



40 JAHRE FRAUEN NACH KREBS

Die Behandlung zeigt deutliche Fortschritte

„Wir wollen nicht nur am, sondern auch im Leben bleiben“, machte Bettina Hall bei einem Arzt-Patienten-Tag in der Ludwigsburger Musikhalle deutlich. Anlass war das 40-jährige Bestehen der Selbsthilfegruppe „Frauen nach Krebs Ludwigsburg“. Das bedeutet auch: Seit vier Jahrzehnten tragen sie Schweres gemeinsam und gehen auch mal neue Wege.

VON ANGELIKA BAUMEISTER

Die Diagnose Krebs ist immer ein Einschnitt, nichts ist mehr, wie es war. Doch aus Ohnmacht kann auch Tatkräft er wachsen, das machte der Erste Bürgermeister der Stadt Ludwigsburg, Konrad Seigfried, deutlich, als er das Wirken der Selbsthilfegruppe sowie der im Leitungsteam engagierten Frauen, die alle selbst Betroffene sind, würdigte. Sie haben im Jahre 1978 dafür gesorgt, dass über Krebs gesprochen wird, und sich zu einer offenen Selbsthilfegruppe zusammengefunden, seinerzeit immerhin die erste ihrer Art im Großraum Stuttgart.

Was vor Jahren galt, steht auch heute nach wie vor im Mittelpunkt: Sie helfen sich gegenseitig, das Leben auch mit der Krankheit positiv und aktiv zu gestalten. Und in den letzten 40 Jahren hat es bei der Krebsbehandlung deutliche Fortschritte gegeben. „Sieben Stimmen gegen den Krebs“ lautete das Motto beim Arzt-

Patienten-Tag, bei dem die Besucher viel Neues zur Krebsbehandlung erfuhren. Die Themen im Einzelnen:

■ **Ernährung:** Eine Anti-Krebsdiät gibt es nicht, das machte Professor Dr. Stephan Bischoff vom Institut für Ernährungsmedizin der Universität Hohenheim deutlich. Der Lebensstil trage aber zum Entstehen von Krebserkrankungen bei. Bischoff nannte Übergewicht als Risikofaktor und verwies auf die Regeln auf die Regeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung: Vielseitig essen, fünf Portionen Gemüse und Obst am Tag, Vollkornprodukte, tierische Lebensmittel als Ergänzung, gesundheitsfördernde Fette, wenig Zucker und Salz, viel Wasser trinken, das Essen schonend zubereiten, sich beim Essen Zeit nehmen sowie auf Gewicht achten und in Bewegung bleiben. Eine Krebstherapie führe oft zur Mangelernährung, ein Screening zum Ernährungszustand sei deshalb zu empfehlen.

■ **Neues aus der Forschung:** „Das medizinische Verständnis der Entstehung, des Wachstums und der Ausbreitung von Krebs hat sich im Gleichschritt mit der Entwicklung der Molekularbiologie stark verbessert“, sagte Professor Dr. Hans-Georg Kopp, Chefarzt Molekulare Onkologie, Fachabteilung für Diagnostik und Therapie von Tumorerkrankungen am Robert-Bosch-Krankenhaus in Stuttgart. Viele Tumore können dem Chefarzt zufolge heute genauer charakterisiert werden und es gibt exaktere Informationen über den Schweregrad und den Verlauf einer Krebserkrankung. Kopp nannte zwei wichtige Aspekte: Für immer mehr

Patienten gibt es eine maßgeschneiderte Therapie und durch die molekulare Charakterisierung kann deren Erfolg besser abgeschätzt werden. Professor Kopp warb auch für die Teilnahme an klinischen Studien, weil diese das rasch zunehmende Wissen um die optimale Behandlung schnellstmöglich in den klinischen Alltag überführen.

■ **Chemotherapie:** Sie ist zwar immer noch mit starken Nebenwirkungen verbunden, aber es gibt heute wirksame Medikamente gegen Übelkeit und Erbrechen, das unterstrich der Ludwigsburger Facharzt für Innere Medizin, Hämatologie und Onkologie, Dr. Thomas Ulshöfer. Er sprach von einem hohen Behandlungsstandard und einer deutlich besseren Verträglichkeit.

Wachstumsfaktoren zur Bildung von weißen Blutkörperchen gleichen deren Verlust im Laufe der Therapie und die damit steigende Infektionsgefahr aus. Der Blutarmut wird überdies mit Erythrozyten-Konzentrat und Erythropoetin begegnet.

■ **Dem Tumor auf der Spur:** Die Bildgebung mit einer Kombination aus Positronen-Emissions-Tomografie (PET) und Computertomographie (CT) eignet sich laut Professor Dr. Christina Pfannenberg, leitende Oberärztin Hybridbildgebung der Radiologischen Universitätsklinik Tübingen, für Diagnostik und Therapie. Die Kombination bringt den Erfolg, denn dadurch können Krebszellen von gesundem Gewebe unterschieden und Metastasen besser entdeckt werden. Außerdem kann damit frühzeitig überprüft werden, ob die

Behandlung anschlägt und die Krebszellen verschwinden. „Unnötige Therapien können damit vermieden werden“, so die Strahlenmedizinerin.

■ **Psychoonkologie:** „Die Diagnose Krebs ist ein Sturz aus der normalen Wirklichkeit“, so die Psychologin Frauke Birkenfeld vom Bereich Psychoonkologie am Klinikum Ludwigsburg. Das Gefühl der Unverwundbarkeit, die Leichtigkeit, das alles sei weg. Die Psychoonkologie will die Betroffenen nun seelisch wieder aufrichten. Einen solchen Schicksalsschlag sah Frauke Birkenfeld auch als Chance, sich von Zwängen zu lösen und neue Kraftquellen für sich zu entdecken. Beispielsweise mit einem besseren Körpergefühl durch Bewegung, Sport und Tanz, aber auch mit einem Kosmetikseminar oder bewussten Genussmomenten. Ihre Tipps: Tagebuch schreiben, bewusste Entspannung wie Imagination, Meditation und Autosuggestion betreiben sowie viel Bewegung in den Alltag einbauen.

■ **Immuntherapie:** Sie stehe momentan noch ganz am Anfang der Entwicklung, weitere wesentliche Erkenntnisse seien in den nächsten Monaten und Jahren zu erwarten, das machte Dr. Georg Dietrich, Oberarzt der Klinik für Innere Medizin, Gastroenterologie und Hämato-Onkologie am Krankenhaus Bietigheim deutlich. Das Thema ist hochaktuell, vor zwei Wochen erhielten zwei Forscher aus Amerika und aus Japan den Nobelpreis für Medizin für die Aufklärung spezieller Signale in der Tumorzelle und in den Immunzellen. Sie konnten darstellen, wie es den Tumorzellen möglich ist, der Beseiti-

gung durch die Immunzellen zu entgehen, und sie haben Medikamente entwickelt, die sogenannten Checkpointinhibitoren, die die Ausschaltung des Immunsystems wieder aufheben können. Diese Medikamente sind laut Dr. Dietrich beim schwarzen Hautkrebs sowie bei Lungenkrebs hochwirksam.

Die Checkpointinhibitoren sind überdies besser verträglich als die Chemotherapie, es können aber spezielle Nebenwirkungen wie Hautausschläge, Durchfälle, Hormonstörungen oder Entzündungen von Leber oder Lunge auftreten. Die Nebenwirkungen beruhen auf einer zu starken Stimulation des Immunsystems. Keine wesentliche Wirkung konnte bis jetzt bei Darmkrebs, Prostatakrebs, Brustkrebs oder Eierstockkrebs erzielt werden.

■ **Naturheilverfahren:** Wie Professor Dr. Wolfgang Heyl, Ärztlicher Direktor der Frauenklinik am Klinikum Ludwigsburg, informierte, sind naturheilkundliche Therapieansätze bei gynäkologischen Erkrankungen mittlerweile Bestandteil der Leitlinien zur Krebsbehandlung. Sie helfen beispielsweise, Nebenwirkungen der Chemotherapie zu lindern. Die Mind & Body-Medizin kommt dabei immer mehr zum Einsatz. Im Klartext: Yoga, Entspannung, Mistelpräparate, Vitamine und Enzyme. Die Frauenklinik nimmt außerdem an einer Studie der Berliner Charité zur Wirkung des kurzzeitigen Fastens vor und während der Chemotherapie teil.

INFO: Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.frauen-nach-krebs.de.