate Küster: Es können alle, die von Krebs betroffen sind, und deren Angehörige kommen. Neben den Patientinnen und Patienten sind dies häufig Ehepartner, erwachsene Kinder, Eltern oder Geschwister von Erkrankten. Freunde oder Arbeitskollegen fragen auch nach. Einmal meldete sich eine Erzieherin, die Unterstützung für ihr Team im Umgang mit einem krebserkrankten Kind aus ihrer Gruppe wünschte. Ein größeres Unternehmen wünschte sich eine Vorstellung unseres Angebotes für Mitarbeitende, da in den letzten Jahren mehrere Kollegen an Krebs erkrankt waren. Eine Krebserkrankung hat weitreichende Auswirkungen und betrifft oft das gesamte soziale Umfeld.

Das bedeutet, ich kann auch meine Frau oder meinen Mann mitbringen? Können wir auch als Paar beraten werden?

Renate Küster: Auf jeden Fall. Eine Krebserkrankung kann eine große Herausforderung für Paare darstellen. Es kann unterschiedliche Umgangsweisen mit der Erkrankung geben. Der veränderte Alltag muss bewältigt werden. Häufig fällt es Paaren schwer, in dieser Zeit offen miteinander zu sprechen, da sie sich gegenseitig nicht belasten wollen. Wir können Paare dabei unterstützen, miteinander ins Gespräch zu kommen und gegebenenfalls einen gemeinsamen Umgang zu entwickeln, der ein Verständnis für ihre Unterschiede ermöglicht. Es besteht auch die Möglichkeit, Einzelgespräche zu führen.

Darf ich also auch als Angehöriger allein kommen?

Renate Küster: Ja. Wenn ein nahestehender Mensch an Krebs erkrankt, sind die Belastungen für die Familie und Freunde oft groß. Eigene Bedürfnisse und Grenzen wer-

Liebe Leserin, lieber Leser,

für ihre Unterstützung bedanke ich mich ganz herzlich bei allen Spendern! Ohne diese Unterstützung wäre unsere Arbeit in dieser Form nicht vorstellbar. Damit wir auch in Zukunft den Verein und unsere Arbeit finanzieren können, bitte ich Sie, auch weiterhin diese wichtige psychosoziale Arbeit für onkologische Patienten mitzutragen. Ob Sie dem Verein beitreten (jährlicher Mindestbetrag 25,- Euro), oder eine einmalige Spende geben – jeder Beitrag ist herzlich willkommen!

Unsere Bankverbindung lautet:

IBAN: DE16 3705 0198 0027 0421 75

BIC: COLSDE33

Sparkasse KölnBonn

Als gemeinnützig anerkannter Verein sind wir befugt, Spendenquittungen auszustellen. Sollten Sie bereits Mitglied sein, empfehlen Sie uns bitte weiter, denn: Krebs kann jeden treffen. Wir helfen heilen – helfen Sie mit?!

Herzlichst
Ihr Uwe Schwarzkamp
LebensWert e. V.

den häufig komplett zurückgestellt und ignoriert. Wird der Angehörige gestärkt, hilft dies auch dem Erkrankten.

Worüber kann ich in der Beratung sprechen?

Gülseren Yazaydin: Über alles, was Sie im Zusammenhang mit der Erkrankung aktuell beschäftigt und belastet: Sorgen, Ängste, Unsicherheiten, aber auch konkrete Fragen zu Rehabilitationsverfahren, Schwerbehinderung oder Ähnliches. Krebsbetroffene und ihre Angehörigen erleben vor allem zu Beginn einen Ausnahmezustand, geprägt von Arztbesuchen, Klinikaufenthalten und Therapieterminen. Da kann es sehr hilfreich sein, Gefühle und Gedanken zu sortieren. Oft hat allein dies eine stabilisierende Wirkung. Eine Krebserkrankung beeinflusst alle Lebensbereiche. Die Themenvielfalt reicht von der Bewältigung der Erkrankung und Behandlung über die Anpassung an den veränderten Alltag, Rollenverlust, Zukunftsängste bis hin zu finanziellen Sorgen. In der Beratung unterscheiden wir zwischen psychologischen und sozialberaterischen Themen. Sollte es sich zeigen, dass eine andere Beratungsstelle besser geeignet ist, unterstützen wir bei einer Vermittlung. Was wir jedoch nicht leisten, sind medizinische Beratung oder Psychotherapie.

Was ist denn der Unterschied zwischen Beratung und Therapie?

Gülseren Yazaydin: Diese Frage ist einfach und gleichzeitig komplex. Ich versuche es pragmatisch zu erklären: Für eine Psychotherapie ist eine Diagnose erforderlich, die in der Regel im Rahmen einer Psychotherapie behandelt wird und von der Krankenkasse genehmigt werden muss. Oft handelt es sich um Themen, die die Betroffenen schon lange belasten, wie Angststörungen oder Depressi-

onen, die durch die Erkrankung möglicherweise verstärkt werden. Eine Krebserkrankung stellt eine akute Krise dar, die aufgrund eines realen Ereignisses entsteht und nicht immer einer therapeutischen Begleitung bedarf. Ich bin oft überrascht, wie gut Betroffene auch mit Unter-



Das KBS-Team 2019 mit dem damaligem Geschäftsführer Uwe Schwarzkamp ...

stützung von Familie, Freunden und dem sozialen Umfeld durch diese schweren Zeiten kommen. Belastende Gefühle, Ohnmacht und Hilflosigkeit sind nicht ungewöhnlich. Durch Zuhören und Beratung können Ratsuchende wieder einen guten Zugang zu den eigenen Ressourcen finden, sich notwendige Auszeiten von der Krankheit erlauben und diese gestalten. Die eigenen Gefühle besser zu verstehen und einordnen zu können, kann als beruhigend und hilfreich erlebt werden.

Ich weiß nicht, wie ich die Erkrankung meinen Kindern erklären soll. Können sie auch mit in die Beratung kommen?

HELFEN SIE MIT!

Beitrittserklärung

Ich erkläre meinen Beitritt zum Verein LebensWert.

Name

Vorname

Beruf

Geburtsdatum

Straße, PLZ

Tel.

E-Mail

Ich erkläre mich damit einverstanden, Informationen von LebensWert zu erhalten (bspw. Newsletter). Ihre Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Weitere Informationen: www.vereinlebenswert.de/datenschutz/

Ich zahle einen Jahresbeitrag von Euro
Mindestbeitrag 25 Euro

Ort, Datum

Unterschrift
(unbedingt erforderlich)

SEPA-Lastschrift-Mandat

Gläubiger-Identifikationsnummer DE71ZZZ00000567499
Mandatsreferenz-Nr. (entspricht Ihrer Mitgliedsnummer, wird separat mitgeteilt)

Name, Vorname

Straße, PLZ

Kreditinstitut

IBAN

BIC

Ich ermächtige den Verein LebensWert e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Verein LebensWert e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Wir ziehen Ihren Mitgliedsbeitrag jährlich einmalig am 1. April ein. Ihr erster Mitgliedsbeitrag erfolgt zu diesem Termin. Fällt dieser nicht auf einen Bankarbeitstag, erfolgt der Einzug am unmittelbar darauf folgenden Bankarbeitstag. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Zahlungsart: Wiederkehrende Zahlung

Ort, Datum

Unterschrift des Kontoinhabers
(unbedingt erforderlich)

Renate Küster: Der erste elterliche Reflex ist oft, das Kind zu schützen, möglichst lange nichts zu sagen. Kinder haben aber sehr feine Antennen und spüren sofort, dass etwas nicht stimmt. Schweigen ist daher keine gute Option. Im gemeinsamen Gespräch können wir die Situation genauer beleuchten. Wenn zusätzlich der Bedarf besteht, dass auch Kinder Unterstützung erhalten sollen, können wir oft einen Kontakt zu Kinder- und Jugendtherapeutinnen und -therapeuten herstellen, die mit uns auf der 6. Etage arbeiten. Für Patientinnen und Patienten der Uniklinik gibt es dort das Projekt „Kinder krebskranker Eltern“ (KKE). Wir selbst arbeiten nicht mit minderjährigen Kindern.



... und 2023 (eine Beraterin in Elternzeit)

Meine Behandlung ist eigentlich abgeschlossen. Darf ich trotzdem noch kommen?

Gülseren Yazaydin: Sie dürfen grundsätzlich zu jedem Zeitpunkt und mit jedem Thema zu Ihrer Krebserkrankung kommen. Der erste Schritt ist manchmal schwer, aber wenn es um Krebs geht, gibt es NICHTS, was zu klein, zu groß, unpassend, peinlich oder gar unwichtig wäre. In der Beratungsstelle haben wir ein offenes Ohr. Wir hören zu, helfen zu sortieren und sich zu orientieren.

Muss ich etwas mitbringen?

Gülseren Yazaydin: Im Grunde nicht. Es sei denn, es ergibt sich schon direkt im Erstkontakt mit unserer Assistentin, dass zum Beispiel konkrete Unterstützung bei einer Antragstellung benötigt wird. Dann informiert unsere Assistentin darüber, welche Unterlagen erforderlich sind.

Muss ich etwas für die Beratung bezahlen?

Gülseren Yazaydin: Nein, wir beraten kostenlos, vertraulich und unabhängig.

Und wer würde mich dann beraten? Wer sind die Beraterinnen und Berater?

Renate Küster: Wir sind ein interdisziplinäres Team aus Psychologen, Sozialarbeitern und Sozialpädagogen. Alle haben eine psychoonkologische Weiterbildung oder schließen diese gerade ab.

Wie lange darf ich die Beratung in Anspruch nehmen?

Gülseren Yazaydin: Ich würde jetzt mal pauschal sagen: Solange sie benötigt wird. Wir besprechen die Dauer oder auch den Abstand der Sitzungen aber in der Regel gemeinsam mit den Ratsuchenden. Manchmal sind zeitnahe Termine sinnvoll, manchmal größere Abstände. Das ist sehr themen- und personenabhängig. Manche Ratsuchende kommen ein- bis zweimal und sind dann ausreichend versorgt und melden sich dann vielleicht nach ein bis zwei Jahren wieder – oder auch nicht. Andere sind regelmäßig über ein, manchmal bis zwei Jahre im Beratungsprozess.

Gibt es neben der Beratung noch andere Angebote in der KBS Köln?

Gülseren Yazaydin: Ja. Jedes Jahr bieten wir in Zusammenarbeit mit verschiedenen Dozenten kostenlose Gruppenangebote an, darunter Yoga Nidra, Qigong, Kunsttherapie, einen Männerworkshop, einen Gesprächskreis für Krebspatientinnen, Hautpflege- und Ernährungsberatung. Besonders freuen wir uns über die neuen Gruppenangebote für Angehörige. Seit dem letzten Jahr gibt es einen Workshop „Atemtherapie“ und einen Gesprächskreis für Angehörige, der von zwei Beraterinnen der KBS Köln begleitet wird. Er findet auch in diesem Jahr wieder zweimal statt.

Wer finanziert denn diese ganzen Angebote?

Renate Küster: Die Gruppenangebote werden überwiegend über Spenden an die KBS Köln finanziert.

So erreichen Sie die KBS Köln:

Uta Windmann (Assistenz)
Mo–Do: 9–16 Uhr, Fr: 9–13 Uhr
Tel.: 0221 – 47 89 71 84

E-Mail: info@lebenswert-krebsberatung.de
Webseite: www.vereinlebenswert.de/krebsberatungsstelle-koeln

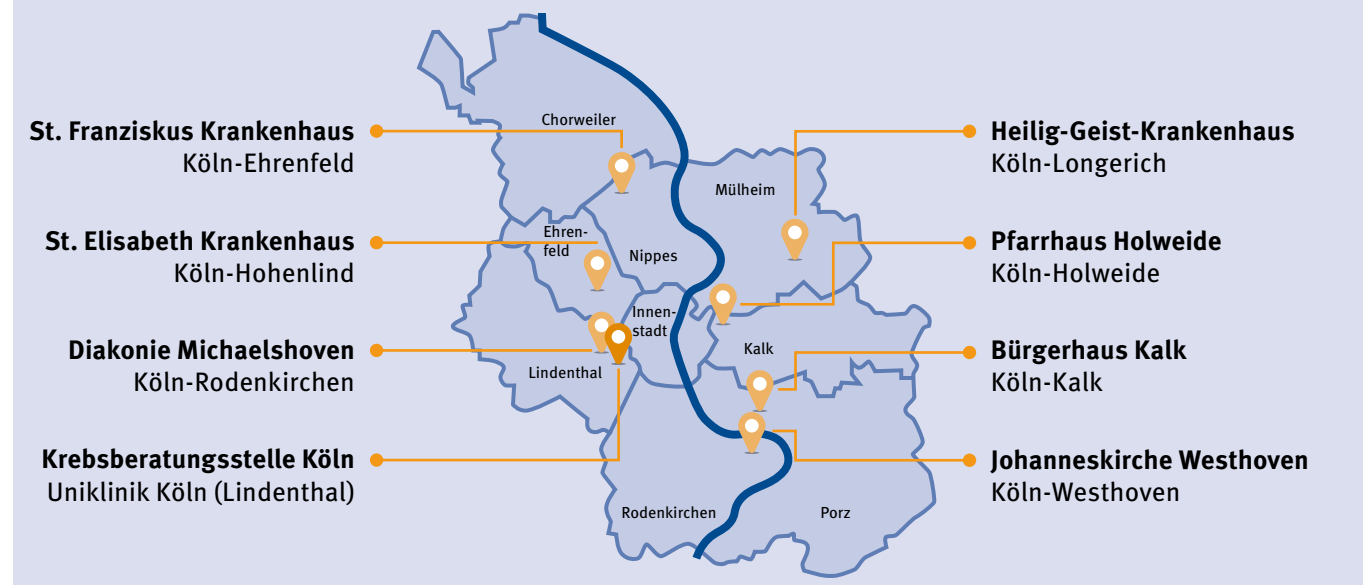
Wo bekomme ich mehr Informationen und wie kann ich die KBS Köln kontaktieren?

Renate Küster: Auf der Website des Vereins LebensWert finden Sie weitere Informationen. Sie können sich aber gerne auch persönlich, telefonisch oder per E-Mail direkt bei uns melden.

Dauert es lange, bis ich einen Termin bekomme?

Gülseren Yazaydin: In der Regel können wir innerhalb von 10 Tagen einen Termin anbieten, wenn es brennt, geht es auch schneller. Die Beratungen können neben der persönlichen Beratung auch als Telefon- oder Videoberatung in Anspruch genommen werden.

Die acht Beratungsstellen der KBS Köln



Und die letzte Frage: Wie kann man Ihre Arbeit unterstützen?

Renate Küster: Sie können uns mit Spenden oder einer Mitgliedschaft im Verein LebensWert unterstützen. Auch

ehrenamtliche Tätigkeiten sind bei uns möglich. Melden Sie sich gerne!

Das Interview führte Felicia Rothstein, Psychologie-Studentin an der Universität Münster und zurzeit Praktikantin in der KBS Köln

Ehrenamtler Heribert Resch verstorben

Unsere aufrichtige Anteilnahme

Heribert Resch ist am 5. März im Alter von 85 Jahren verstorben. Er war seit über 20 Jahren für unseren Verein LebensWert in unterschiedlichster Weise ehrenamtlich tätig, zuletzt half er zusammen mit seiner Frau Christa und anderen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mit-

arbeitern regelmäßig bei der Konfektionierung unserer Mitgliederpost. Heribert Resch war darüber hinaus in weiteren Funktionen ehrenamtlich engagiert, u. a. war er viele Jahre Vorstandsvorsitzender im Verein des Lindenthaler Tierparks, der mit Spendenaktionen nicht zuletzt auch LebensWert unterstützte.



Foto © Stefan Resch

Heribert Resch

Wir haben ihn als stets freundlichen und engagierten Mann kennengelernt, dem die Pflege des gesellschaftlichen Miteinanders ein Anliegen war. So war es sein Wille, zu seinem Tod und seiner Bestattung einen Spendenaufruf für LebensWert zu realisieren und spendete sozusagen posthum dem Verein nochmal über 6.000 Euro.

Wir sind Heribert Resch zu großem Dank verpflichtet und werden sein Andenken in Ehren halten. Wir danken auch der Familie Resch und wünschen ihr und insbesondere Christa Resch Trost und Zuversicht.

Menschen bei LebensWert

Was macht eigentlich der Chorleiter? Nachgefragt bei Jong-Cheol Park

Was genau machen die Therapeutinnen und Therapeuten? Wer kümmert sich um Mitgliederverwaltung, Spendengewinnung oder Veranstaltungsorganisation und so vieles mehr, was LebensWert ausmacht? Wir stellen Menschen in unserem Verein vor und geben einen Einblick in deren Arbeit. Dieses Mal: Jong-Cheol Park, der den LebensWert-Chor leitet.

Jong-Cheol Park ist Diplom-Opernsänger mit einem Engagement an der Kölner Oper. Geboren in Seoul, begann er ein Musikstudium in Südkorea. Sein Interesse und das Kennenlernen-Wollen der hiesigen Kultur, Mentalität und Geschichte zogen ihn an den Rhein, wo er 1992 in Köln sein Studium abschloss. Aber es gab in Europa viel zu entdecken und zu lernen, so dass sich für ihn als wissbegierigen jungen Mann die Studienzeit mit verschiedenen Engagements in verschiedenen Opern im Chor und als Solist verlängerte. „Schubert“ lautete sein Nick-Name, weil er aus lauter Liebe zur Musik, insbesondere zu den Deutschen Kunstliedern, die Grabstätten von Schubert, Schumann und Strauss in Wien besuchen musste. Köln ist für Park eine Heimat geworden. Über 30 Jahre lebt er in der Domstadt, die er gerne als besonders bezeichnet: tolerant und offen und angenehm. Im Jahr 2002 hat ihn der damalige LebensWert-Musiktherapeut und Opernkollege Norbert Hermanns gefragt, ob er ihn unterstützen könne – weniger als Therapeut, eher als Stimmbildner. Kein Thema für Jong-Cheol Park: Gesagt, getan, zwei Mal aushelfen, gerne. Doch er überraschte sich selber, denn die Stimmbildungsübungen, in erster Linie Übungen zur Atemvertiefung wie in der Ge-



Foto © LebensWert

Jong-Cheol Park liebt die Musik und seine Arbeit mit den Patientinnen und Patienten

sangsausbildung, führten dazu, dass die Patientinnen und Patienten starke Stimmen entwickelten und damit einhergehend ein ausgeprägtes Wohlgefühl entwickelten und über einen Zuwachs an Energie berichteten. „Dieser direkte Effekt hat mich überrascht und sehr positiv berührt. Denn daraus entstand auch für mich ein Mehrwert: Menschen eine Freude und ein musikalisches Wohlgefühl zu vermitteln“, so Park. Norbert Hermanns schickte weitere Patienten und als sich eine stabile Gruppe von acht Patientinnen und Patienten herausbildete, entstand die Idee eines Chores, die dann auch zeitnah umgesetzt und ausgebaut wurde und bis heute Bestand hat. Jeden Montag ab 16.30 Uhr gibt es Chorproben und vorher, falls gewünscht, Einzelstimmübung.

„Musik ist mein Leben und der beschriebene Mehrwert trägt unverändert noch heute“, so Park weiter. Das Ziel der Chorarbeit ist die gemeinsame Freude beim Singen, eine tiefe Freude, die erarbeitet werden muss durch das



Foto © Ulla Nerger

Geprobt wird natürlich auch für den Auftritt bei der jährlichen LebensWert-Weihnachtsgala

richtige Atmen, das Lernen des Haltens von Tönen und etwas Disziplin. Dadurch wird der Chor zum Chor, dadurch entsteht Freude am gemeinsamen Klang. Der Chor probt nicht nur für Auftritte beim Sommerfest oder der Weihnachtsgala. „Das auch, aber primär singen wir für das gemeinsame Gefühl der Freude, die möglichst nachhaltig stärken soll.“ Mittlerweile hat sich der Chor auch außerhalb der Probenzeiten zu einer starken Gemeinschaft entwickelt, deren Mitglieder sich gegenseitig helfen und unterstützen.

Uwe Schwarzkamp

Neue Sängerinnen und Sänger gesucht

Durch Corona ist die Chor-Gruppe etwas kleiner geworden, im Schnitt sind es 12 Personen, 20 Personen wären optimal. Daher sind neue Sängerinnen und vor allem auch Sänger (Tenor, Bass) jederzeit willkommen!

Geprobt wird montags ab 16:30 Uhr bei LebensWert im CIO-Gebäude der Uniklinik, 6. Stock.

Interessierte wenden sich bitte an Musiktherapeutin Sibylle Hummel sibylle.hummel@uk-koeln.de.

Unterstützung bei Sprachlosigkeit

Projekt erfolgreich abgeschlossen: Der „Kölner Fragebogen zur Sprachlosigkeit“ (KFS) ist nun fertiggestellt und wird demnächst beim Springer Verlag veröffentlicht

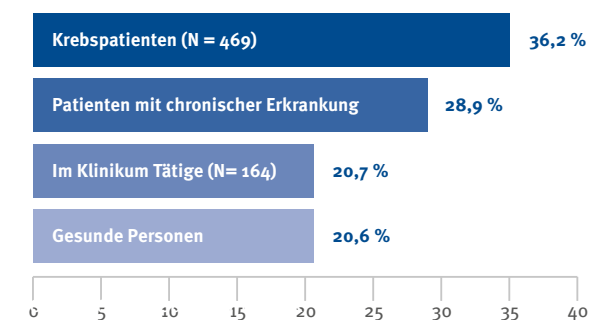
Vor mittlerweile drei Jahren begann an der Klinik I für Innere Medizin der Uniklinik Köln das Forschungsprojekt „Gefangen in Sprachlosigkeit“ (Journal 2/20), das dankenswerterweise durch die Barbara- und Wilfried-Mohr-Stiftung gefördert wurde. So konnte sich die Arbeitsgruppe „Psychoonkologische Versorgungsforschung“ des Bereichs Klinische Psychoonkologie der Klinik I für Innere Medizin in mehreren Projekten intensiv mit den vielfältigen Facetten befassen, die Sprachlosigkeit einnehmen kann (Journal 2/23).

Sprachlosigkeit kann Ausdruck einer psychischen Störung wie der Alexithymie sein, bei der die Betroffenen ihre Gefühle nur schwer wahrnehmen und äußern können. Sie kann eine emotionale Sprachlosigkeit sein, die in Folge der emotionalen Belastungen bei einer Krebserkrankung oder anderen schweren Lebensereignissen auftritt. Manche Formen der Sprachlosigkeit sind nicht kontrollierbar (non-intentionale Sprachlosigkeit), andere werden bewusst eingesetzt (intentionale Sprachlosigkeit). Unsere Kolleginnen und Kollegen um Vera Schiewer und Dr. Thilo Dietz haben mit dem Thema der Sprachlosigkeit ein neues Forschungsgebiet eröffnet und erste Ergebnisse dazu veröffentlicht. Im Rahmen der Projekte der Arbeitsgruppe wurden 469 Krebspatientinnen und -patienten, 509 chronisch kranke Personen, 812 gesunde Personen und 164 an der Uniklinik Köln tätige Personen befragt. Zur emotionalen Sprachlosigkeit haben wir die Frage untersucht, wie viele der von uns befragten Personen es schwer haben, ihre Gefühle wahrzunehmen, emotional unsicher sind oder ihre Gefühle nicht beschreiben können und daher oftmals nicht sprechen beziehungsweise schweigen.

Das Bild war überraschend eindeutig: Während sich etwa ein Fünftel der gesunden (20,6 %) und im Klinikum tätigen Personen (20,7 %) als emotional sprachlos bezeichnet, unterschied sich deren Häufigkeit sehr von Personen mit einer chronischen Erkrankung (28,9 %) als auch von an Krebs erkrankten Personen (35,2 %; s. Abb.)

Wir gehen davon aus, dass die hoch ausgeprägte emotionale Sprachlosigkeit bei chronisch und krebserkrankten Personen auf zwei Faktoren zurückzuführen ist: Zum einen sind die Krebserkrankung, die Behandlung und ihre Nebenwirkungen nur schwer emotional einzuordnen und sprachlich zu beschreiben, vor allem, wenn der Wechsel von gesund zu krank so plötzlich auftritt und die Behandlung komplex und schwer zu verstehen ist. Es müssen zudem so viele Dinge im Umgang mit der Erkrankung und ihrer Therapie völlig neu verarbeitet und gelernt werden, dass man nicht zu allem eine gleiche klare Meinung hat und daher weniger spricht

Emotionale Sprachlosigkeit



Prozentualer Anteil an Personen mit hoch ausgeprägter emotionaler Sprachlosigkeit

als gewöhnlich. Zum anderen aber scheinen die Tumorerkrankung selbst und die Nebenwirkungen der Medikamente als eine Folge zu Veränderungen im körperlichen Empfinden und in der Stimmungslage zu führen. Zunehmend wird gefragt, ob neben Übelkeit, Fieber, Haarverlust oder Müdigkeit auch Angst und Depression Folgen der Krebserkrankung und Krebstherapie sein können, wie es verschiedene Forscher diskutieren. Menschen mit Krebs müssen mit dem psychischen Stress fertig werden, der gewissermaßen von außen auf sie einwirkt, und dem psychischen Stress, den ihr körperliches Befinden bedingt. Werden sie durch die äußeren und inneren Einflüsse überfordert, können sie ihre Gefühle nicht länger steuern, ziehen sich zurück, unterdrücken ihre Gefühlsäußerungen und schweigen. Mit dem Kölner Fragebogen zur Sprachlosigkeit (KFS) versuchen wir, bereits die ersten Anzeichen in dem emotionalen Rückzugsverhalten von Krebspatienten möglichst frühzeitig zu erkennen und gezielte Hilfe anzubieten, damit eine weiterführende psychoonkologische Unterstützung differenzierter ansetzen kann. Wir freuen uns sehr über die Möglichkeit der Veröffentlichung im Springer-Verlag und hoffen auf breites Interesse der psychoonkologischen Versorger.

Michael Kusch,
Psychoonkologische Versorgungsforschung,
Klinik I für Innere Medizin, Uniklinik Köln

¹Signifikanzen zu Gruppenunterschieden im KFS-E: (1) Gesunde Personen vs. im Klinikum Tätige, $p = 0,962$. (2) Gesunde Personen vs. Krebspatientinnen und -patienten, $p < 0,001$. (3) Chronisch erkrankte Personen vs. im Klinikum Tätige, $p = 0,041$. (4) Chronisch erkrankte Personen vs. Krebspatientinnen und -patienten, $p = 0,035$. (5) Krebspatientinnen und -patienten vs. im Klinikum Tätige, $p < 0,001$. (6) chronisch erkrankte vs. gesunde Personen, $p < 0,001$

Brustkrebs als junge Mutter

Kunsttherapie half Vanessa Robertiello, ihr neues Ich zu akzeptieren

Vanessa Robertiello bekam während der Schwangerschaft die Diagnose Krebs. In der Kunsttherapie konnte sie jede Woche ihre Gefühle verarbeiten und mit anderen darüber sprachen. Das nahm ihr das Gefühl der Einsamkeit und half ihr aus der Identitätskrise. Inzwischen hat sie einen gesunden Sohn geboren.

Im Alter von 33 Jahren war ich als selbstständige Beraterin für Zahnarztpraxen tätig und befand mich im fünften Monat meiner Schwangerschaft mit meinem absoluten Wunschkind. Seit frühester Kindheit hatte ich stets die Kontrolle über mein Leben. Bereits ab meinem 17. Lebensjahr verdiente ich mein eigenes Geld und auch in meiner frühen Kindheit verdiente ich mir mein Taschengeld, sei es durch einfache Tätigkeiten wie das Kehren von Straßen oder das Jäten von Unkraut. So wurde ich erzogen. Meine Freunde bezeichnen mich als „Macherin“. In all meinen beruflichen Tätigkeiten hatte ich stets Mitbestimmungsrecht und eine Stimme, die gehört werden sollte. Dies galt ebenso für meine zwischenmenschlichen Beziehungen, sei es romantisch, familiär oder freundschaftlich. Ich war stets präsent, unterhaltsam und Garant für eine gute Zeit. Neue Lebenssituationen nahm ich zunächst zögerlich an, da ich es bevorzugte, den Raum zu dominieren, anstatt mich anzupassen. Daher fielen mir die Einschränkungen während meiner Schwangerschaft und die Priorisierung des Wohlergehens meines ungeborenen Sohnes anfangs schwer. Doch je mehr ich die Ultraschallbilder betrachtete, seine Herztöne hörte und seine Bewegungen spürte, desto einfacher wurde es für mich, Rücksicht zu nehmen und beispielsweise auf bestimmte Lebensmittel zu verzichten.



Vanessa Robertiello mit ihrem Sohn nach der letzten Chemo im April 2022

Vom Verdacht zum Befund

Mein Mann und ich pflegten täglich meinen Babybauch mit Öl und hofften stets, die Bewegungen und Tritte unseres Sohnes zu spüren. Jedoch offenbarte sich an einem Freitagabend mehr. Mein Mann und ich lagen auf dem Sofa, er auf dem Rücken und ich in seinem Schoß. Unsere Arme umschlossen meinen Bauch, während wir ihn abtasteten. Als ich einen Knoten unterhalb der Brust, am linken Rippenbogen, spürte, stockte mir der Atem. „Das

kann nicht sein“, sagte ich. „Spürst du das? Ist das unser Baby?“ Sofort war mein Mann alarmiert. Auch er konnte das knotenartige Gebilde fühlen. „Natürlich passiert das am Wochenende, wenn wir keine Gynäkologen erreichen können“, murmelte er. Wir versuchten, uns über das Wochenende abzulenken, und hofften, dass es sich möglicherweise um eine harmlose Veränderung handelte.

Am Montag kontaktierte ich meine gynäkologische Praxis und vereinbarte einen Termin für meinen ersten Brustultraschall am nächsten Tag. Als ich das Behandlungszimmer betrat, lächelte mich meine Ärztin an. Sie versuchte mich zu beruhigen und erinnerte mich daran, dass sich mein Körper während der Schwangerschaft verändert. Während ich auf der Untersuchungsfläche lag, beobachtete ich zuversichtlich den Brustultraschall meiner Frauenärztin. Doch plötzlich änderte sich alles. Ihr Gesichtsausdruck, ihre Atmung, ihre Stimme. Es war mir sofort klar, dass etwas nicht stimmte. Der Knoten war bereits 3 x 5 Zentimeter groß. Sie ließ mich einen Moment allein, damit ich mich in Ruhe anziehen konnte, und vereinbarte währenddessen weitere Termine zur Biopsie in einer Spezialklinik. Einige Tage später wurde die Biopsie durchgeführt. Obwohl ich keinen physischen Schmerz verspürte, flossen dennoch Tränen, nachdem die Behandlung abgeschlossen war und meine Anspannung nachließ. Die Ärztin sagte: „Es tritt etwas Flüssigkeit aus. Das ist ein gutes Zeichen und deutet auf eine Entzündung hin.“ Die Ergebnisse sollten eigentlich am Freitag vorliegen, jedoch wurde ich gebeten, bis zur nächsten Woche zu warten. Am darauffolgenden Montag erhielt ich den Anruf: „Hallo Frau Robertiello, Ihre Ergebnisse sind eingetroffen. Können Sie bitte zusammen mit Ihrem Mann vorbeikommen?“

Diese Vorgehensweise war untypisch, da bei der Biopsie betont wurde, dass man alleine erscheinen sollte. „Das klingt nicht gut, oder?“, fragte ich. „Nein, leider nicht.“ Als mein Mann und ich die Klinik betraten, saßen wir im Behandlungszimmer und warteten auf die Ärztin. Die Sekunden fühlten sich wie Stunden an. Sie kam rein, nahm meine Hand und sagte: „Es ist das, wovon wir Angst hatten. Sie haben Brustkrebs.“

Terminmarathon

Ab diesem Zeitpunkt begann für mich ein Terminmarathon, stets in Begleitung von meinem Mann. Unsere



Ein Moment der Normalität, Acryl auf Papier, 70 x 50 cm, 2023

und ich reduzierte den Kontakt zu Freunden und Familie. Ich wusste nicht mehr, wer ich war. Ich sah anders aus und war nicht mehr die starke, laute und lustige Frau, die ich einst war. Meine Karriere war vorerst beendet, und auch mein Einkommen entfiel. Spätestens jetzt begann meine Identitätskrise. Nach jeder Chemotherapiesitzung konnte ich in der Frauenklinik einen 3D-Ultraschall durchführen lassen, um die Gesundheit meiner Plazenta und meines Sohnes zu überprüfen.

Geburt eines gesunden Jungen

Ende des achten Schwangerschaftsmonats wurde mein gesunder Sohn per geplantem Kaiserschnitt geboren. Trotz der Vorsorgeuntersuchungen blieb die Angst, dass sein Körper möglicherweise noch nicht bereit war, eigenständig zu überleben. Meine ersten Worte nach seiner Geburt waren: „Warum weint er nicht? Atmet er?“ Fun Fact: Nicht jedes Kind weint bei der Geburt. Kurz darauf wurde er mir auf die Brust gelegt und ich fühlte mich wie der glücklichste Mensch der Welt. Vier Wochen nach der Geburt begannen die nächsten Chemotherapiesitzungen im wöchentlichen Abstand, begleitet von einer Antikörpertherapie alle drei Wochen. Die Nebenwirkungen waren stärker, meine Haut war weiterhin gereizt und gerötet. Zudem musste ich plötzlich ohne meinen Babybauch zu den Terminen gehen, was mir das Gefühl von Einsamkeit vermittelte. Ich kann nicht beschönigen, dass es eine harte und schreckliche Zeit war. Bei den Chemotherapiesitzungen versuchte ich einfach, den Kopf auszuschalten, die Kapuze über die Augen zu ziehen und Schlaf nachzuholen. Im April 2023 war meine letzte Chemotherapie, im Mai folgte die Brust-OP mit Entfernung des Wächterlymphknotens. In dieser Zeit ließen meine mentalen Kräfte nach, und ich bat noch während meines Krankenhausaufenthalts um Unterstützung durch die Psychoonkologie. Am nächsten Tag bekam ich Besuch von einer

größte Sorge war die Frage, ob wir uns zwischen meinem Leben und dem unseres ungeborenen Sohnes entscheiden müssten. Dank der modernen Wissenschaft, der fortschrittlichen Medizin und der professionellen Betreuung durch die Uniklinik Köln wurden uns diese Ängste jedoch sofort genommen. Wir planten vier Chemotherapiesitzungen im Abstand von drei Wochen, als ich am Anfang des sechsten Schwangerschaftsmonats war. In dieser Zeit verlor ich meine Haare, meine Haut war gereizt,

Psychologin, die mich fragte, was mir und meiner Seele guttue. Kurz darauf vereinbarte sie einen Termin für mich bei dem Kunsttherapeuten Richard Berners.

Unterstützung durch Kunsttherapie

Malen und Basteln haben mir schon immer Freude bereitet. Das Experimentieren mit Farben und Materialien hilft mir dabei, die Außenwelt zu vergessen. Doch seit der Geburt meines Babys hatte ich diese Leidenschaft vernachlässigt. In der Kunsttherapie konnte ich jede Woche meine Gefühle verarbeiten. Einige meiner Bilder erforderten mehr Zeit. Indem ich an einigen Werken mehrere Wochen arbeitete, konnte ich meinen Fortschritt besonders gut nachvollziehen. Bilder, die ich vor drei Wochen begonnen hatte, fühlten sich plötzlich fern an. Auf einem meiner Werke ist ein Riesenrad zu erkennen. Die Idee dahinter war, dass jede Gondel eine Person repräsentiert, die mir am Herzen liegt. Das Leben meiner Liebsten ging weiter, während ich nur von unten auf das Riesenrad schaute und sie auf- und abfahren sah, ohne aktiv daran teilzunehmen. Vor und nach den Malstunden tauschten wir uns im Stuhlkreis aus. Das Hören der Geschichten anderer Betroffener nahm mir das Gefühl der Einsamkeit. Dank der Kunsttherapie fühlte ich mich wieder zugehörig.

Mein Leben nach der Therapie

Nach Abschluss der OP im Mai begann im Juli 2023 meine Strahlentherapie mit 19 Sitzungen. Die fortgesetzte Antikörpertherapie, die ich seit der Geburt im dreiwöchentlichen Rhythmus erhalten hatte, endete im März 2023. In dieser Zeit war die Kunsttherapie eine wertvolle Unterstützung. Ich konnte jede Woche meinen Fortschritt verfolgen und kleine Erfolge mit der Gruppe feiern. Meine Identitätskrise nahm langsam ein Ende. Mein Sohn lernt bald laufen, meine Haare wachsen nach, ich konnte meine Arbeit als freiberufliche Beraterin wieder aufnehmen und bereits drei Aufträge abwickeln. Routineuntersuchungen, Herz- und Brustultraschalle, ein paar Narben, mein Port sowie die Fotos mit meinem prallen Babybauch und meinem kleinen Sohn erinnern mich an meine Krebserkrankung. Oft war ich wütend, traurig und dankbar zugleich. Diese Ambivalenz hat mich oft zerrissen. Aber ich habe gelernt, diesen Lebensabschnitt zu akzeptieren, auch durch die Kunsttherapie.



Im September 2022 ist Vanessa Robertiello zurück im Leben

Vanessa Robertiello

Arztbriefe, oft ein Rätsel

Krebsinformationsdienst hilft beim Verstehen

Ärztliche Befunde und Arztbriefe sind für Krebspatientinnen und -patienten oft ein Buch mit sieben Siegeln: Zu viele medizinische Fachausdrücke und Abkürzungen, die nicht erklärt werden und Erkrankte ratlos zurücklassen. In Ergänzung zum Arztgespräch bietet der Krebsinformationsdienst am Deutschen Krebsforschungszentrum (DKFZ) zum besseren Verständnis und zum Nachlesen das Informationsblatt „Befunde verstehen: Begriffe und Abkürzungen“ an.

Grundsätzlich gilt: Ein Befund ist das Ergebnis einer Untersuchung. Bei einer Krebserkrankung werden meist viele verschiedene Untersuchungen durchgeführt. Sie alle helfen, den Tumor möglichst gut zu beschreiben. Das ist wichtig, denn je genauer die Charakterisierung gelingt, desto besser kann gezielt behandelt werden. Der schriftliche Befund ist eine wichtige Grundlage für den Informationsaustausch zwischen den behandelnden Ärztinnen und Ärzten.

In Arztbriefen fassen die Mediziner mehrere Befunde zusammen, berichten über eine Behandlung und geben Empfehlungen für die weitere Therapie. Für Patientinnen und Patienten kann es hilfreich sein, sich ihren Befund oder ihren Arztbrief von einer Ärztin oder einem Arzt erklären zu lassen. Manchmal kommt es dazu, dass im Nachgang des Arztgesprächs Einzelheiten nicht mehr genau erinnert werden oder aber sich beim Durchlesen der Unterlagen zu Hause neue Verständnisfragen ergeben.

Die eigene Erkrankung besser verstehen

An dieser Stelle kommt das Informationsblatt ins Spiel. Es erklärt Begrifflichkeiten und gibt Orientierung für das Lesen und Verstehen von Befunden und Arztbriefen. Auf dieser Basis können viele Patientinnen und Patienten ihre Erkrankungssituation besser einordnen und mit ihr umgehen. Die Informationen können auch dabei unterstützen, den behandelnden Ärztinnen und Ärzten weitere, vertiefende Fragen zu stellen.



Foto © drobotdean auf frepik

Arztbriefe können verwirrend sein. Doch es gibt Hilfe.

Gute und zielgerichtete Behandlung

Ergänzend werden im Informationsblatt Klassifizierungssysteme und Untersuchungen erläutert, die für die Tumorcharakterisierung und eine spezifische Behandlung wichtig sind. Wie lassen sich Größe und Ausbreitung eines Tumors einordnen? Was verraten Untersuchungen zum mikroskopischen Aufbau von Geweben oder die Oberflächeneigenschaften von Zellen über den Ursprung des Tumors? Und was bringt eigentlich die Bestimmung von Biomarkern im Blut, Urin und Gewebe oder die Untersuchung der Erbinformation in Tumorzellen? Auch auf diese Fragen liefert das Informationsblatt Antworten.

*Nach einer Presseinformation
des Krebsinformationsdienstes*

Auskunft per Telefon, E-Mail oder Chat

Das Informationsblatt können Interessierte beim Sekretariat des Krebsinformationsdienstes bestellen unter **06221 / 42-2890** oder **Sekretariat-Kid@Dkfz-Heidelberg.de**. Ein Download ist möglich unter <https://www.krebsinformationsdienst.de/service/iblatt/iblatt-befunde-verstehen.pdf>.

Wer darüber hinaus Fragen zu seinem Befund oder Arztbrief hat, kann sich kostenlos an den Krebsinformationsdienst wenden. Ärztinnen und Ärzte beantworten Fragen zu Krebs täglich von 8 bis 20 Uhr telefonisch unter **0800-420-30 40**, per E-Mail unter **krebsinformationsdienst@dkfz.de** und seit neuestem auch per Chat unter <https://www.krebsinformationsdienst.de/chat.php>.

Ebenfalls zu empfehlen ist die Website „**Was hab ich?**“

Unter **www.washabich.de** erhalten Patientinnen und Patienten leicht verständliche Erläuterungen ihrer medizinischen Befunde – kostenlos und anonym.

Sommerfest bei LebensWert

Jetzt schon vormerken: Freitag, 23. August 2024, 15 Uhr

Nach dem großen Erfolg des Sommerfestes im letzten Jahr, öffnet LebensWert Ende August wieder seine Dachterrasse für Patientinnen und Patienten, Freunde und Förderer, Mitarbeitende, ehrenamtlich Tätige und alle Menschen, die gerne etwas über die psychoonkologische Arbeit des Vereins und der Klinischen Psychoonkologie erfahren möchten. Auf dem Programm stehen Infostände, eine Opern-Darbietung und Glücksrad, Kaffee und Kuchen, Grill und Getränke sowie Aktionen für Kinder. Natürlich wird auch der LebensWert-Chor unter der Leitung von Jong-Cheol Park wieder dabei sein, an weiteren Überraschungen arbeitet das Team noch.

Wir freuen uns, wenn Sie dabei sind und einen schönen Sommertag mit uns verbringen!



Beim Sommerfest wird der LebensWert-Chor wieder für alle Besucher singen

26.000 Euro für „Kinder krebskranker Eltern“

Spendenverdopplungsaktion der Bethe-Stiftung erfolgreich beendet

Anlässlich der Spendenverdopplungsaktion der Bethe-Stiftung für das Projekt „Kinder krebskranker Eltern“ (KKE) fand Anfang Januar bei LebensWert e.V. eine Pressekonferenz statt, bei der über die Aktion der Bethe-Stiftung und das Projekt KKE berichtet wurde. Die Aktion war insofern ein großer Erfolg, als dass die Teilnahme von Spendern eindrucksvoll hoch war. Inklusive Zuschuss der Bethe-Stiftung beträgt die Gesamtspendensumme für das KKE-Projekt 26.000 Euro. Sehr herzlich danken wir allen Groß- und Kleinspendern für ihr Engagement für dieses wichtige Projekt, denn: Krebs ist zumeist eine Erkrankung, welche die ganze Familie und insbesondere die Kinder unter Druck setzt und belastet.

Wenn Eltern an Krebs leiden, greifen ihre tiefe Verunsicherung und Belastung unvermeidlich auf die Kinder über. Diese reagieren mit Angst, Trauer, Schuldgefühlen und innerem Rückzug.

Mit der Aufgabe, ihnen den nötigen Halt zu geben, sind die Väter oder Mütter in ihrer lebensbedrohlichen Lage oft überfordert. Hier setzt die Initiative „Kinder krebskranker Eltern“ (KKE) an, ein Gemeinschaftsprojekt der Uniklinik Köln und des Vereins Lebenswert, das sich durch Mitgliedsbeiträge und Spenden finanziert.

Die Initiative leistet professionellen seelischen Beistand und hilft Kindern und Eltern, die Ausnahmesituation zu bewältigen.

Die Nachfrage ist so groß, dass sie die Kapazitäten des therapeutischen Teams übersteigt. Durch die Spendenverdopplungsaktion kann das Angebot nun erweitert werden.

Schüler verkaufen Kuchen für das KKE-Projekt

Schülerinnen und Schüler des evangelischen Religionskurses der 9. Klasse am Europagymnasium Kerpen haben im Rahmen des Unterrichtsthemas „Umgang mit Sterben und Tod“ beschlossen, Geld für das Projekt „Kinder krebskranker Eltern“ zu sammeln. Durch den Verkauf von Kuchen und Muffins sowie Spenden seitens der Schüler und des Kollegiums sind 205 Euro zusammengekommen, durch die Spendenverdopplungsaktion der Bethe-Stiftung konnte der Betrag sogar auf 410 Euro verdoppelt werden. Herzlichen Dank an alle Beteiligten für diese schöne Idee!



Foto © Europagymnasium Kerpen

Bahnen sammeln für die Bewegungstherapie

SC Hürth „erschwimmt“ 1.900 Euro

Die Schwimmerinnen und Schwimmer des SC Hürth haben den Advent 2023 mit einem Spendenschwimmen eingeläutet. Unter dem Motto „Sportlerinnen und Sportler schwimmen für Bewegungsangebote erkrankter Menschen“ starteten bereits um 7 Uhr morgens die ersten Schwimmer im Familienbad DeBütt in Hürth, um „Bahnen zu sammeln“.



Ida, Anna, Neema, Jonas und Gian nahmen am Spendenschwimmen teil (v. l.). Eike Domgörgen (2. v. l.) organisierte mit anderen Vertreterinnen und Vertretern des Vereins das Spendenschwimmen

Denn mit jeder geschwommenen Bahn leisteten sie einen Beitrag zum Erlös des Spendenschwimmens, mit dem der SC Hürth die Arbeit von LebensWert unterstützen möchte. Die Schwimmerinnen und Schwimmer hatten im Vorfeld des Spendenschwimmens Sponsoren gesucht, die ihren Einsatz entweder pauschal oder mit einer Spende pro Bahn honorierten. 20 Sportlerinnen und Sportler zwischen 7 und 60 Jahren schwammen insgesamt 3054 Bahnen oder fast 77 Kilometer. Die mit Abstand weiteste Strecke legte der 13-jährige Jonas Domgörgen zurück – er schwamm insgesamt 320 Bahnen! Unterstützt wurden sie dabei von zahlreichen Helferinnen und Helfern im Schwimmbad und am Frühstücksbuffet, denn Schwimmen macht bekanntlich hungrig. Als Sportlerinnen und Sportler wissen wir, wie wichtig Bewegung ist. Daher haben wir den Erlös von 1.900 Euro für die Bewegungstherapie des Vereins LebensWert gespendet.

Anke Schneider,
Schwimmwartin Schwimmclub Hürth 1930 e. V.

Unterstützung von Krebspatientinnen

Agrippinas Töchter spenden 7.500 Euro

Bei Agrippinas Töchtern handelt es sich um den Zusammenschluss der vier größeren, dem Festkomitee Kölner Karneval angehörenden Damen-Karnevalsgesellschaften, das sind allen voran Colombina Colonia e. V., gefolgt von den Schmuckstückchen e. V., KG Kölsche Madämcher e. V. und der 1. Damengarde Coeln e. V. Agrippinas Töchter gründeten sich im März 2018, um die freundschaftliche



Gut gelaunt: Agrippinas Töchter mit Hildegard Labouvie und Uwe Schwarzkamp von LebensWert

Agrippinas Töchter soziale Projekte u. a. zur Unterstützung von an Brustkrebs erkrankten Frauen. In diesem Jahr kam eine Summe von 7.500 Euro für LebensWert zusammen. Ein Teil der Spende soll in einen Make-up-Kurs speziell für an Krebs erkrankte Frauen fließen.

Sport-Challenge bei Kölner Firma Sitt + Co.

700 Euro für die Psychoonkologie

Wie schon im Jahr zuvor, konnten auch 2023 durch eine betriebsweite Sport-Challenge des Kölner Versicherungsmaklers Sitt + Co. GmbH Spenden für den guten Zweck gesammelt und LebensWert 700 Euro überwiesen werden. Der Betrag wird im Rahmen der psychoonkologischen Angebote den Patientinnen und Patienten zugutekommen.



Sitt-Mitarbeiter Robin Biskup (l.) und Peter Graap (r.) mit LebensWert-Geschäftsführerin Hildegard Labouvie

Danke!

Herzlichen Dank an alle
Unterstützer für ihren
Einsatz!

Der Vorstand

Vorsitzender



Prof. Dr. Werner Görg
Aufsichtsratsvorsitzender
Gothaer-Konzern

Stv. Vorsitzender



Prof. Jörg Fischer
Rechtsanwalt

Schatzmeister



Dipl.-Kfm. Günter
Zwilling
Ehem. Vorstand Uniklinik Köln

Vorstandsmitglied



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

Vorstandsmitglied



Christiane Weigand

Vorstandsmitglied



Gerald Böse
CEO Koelnmesse GmbH

Ehrenmitglied



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

Der Beirat



Hermann-Josef Arentz
Berater in der Gesundheits-
wirtschaft



Wilfried Jacobs
Geschäftsführer Institut für
patientenorientierte Ver-
sorgungsablaufforschung



Klaus Laepple



Gerd Nettekoven
Vorstandsvorsitzender der
Deutschen Krebshilfe



Christa Reinartz
Managementberatung



Elfi Scho-Antwerpes



Prof. Dr. Edgar Schömig
Vorstandsvorsitzender und
Ärztlicher Direktor der Uni Köln

Mit freundlicher Unterstützung



Kämpgen-Stiftung



Angebote auf einem Blick

Für onkologische Patienten, stationär wie ambulant

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Therapeutische Angebote:

Klinische Psychoonkologie
Einzelgespräche ganztägig

Kinder krebskranker Eltern (KKE), ganztägig

Krebsberatung
für Patienten und Angehörige
09.00 – 17.00 Uhr

Kunst-/Gestaltungstherapie:
09.00 – 14.00 Uhr

Klinische Psychoonkologie
Einzelgespräche ganztägig

Kinder krebskranker Eltern (KKE), ganztägig

Krebsberatung
für Patienten und Angehörige
09.00 – 17.00 Uhr

Bewegungstherapie:
09.00 – 11.45 Uhr

Nordic Walking I & II

11.00 – 14.00 Uhr

Feldenkrais

(Gruppen- und Einzeltherapie nach Vereinbarung)

14.30 – 17.15 Uhr

Einzelangebote nach Vereinbarung

Kunst-/Gestaltungstherapie:

09.00 – 13.00 Uhr

(Einzelangebot, nach Vereinbarung)

14.00 – 16.00 Uhr

(Einzelangebot)

Musiktherapie:

10.15 – 11.30 Uhr

Therapeutische Singgruppe

Einzelangebote nach Vereinbarung

13.30 – 16.00 Uhr

Musiktherapie-Klangschalen (KMT-Station)

Klinische Psychoonkologie
Einzelgespräche ganztägig

Kinder krebskranker Eltern (KKE), ganztägig

Krebsberatung
für Patienten und Angehörige
09.00 – 17.00 Uhr

Bewegungstherapie:

09.30 – 10.45 Uhr

Einzelangebote nach Vereinbarung

13.30 – 15.45 Uhr

Tai Chi

(Gruppen- und Einzeltherapie nach Vereinbarung)

16.00 – 17.00 Uhr

Entspannung I

Kunst-/Gestaltungstherapie:

14.30 – 17.00 Uhr

(Gruppen- und Einzeltherapie nach Vereinbarung)

Musiktherapie:

10.15 – 15.00 Uhr

Einzelangebot, nach Vereinbarung

Klinische Psychoonkologie
Einzelgespräche ganztägig

Kinder krebskranker Eltern (KKE), ganztägig

Krebsberatung
für Patienten und Angehörige
09.00 – 17.00 Uhr

Bewegungstherapie:

10.00 – 11.15 Uhr

Aktiv & achtsam

11.30 – 12.30 Uhr

Einzelangebote nach Vereinbarung

15.00 – 16.15 Uhr

Dynamische Meditation / Entspannung

16.30 – 17.30 Uhr

Entspannung II

Kunst-/Gestaltungstherapie:

09.00 – 13.00 Uhr

(Einzelangebot, nach Vereinbarung)

14.00 – 16.30 Uhr

(Gruppe)

Klinische Psychoonkologie
Einzelgespräche ganztägig

Kinder krebskranker Eltern (KKE), ganztägig

Krebsberatung
für Patienten und Angehörige
09.00 – 16.00 Uhr

Kunst-/Gestaltungstherapie:

10.00 – 13.00 Uhr (Gruppe)

Ergänzende Angebote:

16.30 – 18.30 Uhr

Gemeinsames Singen im Chor

16.30 – 17.30 Uhr

Singendes Krankenhaus
Ev. Klinikkapelle,
Bettenhaus Ebene 1
ambulante und stationäre
Patienten

Angebot CIO, 6. OG

CIO, 6. OG, Angebot Med. I

Angebot CIO, 6. OG und auf den Stationen

Weitere Gruppenangebote der Krebsberatung: Integrative Atemtherapie / Yoga Nidra / Ich bin wieder da!? – Seminar für Brustkrebspatientinnen / Ernährungstherapie / Hautpflege-Seminar / Männerworkshop / Qigong Yangsheng / Kunsttherapie

Aktuelle Termine: www.vereinlebenswert.de, info@lebenswert-krebsberatung.de sowie über den **LebensWert-Newsletter**

So erreichen Sie uns: **Tel.: 0221 / 478-...**

LebensWert e.V.

✉ info@vereinlebenswert.de

☎ -97190

Geschäftsführerin:

Hildegard Labouvie

Fundraising/Spenden/

Öffentlichkeitsarbeit::

Uwe Schwarzkamp

✉ uwe.schwarzkamp1@uk-koeln.de

☎ -97189

Krebsberatung

✉ info@lebenswert-krebsberatung.de

Leitung: Renate Küster

Anmeldung und Assistenz:

Uta Windmann

☎ -97184

Klinische Psychoonkologie

Leitung: Christiana Muth

Kontakt: Sekretariat

☎ -97190

**Kinder- & Jugendlichen-
psychotherapie (KKE)**

Leitung: Regine Dülks

Sandra Vohl

☎ -97174

☎ -97732

Beratung:

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht
(über die Seelsorge)

☎ -4952 oder -5590