

forum

MAGAZIN DES VEREINS FÜR DARMKREBSINFORMATION

D A R M
K R E B S

AUSGABE 2-2018

WWW.SELBSTHILFE-DARMKREBS.AT



© Ch. Zadra

Joseph Lorenz ist österreichischer Theater-, Film- und Fernsehschauspieler sowie Regisseur.

*„Wer über bestimmte Dinge
den Verstand nicht verliert,
der hat keinen zu verlieren.“*

(Gotthold Ephraim Lessing)

Inhalt

Gemeinsam aktiv sein
Tipps & Termine
Seite 4-5

Darmkrebs-Vorsorge-Telefon
Seite 6

Kommunikationstag Onkologie
in Wien
Seite 7

Neue Studien
für Darmkrebs-Patienten
Seite 8

Schlüsselloch-Chirurgie
bei Darmkrebs
Seite 9

Darmkrebs keine Chance geben!
Seite 10-11

Polyneuropathien bei Krebspatienten
Seite 12

Patient sein in Österreich
Seite 13

Starke Nägel:
Mehr als nur eine Frage der Ästhetik
Seite 15

SELBSTHILFE
DARMKREBS



europacolon



Probiotika während der onkologischen Therapie

Speziell während der Chemo- oder Strahlentherapie kommt es immer wieder zu Therapieabbrüchen oder auch zur Dosisreduktion aufgrund von auftretenden Diarrhoen. Die Ursache liegt zumeist in einer gleichzeitig notwendig gewordenen Antibiotika-Anwendung, zu deren Nebenwirkung bei bis zu 50% aller Patienten neben Übelkeit auch der Durchfall zählt.

Seit vielen Jahren belegen große, randomisierte, plazebokontrollierte Studien, dass die Anwendung von speziellen Multi-spezies-Probiotika, die ab dem ersten Tag der Antibiotikatherapie eingenommen werden, eine erfolgreiche Möglichkeit darstellt, um die bekannten Nebenwirkungen dieser zwar effizienten, aber eben auch mit vielen unerwünschten Effekten behafteten Medikamente einzuschränken.

Eine Antibiotikatherapie löst praktisch immer eine massive Zerstörung der Darmschleimhaut und die Vernichtung großer Teile der positiven Bakterien in unserem Darm aus. Dadurch wird das Immunsystem geschädigt und die Aufnahme von Vitaminen und Mikronährstoffen reduziert, vor allem aber können sich Krankheitserreger vermehren, ja diese können sogar Resistenzen gegen eine neuerliche Therapie mit Antibiotika ausbilden. In der Folge treten oft Durchfälle speziell bei Kindern und älteren oder immungeschwächten Patienten auf.

Wäre die durch Antibiotika ausgelöste Durchfallerkrankung nur eine unangenehme Nebenwirkung, müsste nicht nach ergänzenden Behandlungsstrategien gesucht werden. Doch da Antibiotika ganz allgemein sehr stark wirksame Bakterienkiller sind, verlieren die Patienten so viele der wichtigen „guten“ Darmbakterien, dass dauerhafte Beschwerden auftreten können. Dazu zählen vor allem die rezidivierenden schweren Durchfallerkrankungen, die durch das als „Krankenhauskeim“ zu zweifelhaftem Ruf gelangte

Clostridium difficile ausgelöst werden. Gegen diesen Keim gibt es noch kein wirklich wirksames Antibiotikum. Der einzige Schutz ist eine optimal funktionierende Barriere aus gesunden Mikroorganismen, wie sie von Natur aus in unserem Darm beherbergt sind.

nen, medizinisch relevanten Probiotika geführt, wie dem in Österreich erforschten Produkt „OMNi-BiOTiC® 10 AAD“, das ab dem ersten Tag der Antibiotikatherapie zum Einsatz kommen sollte. Denn es ist hier gleich im doppelten Sinn wirksam: Zum einen kann durch die tägliche Zufuhr von 10 Milliarden Keimen

wichtiger Bakterienstämme der Verlust der guten eigenen Mikroben kompensiert werden, zum anderen schützen diese ganz speziell ausgewählten Symbionten die empfindlichen Darmschleimhäute, indem sie besonders dichten Schleim produzieren und so das Eindringen von Giftstoffen und schädlichen Keimen stoppen.

Doch nicht nur während oder nach einer Antibiotikatherapie ist die Einnahme von

Probiotika zu empfehlen. In Studien am Landeskrankenhaus Salzburg wurde sogar nachgewiesen, dass speziell bei onkologischen Patienten, die während der Chemo- oder Strahlentherapie unter einer wiederkehrenden *Clostridium difficile*-Diarrhoe erkrankten, die kombinierte Behandlung mit Probiotika ausgezeichnete Erfolge zeigte.

Vielen Patienten ist auch nicht bewusst, dass die Zeitspanne zwischen der Einnahme eines Antibiotikums bis zum ersten Auftreten des Durchfalls oft mehrere Wochen betragen kann. Dies erschwert die Diagnosestellung und Behandlung, was zu oft jahrelang wiederkehrenden Durchfallerkrankungen führt, die jeder Therapie trotzen. Gerade nach einer onkologischen Therapie ist der Körper geschwächt, sodass bei einer starken Reduktion unserer Darmsymbionten auch Allergien, Autoimmunerkrankungen, ja sogar Depressionen auftreten, weil über die zerstörte Darmbarriere Toxine, Allergene und krankmachende Keime in den Körper eindringen können.

Der medizinische Fortschritt hat mittlerweile zur Entwicklung von hochmoder-



Erhältlich in Ihrer Apotheke.

Weitere Informationen:

Institut Allergosan
Pharmazeutische Produkte
Forschungs- und Vertriebs GmbH
8055 Graz
☎ +43 (0)316 405 305
@ info@allergosan.at

Darmkrebs Telefon-Sprechstunden 0699/10 08 47 82

KOSTENLOSE Beratung über die Telefon-Hotline zu allen onkologischen sowie psycho-onkologischen Fragen rund um das Thema Darmkrebs.



**Onkologischer
Telefondienst:**
Onkologe
**PD Dr. Herbert
Ulrich-Pur, MBA**
**Jeden Donnerstag:
14:00 bis 17:00 Uhr**



**Psychoonkologischer
Telefondienst:**
Psychoonkologin
**Dipl. LSB Christina
Ochsner, MAS**
**Jeden Donnerstag:
17:00 bis 18:00 Uhr**

Beide Experten gehören zum Team der „1. Medizinischen Abteilung, Zentrum für Onkologie und Hämatologie“ (Vorstand: Univ. Prof. Dr. Wolfgang Hilbe) am Wilhelminenspital, Wien.

SPENDEN

Ihr Beitrag zählt!

Bitte unterstützen Sie die **Selbsthilfe Darmkrebs** bei ihrer wichtigen Arbeit!

Spenden-Konto:
Volksbank Salzburg
IBAN AT624501000000117150
BIC VBOEATWWSAL

Wir freuen uns über jede auch noch so kleine Spende, die wir erhalten – vielen Dank!

Die in den nachfolgenden Texten verwendeten Personen- und Berufszeichnungen treten der besseren Lesbarkeit halber oft nur in einer Form auf, sind aber natürlich gleichwertig auf beide Geschlechter bezogen.

Impressum

Herausgeber: Selbsthilfe Darmkrebs – Verein für Darmkrebsinformation, Untere Weißgerberstraße 19/12, 1030 Wien. **Für den Inhalt verantwortlich:** Helga Thurnher, E-Mail: info@selbsthilfe-darmkrebs.at. **Bankverbindung:** Volksbank Salzburg, Kto.-Nr. 117150, BLZ 45010, IBAN AT624501000000117150, BIC VBOEATWWSAL. **Konzeption/Grafik/Redaktion:** Care Company GmbH, Am Modenapark 10/24, 1030 Wien, E-Mail: office@carecompany.at. **Hersteller:** Druckerei Ferdinand Berger & Söhne, 3580 Horn. **Erscheinungsweise:** 2 x jährlich.

Wissenschaftlicher Beirat: Dr. Wilhelm H. Appel • Univ. Prof. Dr. Wolfgang Eisterer • Prim. Dr. Werner Fortunat • Univ. Prof. Dr. Michael Frass • Prim. Univ. Prof. Dr. Klaus Geissler • Univ. Prof. Dr. Michael Gnant • Prim. Univ. Prof. Dr. Richard Greil • Prim. Univ. Prof. Dr. Wolfgang Hilbe • Dr. Tomas Knochke-Abulesz • Univ. Prof. Dr. Gabriela Kornek • Univ. Prof. Dr. Günter J. Krejs • Ass. Prof. Dr. Irene Kühner • Prof. Dr. Heinz Ludwig • Prim. Univ. Prof. Dr. Martin Pecherstorfer • Dr. Peter Peloschek • Univ. Prof. Dr. Hellmut Samonigg • Univ. Prof. Dr. Béla Teleky • Prim. Univ. Prof. Dr. Josef Thaler • Univ. Prof. Dr. Wolfgang Vogl • Dr. Friedrich Anton Weiser • Doz. Dr. Werner Weiss • OA Dr. Adalbert Weißmann • Prim. Univ. Prof. Dr. Christoph Zielinski

Sämtliche Beiträge in „Forum Darmkrebs“ wurden nach bestem Wissen und Gewissen erstellt; Irrtümer sind vorbehalten. Alle Angaben sind ohne Gewähr und jegliche Haftungsansprüche ausgeschlossen – insbesondere jene, die sich aus Angaben bzw. Empfehlungen zu Vorsorge, Diagnose und Therapien ergeben.

Liebe Leserinnen! Liebe Leser!

Ein wunderbarer Sommer, der uns viele schöne, wenn auch teilweise sehr heiße Tage beschert hat, ist nun vorbei und ich hoffe, dass Sie alle eine erholsame und entspannende Zeit verbringen konnten. Ich selbst war ein bisschen in Österreich und Kroatien unterwegs und habe in der herrlichen Sonne Kraft getankt für den Herbst, der wieder eine ganze Menge Aufgaben mit sich gebracht hat.

*Zum einen wollen wir das **Darmkrebs-Vorsorge-Telefon** weiterführen, weil es bisher intensiv genutzt wurde und vielen verunsicherten Ratsuchenden Klarheit hinsichtlich der Vorsorge-Koloskopie verschaffen konnte. Immer am Montag von 8:00 bis 11:00 Uhr steht unser Experte Dr. Friedrich Anton **Weiser** für Fragen zur Verfügung, ich selbst bin jeden letzten Freitag im Monat von 9:00 bis 11:00 Uhr für die AnruferInnen da.*

Auch die Verbesserung der Arzt-Patienten-Kommunikation ist uns stets ein wichtiges Anliegen. So gab es nun auch eine diesbezügliche Veranstaltung im Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern in Wien, die vom medizinischen Fachpublikum – ÄrztInnen, Pflegepersonal, PsychoonkologInnen, ArzthelferInnen, ApothekerInnen etc. – begeistert angenommen wurde.

*Zu unseren herbstlichen bis vorweihnachtlichen Aktivitäten gehören außerdem – schon traditionell – die aktuelle Ausgabe von **Forum Darmkrebs**, unsere **Benefiz-Matinee** diesmal mit Ksch. Joseph **Lorenz** sowie der **Qigong-Kurs**, das **Angehörigencafé** und einige **Patiententreffen**.*

Darüber hinaus ist die Teilnahme an verschiedenen Veranstaltungen erforderlich – auch Weiterbilden und Informieren sind ein Teil unserer Arbeit. Die Selbsthilfe ist gefragt und wird immer wieder und zunehmend mehr in viele Aktivitäten und Prozesse eingebunden. Es wäre möglich, sich hier sogar noch stärker einzubringen, aber dann würde mir die Zeit für Gespräche mit PatientInnen und individuelle Hilfestellungen knapp – dies aber steht für mich und mein Team an allererster Stelle!

*Eine große Bitte hätte ich nun noch abschließend: Kommen Sie zahlreich zu unserer **Benefiz-Matinee** am Sonntag, den 25. November im Hotel Hilton am Stadtpark, um diese Veranstaltung gemeinsam zu genießen und unserer **Selbsthilfegruppe** wieder eine kleine **Finanzspritze** zukommen zu lassen!*

*Mit allen guten Wünschen für Sie und Ihre Lieben
verbleibt Ihre
Helga Thurnher*



Helga Thurnher
Präsidentin der
„Selbsthilfe Darmkrebs“

Editorial

Selbsthilfe Darmkrebs:

Gemeinsam aktiv sein, gemeinsam genießen...

Für die „Selbsthilfe Darmkrebs“, ihre Mitglieder und ihre Freunde standen in der letzten Zeit wieder eine ganze Menge gemeinsamer Aktivitäten auf dem Programm.

AUSFLUG 29. Juni 2018
**Sommerausflug
in die Schokowelt Zotter**

Unter dem Motto Schoko & Genuss führte unser diesjähriger Sommer-Ausflug in die **Zotter Schokoladen Manufaktur** in Riegersburg in der Südoststeiermark.

Bei sehr angenehmem Wetter startete Ende Juni die Reise, die leider nach einiger Zeit von einem Auffahrunfall, in den der Bus involviert war, unterbrochen wurde. Zum Glück kam niemand von den Teilnehmern zu Schaden und die Fahrt konnte – etwas zeitverzögert – fortgesetzt werden.



Der herzliche Empfang durch Sepp **Zotter** persönlich, die interessante Führung durchs Haus, gutes Essen im „**Essbaren Tiergarten**“ und – zum Ausklang – ein gemütlich-gediegener Heurigenbesuch beim „**Heurigen Krenn**“ in Sooß bei Baden bleiben sicher allen in netter Erinnerung!

HOTLINE Ab 3. September 2018
**Darmkrebs-Vorsorge-Telefon
Kostenlose Expertenberatung**

Seit März dieses Jahres gibt es das Darmkrebs-Vorsorge-Telefon, das zu fixen Zeiten für die Beantwortung von Fragen rund um die Vorsorge-Koloskopie und die Beratung von interessierten AnruferInnen zur Verfügung steht.

„Unser **Darmkrebs-Vorsorge-Telefon** kann den Arzt natürlich nicht ersetzen! Es soll vielmehr ein unbürokratisches Angebot an alle Ratsuchenden sein, erste fachkundige Antworten auf alle Fragen zu erhalten, die mit der Darmkrebs-Vorsorge zusammenhängen“, stellt Helga **Thurnher**, Präsidentin der **Selbsthilfe Darmkrebs**, ihre neue Initiative vor. „Wobei wir bisher klar feststellen konnten, dass sich die meisten Anfragen mit der Koloskopie beschäftigen.“

Am Darmkrebs-Vorsorge-Telefon:

Dr. Friedrich Anton Weiser
Jeden Montag, von 8:00 bis 11:00 Uhr
unter der Handynummer **0664/307 85 85**
(vorerst bis 3. Dezember 2018)

Helga Thurnher
Freitag, 30. November 2018
von 9:00 bis 11:00 Uhr
unter der Handynummer **0676/934 07 46**

Termine laufend aktuell auf:
www.selbsthilfe-darmkrebs.at

TRAINING Seit 12. September 2018
**Qigong für Menschen mit Krebs
im BHS Krankenhaus Wien**

Seit 12. September 2018 bietet die **Selbsthilfe Darmkrebs** im **Barmherzige Schwestern Krankenhaus Wien** wieder einen wöchentlichen Qigong-Übungsabend für onkologische PatientInnen und deren Begleitpersonen an.

Kursleitung: Ing. Claudia **Schraml**, Diplom. Qigong-Lehrerin und Präsidentin der Österreichischen Qigong-Gesellschaft.

„Qigong ist ein stiller, aber bisweilen sehr wirkungsvoller Weg. Gerade auch bei einer Krebserkrankung hat sich – unserer Erfahrung nach – Qigong als stützender Begleiter bewährt. Mit Qigong können wir

lernen, unsere Wahrnehmung zu schulen. Es hilft, unseren Blickwinkel zu ändern – weg von der Fixierung auf die Erkrankung und deren möglicherweise bedrohlichen Ausgang hin zu den Freuden des täglichen Seins. So kann Qigong nicht nur den Umgang mit Krebs erleichtern, sondern auch die Lebensqualität der KrebspatientInnen spürbar verbessern. Letztendlich gelingt es durch diesen Gewinn an Wohlbefinden sogar, die Heilungschancen zu erhöhen“, so der Appell von Helga **Thurnher** zur regen Teilnahme.

Wöchentlicher Qigong-Kurs

Die **Selbsthilfe Darmkrebs** lädt sehr herzlich ein, mit dieser einfach erlernbaren Bewegungsmethode Körper und Geist in Einklang zu bringen und so das eigene seelische Gleichgewicht wiederzufinden. Machen Sie mit!



Zeit: **Jeden Mittwoch**
von **17:30 bis 18:30 Uhr**
(bis 21. November 2018;
ab 16. Jänner 2019)

Ort: **Barmherzige Schwestern
Krankenhaus Wien**
Therapieraum 3, 4. Stock
1060 Wien, Stumpergasse 13

Mitzubringen: bequeme Hose, Shirt und leichte Turnschuhe

Ein Spendenbeitrag ab € 5,00 pro Person wird erbeten – herzlichen Dank!
Anmeldung bitte bei Helga Thurnher!

AllergoSan Charity-Aktion 2018

5.000 Euro für die Selbsthilfe Darmkrebs

Das Institut AllergoSan initiierte mit der Sonderedition von OMNi-BiOTiC® REISE während der Urlaubszeit eine Spendenaktion für die „Selbsthilfe Darmkrebs“. Für jede verkaufte Packung ging ein Teil des Erlöses an die Selbsthilfegruppe.



Am 12. September 2018 übergab die Gründerin und Leiterin des Instituts AllergoSan, Mag. Anita **Frauwallner**, den Spendenscheck in der Höhe von € 5.000,00 an Helga **Thurnher**, Präsidentin der **Selbsthilfe Darmkrebs**.

Mit der Sonderedition von OMNi-BiOTiC® REISE und der Spende möchte das Institut AllergoSan in Not geratene Darmkrebspatienten unterstützen, aber auch die öffentliche Aufmerksamkeit für die **Selbsthilfe Darmkrebs** fördern. So ging im heurigen Sommer für jede verkaufte Packung von OMNi-BiOTiC® REISE in

der Sonderedition mit Schleife ein Teil des Erlöses an die Selbsthilfegruppe.

Unterstützung, um zu helfen

„Ich weiß aus eigener Erfahrung, dass eine so schwere Krankheit wie Darmkrebs eine enorme Belastung darstellt – emotional wie finanziell. Deshalb ist es mir ein großes Anliegen, die fantastische Arbeit der **Selbsthilfe Darmkrebs** zu unterstützen“, betont Mag. Frauwallner. „Die **Selbsthilfe Darmkrebs** ist Österreichs einzige Selbsthilfegruppe für Darmkrebspatienten und setzt sich unermüdlich für Betroffene und deren Angehörige ein. Ich bewundere Helga Thurnher, die jeden Tag so viel Gutes tut. Uns verbindet dasselbe persönliche Schicksal – und genau das stellt den Motor unserer Arbeit dar.“

Helga Thurnher ist begeistert: „Mit so einer großzügigen Spende haben wir nicht gerechnet. Ich fühle mich sehr geehrt, dass die **Selbsthilfe Darmkrebs** durch diese Charity-Aktion so viel Zuwendung erhält“, erklärt die Präsidentin der Selbsthilfe-Organisation, deren Mann ebenfalls an Darmkrebs verstarb.

Selbsthilfegruppe Darmkrebs ÖÖ

Angehörigen-Café

Datum: **Montag, 5.11., 3.12.2018;**
7.1., 4.2., 4.3., 1.4., 6.5.2019
Zeit: **19:00 Uhr**
Ort: **Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern Linz**
Seminarräumlichkeiten, 3. OG
Seilerstätte 4, 4010 Linz

Informationen & Anmeldung:
Mag. Johannes Hessler
☎ +43 (0)732 7677-6770
✉ johannes.hessler@ordensklinikum.at
🌐 www.krebsakademie.at/selbsthilfe

Gruppen-Treffen

Datum: **Mittwoch, 14.11.2018;**
9.1., 13.3., 8.5.2019
Zeit: **17:00 Uhr**
Ort: **Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern Linz**
Seminarräumlichkeiten, 3. OG
Seilerstätte 4, 4010 Linz

Informationen & Anmeldung:
Sonja Kitzmüller
☎ +43 (0)732 7677-4339
✉ sonja.kitzmueller@gmail.com
🌐 www.krebsakademie.at/selbsthilfe

Tipps & Termine

Angehörigencafé im BHS Krankenhaus Wien

Gespräche unter Betroffenen – bei Kaffee und Kuchen – mit professioneller Begleitung. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Datum: **Montag, 19. November 2018**
Zeit: **18:00 bis 19:30 Uhr**
Ort: **Barmherzige Schwestern Krankenhaus Wien**
Stumpergasse 13
1060 Wien

Eintritt frei – ohne Voranmeldung!

Benefiz-Matinee Lesung und Sonntags-Brunch

Joseph Lorenz
„O du mein Österreich“

Datum: **Sonntag, 25. November 2018**
Beginn: **11:00 Uhr** (Sekttempfang
ab 10:30 Uhr)
Ort: **Hotel Hilton Vienna**
Klimt Ballsaal
Am Stadtpark 1, 1030 Wien

Kartenreservierungen:

bei Helga Thurnher – bitte bis 16.11.2018!
Kartenverkauf vor Ort: 25.11., ab 9:30 Uhr

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Eintrittspreise:

Lesung und Brunch (inkl. 1 Glas Sekt zur Begrüßung): € 80,00 pro Person
Nur Lesung: € 40,00 pro Person

Adventfeier der Selbsthilfe Darmkrebs

**Kekse backen in der Vorweihnachtszeit
mit Clemens Slama (Retzbachhof)**

Datum: **Montag, 3. Dezember 2018**
Beginn: **17:00 Uhr**
Ort: **Andante**
Hetzgasse 39, 1030 Wien
(Straßenbahn Linie 1)

Anmeldung bei Helga Thurnher erbeten!

Eintritt frei!

Nähere Informationen:
Helga Thurnher
☎ +43 (0)1 714 71 39
☎ +43 (0)676 934 07 46
✉ info@selbsthilfe-darmkrebs.at
🌐 www.selbsthilfe-darmkrebs.at



Neue Initiative der Selbsthilfe Darmkrebs

Darmkrebs-Vorsorge-Telefon

Das Darmkrebs-Vorsorge-Telefon der „Selbsthilfe Darmkrebs“ wurde im Darmkrebs-Monat März 2018 ins Leben gerufen. Schon bei den ersten Terminen stand das Telefon stundenlang nicht still...

Jährlich wird in Österreich bei ca. 5.000 Menschen Darmkrebs diagnostiziert. Viele PatientInnen befinden sich dabei bereits im fortgeschrittenen Stadium der Erkrankung, sodass trotz modernster Therapien noch immer rund 50% der PatientInnen daran versterben. Und dies bei einer Krebsform, die in 95% der Fälle über Jahre hinweg im gutartigen Stadium entdeckt werden könnte.



Bei rechtzeitiger Entfernung der so genannten Polypen kann daraus kein bösartiger Tumor entstehen – der Ausbruch der Erkrankung findet also gar nicht erst statt. Das Angebot unserer Krankenkassen, ab dem 50. Lebensjahr regelmäßig – d.h. alle 5 bis 7 Jahre – eine Koloskopie kostenfrei in Anspruch zu nehmen, wird leider nur von ca. 10% der ÖsterreicherInnen in dieser Altersgruppe wahrgenommen.

Von der **Selbsthilfe Darmkrebs**, die sich nicht nur der Unterstützung für PatientInnen und Angehörige, sondern darüber hinaus vor allem auch der Förderung der Prävention verschrieben hat, wurde nun in Kooperation mit Dr. Friedrich A. Weiser, Endoskopie-Experte der Gruppenpraxis **Medico Chirurgicum**, ein – kostenloses – Darmkrebs-Vorsorge-Telefon eingerichtet.

„Unsere Darmkrebs-Vorsorge-Hotline soll ein niederschwelliges Angebot an die breite Bevölkerung sein, erste fachkundige Antworten auf Fragen zu erhalten, die mit der Darmkrebsvorsorge zusammenhängen“, so Helga Thurnher, Präsidentin der **Selbsthilfe Darmkrebs**, zu ihrer neuen Initiative. „Wobei wir – dies zeigten uns die bisherigen Telefon-Termine ganz klar – davon ausgehen können, dass sich die meisten Anfragen mit der Koloskopie beschäftigen. Diese Untersuchung ist nach wie vor ein Tabuthema. Viele Patientinnen und Patienten warten viel zu lange ab, bevor sie bei Beschwerden zum Arzt gehen. Hier sind wir gerne eine erste Anlaufstelle für Menschen, die sich aus falscher Scham oder unbegründeter Angst nicht dazu durchringen

können, eigeninitiativ einen Arzt ihres Vertrauens aufzusuchen.“

Dazu der Wiener Experte Dr. Friedrich Anton Weiser, Mitbegründer und Partner in der Gruppenpraxis „Medico Chirurgicum“ (1230 Wien), in der schwerpunktmäßig Endoskopien – Gastroskopien und Koloskopien – durchgeführt werden, womit Dr. Weiser sich auf umfassendes Know-how und langjährige Erfahrungen stützen kann: „Durch Zuhören und gezielte Fragen gilt es, ein allfälliges Gefahrenpotenzial sensibel auszuloten, die modernen Methoden der Koloskopie zu erläutern, die Vorteile der sanften Koloskopie nahezubringen und so Ängste zu zerstreuen. Ziel ist es, den Anrufer zum Besuch des Hausarztes oder eines kompetenten Facharztes zu motivieren.“



Denn: Jede/r Betroffene, die/der sich zeitgerecht in ärztliche Hände begibt, ist ein gewonnenes Menschenleben!

Von Anfang an wurde die **Selbsthilfe Darmkrebs** mit ihrem Vorsorge-Telefon auch von den österreichischen Medien tatkräftig unterstützt. Die hohe Nutzerfrequenz ist also nicht zuletzt auch auf die starke Medienpräsenz des Themas zurückzuführen. „Vielen Dank an die vielen Journalistinnen und Journalisten, die unser Darmkrebs-Vorsorge-Telefon in ganz Österreich bekannt gemacht haben“, freut sich Helga Thurnher.

Nachdem also klar wurde, wie richtig die **Selbsthilfe Darmkrebs** mit dem neuen Beratungsservice liegt, wird es mittlerweile als fixe Einrichtung bis auf Weiteres angeboten.

Darmkrebs-Vorsorge-Telefon bis 3. Dezember 2018



Dr. Friedrich Anton Weiser

Darmkrebs- und Endoskopie/
Koloskopie-Experte
Jeden Montag
8:00 bis 11:00 Uhr
0664/307 85 85



Helga Thurnher

Präsidentin der Selbsthilfe Darmkrebs
Freitag,
30. November 2018
9:00 bis 11:00 Uhr
0676/934 07 46

Beratung für alle InteressentInnen selbstverständlich kostenlos!

Nähere, laufend aktualisierte Infos & Termine: www.selbsthilfe-darmkrebs.at

Für medizinische Fachpersonen:

Gute Patienten-Kommunikation – von den Profis lernen!

Der KOMMUNIKATIONSTAG ONKOLOGIE auf Initiative der „Selbsthilfe Darmkrebs“ fand bereits in einigen Bundesländern sehr erfolgreich statt. Diesmal in Wien.



Die Betreuung von Krebs-PatientInnen bedeutet für das Ärzte- und Pflegeteam, aber auch für alle anderen involvierten Berufsgruppen immer wieder eine große Herausforderung. Denn oft müssen Nachrichten überbracht oder Prozesse erläutert werden, die für die Gesundheit und das Leben der Betroffenen von gravierender Bedeutung sind. Fachliche Kompetenz allein genügt da nicht mehr. Die zentrale Fragestellung für den Arzt und berufsverwandte Kollegen lautet daher: **Wie sag ich's meinen Patienten?** Im Rahmen eines innovativen Workshops für Health Professionals von und mit Dr. Roman F. **Szeliga** sowie Dr. Ronny **Tekal-Teutscher**, beide Kommunikationsexperten und selbst Ärzte, gehen die TeilnehmerInnen der Beantwortung dieser Frage auf den Grund. Praxisnah und unterhaltsam.

Am 18. September 2018 fand – in Kooperation mit der **Ärztammer für Wien** und dem **Barmherzige Schwestern Krankenhaus Wien** unter der medizinischen Leitung von Prim. Univ. Prof. Dr. Leopold **Öhler** – ein solcher Kommunikations-Workshop erstmals für den Großraum Wien statt.

Im Zentrum: Das Arzt-Patienten-Gespräch

Heute gilt es als erwiesen, dass Fürsorglichkeit, Verständnis und Mitgefühl der betreuenden Fachkräfte sehr wesentlich zum Therapieerfolg beitragen.

„Von der Qualität des Arzt-Patienten-Gesprächs und dem menschlichen Verhältnis zwischen dem Patienten und seinen Pflegepersonen hängt zu einem guten Teil der Erfolg der Behandlung ab. Dabei

„ Um ein optimales Therapieergebnis zu erreichen, ist gerade bei einer Krankheit, die sich über eine lange Behandlungsdauer erstreckt, eine gute Arzt-Patienten-Beziehung entscheidend. Diese basiert auf gegenseitigem Verständnis. Dafür ist eine aufrichtige, aber auch empathische Kommunikation unmittelbare Voraussetzung.“



Prim. Univ. Prof. Dr. Leopold Öhler
Vorstand der Abteilung für Onkologie
Barmherzige Schwestern Krankenhaus Wien

ist eine Krebserkrankung nicht nur mit körperlichen Problemen, sondern auch mit massiver Verunsicherung, mit existenziellen Ängsten und großen Sorgen verbunden – und gerade das sind die Belastungen, die eine offene Kommunikation erschweren“, erläutert Helga **Thurnher** die Ausgangslage, die dazu geführt hat, ein adäquates Kommunikationstraining – für ÄrztInnen, Pflegepersonen, PhysiotherapeutInnen, ApothekerInnen, Arzt-AssistentInnen und sonst medizinisch befassete Berufsgruppen – zu entwickeln und anzubieten.

Gute Kommunikation muss und kann man lernen!

Im Rahmen dieses Workshops wird den TeilnehmerInnen aufgezeigt, auf welche kommunikativen Fähigkeiten es im onkologischen Bereich ankommt: sich Zeit nehmen, Zuhören können, ehrliches empathisches Verhalten und die Fähigkeit, komplexe Zusammenhänge einfach zu erklären – das sind die wesentlichen Faktoren für den angestrebten Therapieerfolg. „Gute Kommunikation ist die beste Antwort auf Komplexität. Und sie darf – nein, sie muss – auch Spaß machen“, so Kommunikationsprofi Dr. Szeliga.

„ Was Vieles erleichtert, ist die Macht der Komplimente und die Macht des Humors. Sie machen den Patienten glücklich. Und ein positives, humorvolles Gespräch zu führen – das kann man ganz einfach lernen!“



Dr. Roman F. Szeliga
Kommunikationsprofi

Vielen Dank an

Barmherzige Schwestern Krankenhaus Wien
Ärztammer für Wien | Amgen | Celgene
Dorfner | Gilead | Janssen | Lilly | Merck
MSD | Norgine | Roche | Sanofi | Servier

Neue Studien für Darmkrebspatienten

Das sind die aktuellen Aktivitäten der der „Colorectal Branch“ der ABCSG (Austrian Breast & Colorectal Cancer Study Group).



Gerade beim Kolorektalkarzinom, das in Österreich mit 5.000 Neuerkrankungen pro Jahr zu den häufigsten Krebsarten zählt, ist die klinische Forschung sehr wichtig. Der ABCSG ist es daher ein großes Anliegen, in diesem Bereich Studien voranzutreiben sowie mit innovativen Protokollen Therapieverbesserungen und die Reduktion von Nebenwirkungen erzielen zu können.

Seit vielen Jahren macht die ABCSG-Arbeitsgruppe für den Bereich Darmkrebs, die „Colorectal Branch“, immer wieder mit innovativen Studienideen auf sich

aufmerksam. Neben Kolonkarzinomstudien wurden in der Vergangenheit auch Studien zum Rektumkarzinom sowie zu operablen Lebermetastasen durchgeführt. Aktuell sind wieder einige Projekte in Planung bzw. wird mit Hochdruck an der Datenauswertung kürzlich abgeschlossener Studien gearbeitet.

Ein laufendes Projekt ist die randomisierte, doppelblinde, placebokontrollierte Phase-II-Studie **ABCSG Cog/ASAMET**, die die ABCSG gemeinsam mit Partnern aus Italien, Slowenien und Deutschland auf die Beine gestellt hat. Bei insgesamt 160 PatientInnen soll der prophylaktische

Effekt der Einnahme von niedrig dosiertem „Aspirin“ bzw. dem schon lange zugelassenen Diabetesmedikament Metformin – allein und in Kombination – über 12 Monate bei DarmkrebspatientInnen der Stadien I-III untersucht werden. Bis jetzt kann man nur vermuten, dass Metformin zusammen mit Acetylsalicylsäure, dem Wirkstoff in „Aspirin“, einen Effekt auf die Reduktion des Auftretens einiger Krebsarten, unter anderem Darmkrebs, hat.

Kurz vor dem Start steht die innovative Phase-III-Bewegungsstudie **ABCSG Co8/ EXERCISE**. Hier soll geprüft werden, ob regelmäßiges Ausdauertraining zur Reduktion der Rezidivrate nach Ende der adjuvanten Chemotherapie beim Kolorektalkarzinom beitragen kann. Insgesamt sollen in der ersten Studienphase 100 Personen an dieser Sekundärpräventionsstudie teilnehmen. Mittels individualisiertem und überwachtem Trainingsplan möchte die „Colorectal Branch“ der ABCSG den Beweis antreten, dass regelmäßige moderate Bewegung das Risiko, erneut an Darmkrebs zu erkranken, signifikant senken kann.

KREBS UND TABUS

Krebserkrankungen betreffen oder beeinträchtigen nicht „nur“ das Leben des Betroffenen, sondern das der ganzen Familie, insbesondere das des Partners.

Während der primären Therapie spielt Sexualität meist keine große Rolle, spätestens nach Abschluss der Behandlung kommt das Thema jedoch wieder zurück in die Beziehung, sei es auch nur, weil man dem Partner ein Leben ohne Geschlechtsverkehr nicht zumuten will.

Veränderungen von Körperbild und Selbstbewusstsein durch Operationen, z.B. Stoma, oder Folgen der Strahlen- und Chemotherapie können eine große körperliche und psychische Belastung darstellen.

Betroffene und auch Ärzte scheuen sich häufig davor, sexuelle Gesundheit anzusprechen. In der onkologischen Rehabilitation wird die Sexualität aktiv zum Thema gemacht. Wir versuchen, auf die Fragen, Ängste und Veränderungen einzugehen, um auch hier den Menschen in ein „normales Leben“ zurückzuführen.



Weitere Informationen auf unserer Homepage unter: www.dersonnberghof.at
Der Sonnerhof, A-7202 Bad Sauerbrunn,
Hartiggasse 4, T: +43 2625/300 8501

Versicherungspartner
der Sozialversicherungsträger

Moderne Operationsmethode:

Schlüsselloch-Chirurgie bei Darmkrebs

Die Schlüsselloch-Chirurgie – in der medizinischen Fachsprache auch minimal-invasive Chirurgie genannt – bietet bei Darmkrebs eine Reihe von Vorteilen.

Ein Beitrag von Prim. Univ. Prof. Dr. Mag. Alexander Klaus



Bei Vorliegen der Diagnose Dickdarmkrebs besteht die wesentliche Behandlung in der chirurgischen Entfernung des befallenen Darmabschnittes mit allen zugehörigen Lymphknoten. In den meisten Fällen ist diese Operation kein akuter Notfall, sondern kann gut geplant werden, sodass die Wahl des Operationsverfahrens – konventionell über einen Bauchschnitt oder in minimal-invasiver Technik – mitüberlegt werden sollte.

Derzeit werden Darmkrebsoperationen in den meisten Krankenhäusern in Österreich durchgeführt, da es sich um die dritthäufigste Krebserkrankung in Europa handelt. Darmzentren sind demgegenüber Spitälern, die aufgrund ihrer besonderen Eignung, entsprechender Ressourcen und interdisziplinärer Zusammenarbeit zur Versorgung von Patienten mit Darmkrebs zertifiziert worden sind. Dazu gehört auch eine hohe Fallzahl an betroffenen Patienten, die operiert werden müssen, was gleichzeitig eine hohe Expertise der Chirurgen mit sich bringt.

Möglichkeiten der minimal-invasiven Chirurgie

Das oberste Ziel der Operationen ist die vollständige Entfernung des Tumors und

aller dazugehörigen Lymphknoten bei möglichst niedriger Komplikations- und Sterblichkeitsrate. Daneben sind aber auch ein kurzer Krankenhausaufenthalt, geringe Schmerzen, ein gutes kosmetisches Ergebnis, ein geringes Narbenhernie-Risiko, ein geringer Einfluss auf den immunologischen Status des Patienten und eine rasche Rückkehr in das Alltagsleben für den Patienten, aber auch für den behandelnden Arzt wichtig.

Die minimal-invasive Chirurgie – auch so genannte „Schlüsselloch-Chirurgie“ – bringt in all diesen Faktoren signifikante Vorteile. Bei dieser Technik wird über einen oder mehrere kleine Schnitte an der Bauchdecke operiert, wobei über jeden Schnitt eine Operationshülse (= Trokar) in die Bauchdecke gelegt wird, die es ermöglicht, verschiedene Operationsinstrumente in den Bauchraum einzuführen. Über ein Kamerasystem (sog. Laparoskop) werden die Aufnahmen aus dem Bauchraum auf einen oder mehrere Bildschirme projiziert, sodass alle Anwesenden beobachten können, was der Operateur macht. Um ausreichend Platz im Bauchraum zu haben, wird dieser mit CO₂ aufgeblasen, das am Ende der Operation wieder abgesaugt wird.

Durch die schnellen Entwicklungen auf dem Instrumentensektor und die zunehmende Expertise laparoskopischer Chirurgen können heute Darmkrebserkrankungen in allen Abschnitten des Dick- und Enddarms in laparoskopischer Technik operiert werden. Selbst so genannte

lokal fortgeschrittene oder in die Leber metastasierte Tumore können oft in minimal-invasiver Technik entfernt werden.

Weitere Verbesserungen aus Hand der Experten

In den letzten Jahren konnten Experten der laparoskopischen Chirurgie zwei ganz wesentliche Neuerungen etablieren.

Einerseits ist es gelungen die notwendigen Schnitte noch weiter zu verkleinern sowie die Anzahl der Zugänge zu minimieren. Im Idealfall ist nur mehr ein Schnitt im Bereich des Nabels notwendig. Diese Technik wird als „Single Incision Laparoscopic Surgery“ (SILS) bezeichnet.

Die zweite bahnbrechende Entwicklung zeigt sich in der chirurgischen Behandlung des tiefsitzenden Enddarmkarzinoms. Hier wird zur exakteren Bestimmung des Tumorumterrandes sowie zur Schonung der Nerven, die die Blasen- und Sexualfunktion steuern, die TaTME („Transanale totale mesorektale Exzision“) angewendet.

Die bisherigen Ergebnisse der Zentren sind mehr als vielversprechend und werden im Rahmen des sogenannten Oxford Registers analysiert. Große Registerstudien aus Deutschland beweisen nun nicht nur die Machbarkeit der minimal-invasiven Technik beim Rektumkarzinom, sondern zeigen auch, dass das rezidivfreie (= krankheitsfreie) Überleben sowie das Gesamtüberleben nach laparoskopischen Operationen im Vergleich zur konventionellen Methode mit Bauchschnitt statistisch signifikant besser sind.

Zusammenfassend hat die „Schlüsselloch-Chirurgie“ auch im Bereich der Dickdarmkrebserkrankungen ausgezeichnete Kurz- und Langzeitergebnisse gebracht und wird vor allem in Darmzentren routinemäßig in nahezu allen Situationen eingesetzt.



Prim. Univ. Prof. Dr. Mag. Alexander Klaus
Vorstand der Abteilung für Chirurgie –
Darmzentrum
Barmherzige Schwestern Krankenhaus Wien
www.bhswien.at

Wirksame Vorsorge ist möglich:

Darmkrebs keine Chance geben!

Darmkrebs ist die einzige Krebsart, die im gutartigen Vorstadium über Jahre hinweg entdeckt und entfernt werden kann. Das heißt: Darmkrebs muss nicht sein!



Es gibt Risikofaktoren, die man – mit ein bisschen Selbstdisziplin – aus dem Alltag verbannen kann. Und es gibt moderne medizinische Vorsorgemethoden, speziell die „sanfte Koloskopie“, vor denen sich heute niemand mehr fürchten muss. Wobei die Koloskopie bekanntermaßen dazu dient, gutartige Schleimhautveränderungen (so genannte Polypen) im Darm aufzuspüren, die im Laufe der Zeit – über Jahre hinweg – zu bösartigem Darmkrebs werden können. Wenn also in Österreich jährlich an die 5.000 Darmkrebs-Diagnosen gestellt werden und bei ca. 50% der betroffenen Patientinnen und Patienten die Erkrankung tödlich endet, dann sind das tausende verlorene Menschenleben und abertausende verzweifelte Angehörige, die zu vermeiden gewesen wären...

Risikofaktoren für Darmkrebs

60 bis 70% der Darmkrebserkrankungen sind auf den **Lebensstil** zurückzuführen. Zu den Hauptrisikofaktoren gehören schlechte Ernährungsgewohnheiten, Übergewicht, Bewegungsmangel, Rauchen und Alkoholkonsum. Jeder von uns hat es also selbst in der Hand, sein Darmkrebsrisiko signifikant zu senken!

Wir müssen einfach unseren Lebensstil gesünder gestalten.

- + Obst, Gemüse, kalziumreiche Nahrungsmittel
- Zu viel an rotem Fleisch, tierischem Fett, Kohlenhydraten
- Übergewicht (empfohlen wird ein BMI unter 30)
- + Regelmäßige Bewegung (mind. vier Stunden pro Woche)
- Rauchen, Alkohol

Weitere Risikofaktoren sind (erblich bedingter) Darmkrebs in der Familie sowie bestimmte Grunderkrankungen wie z.B. Diabetes mellitus Typ 2 oder chronisch entzündliche Darmerkrankungen (Colitis ulcerosa, Morbus Crohn).

Darmkrebsvorsorge durch Koloskopie

Ab dem 50. Lebensjahr wird eine Vorsorge-Koloskopie – bei unauffälligem Befund alle sieben bis zehn Jahre – empfohlen und von unseren Krankenkassen auch bezahlt. Liegt eine familiäre Vorbelastung oder eine chronisch entzündliche Darmerkrankung vor, sollte eine Koloskopie bereits entsprechend früher und allenfalls auch öfter erfolgen.

Die **Koloskopie** (auch Kolonoskopie) ist eine Routineuntersuchung, die vom niedergelassenen Facharzt (Chirurg oder Gastroenterologe) durchgeführt wird. Bei der – heute als Standard angewendeten – „sanften Koloskopie“ untersucht der Arzt den Darm, während der Patient leicht sediert ist und nichts spürt.

Auch die **Vorbereitung** auf die Untersuchung – die gründliche Darmentleerung – ist heutzutage aufgrund neuer Medikamente einfach und problemlos möglich. Bei der Untersuchung selbst wird zunächst CO₂ in den Darm eingeblasen und danach der gut entfaltete Darm mit einem biegsamen Schlauch samt Mini-Kamera gründlich untersucht. Werden Polypen gefunden, so können diese in den meisten Fällen gleich im Zuge der Untersuchung mit einer Schlinge schmerzlos abgetragen werden; wesentlich seltener erfolgt die Entfernung von Polypen durch einen späteren chirurgischen Eingriff.

Im Zusammenhang mit der Darmkrebsvorsorge wird oft auch der **Stuhltest** bzw. seine Verlässlichkeit diskutiert. Heute stehen moderne immunologische Tests auf verstecktes (= okkultes) Blut im Stuhl zur Verfügung; neuerdings auch ein Test (iFOBT), der das Hämoglobin (= roter Blutfarbstoff) indirekt über Antikörper nachweist. „Es gibt aber auch nicht blutende Polypen und nicht blutende Adenome mit bereits bestehenden Zellveränderungen, die durch Stuhltests nicht erkannt werden können. Deshalb ist dieser Test kein Ersatz für die Koloskopie“, warnt Dr. Friedrich Anton **Weiser**, Facharzt für Chirurgie und Experte für Endoskopie/Koloskopie.

Bei diesen Symptomen: Sofort zum Arzt!

Es gibt eine Reihe von **Alarmsignalen**, bei deren Vorliegen man unverzüglich einen (Fach-)Arzt konsultieren sollte – diese sind:

- Veränderungen/Unregelmäßigkeiten beim Stuhlgang

- Blut im/auf dem Stuhl
- Schleimauflagerungen am Stuhl
- Anhaltende Bauchschmerzen
- Ungewollter Gewichtsverlust
- Anämie (= Blutarmut)
- Schwächegefühl

Andererseits kann Darmkrebs auch völlig ohne Symptome entstehen. Er beginnt mit gutartigen Polypen und endet in einem Karzinom – 90% (!) der Darmkrebsfälle entwickeln sich innerhalb von zehn Jahren auf diese Weise.

Qualitätszertifikat Darmkrebsvorsorge: Koloskopie mit garantierter Qualität

In ganz Österreich gibt es mittlerweile hunderte zertifizierte Untersuchungsstellen mit garantiertem Qualitätsstandard anhand einer Reihe von Kriterien, zu denen auch die „sanfte Koloskopie“ mit leichter Sedierung gehört, die dem Patienten anzubieten ist.

Nähere Informationen zum Qualitätszertifikat und zu den österreichweit zertifizierten ÄrztInnen finden Sie auf der Website der „Österreichischen Gesellschaft für Gastroenterologie und Hepatologie“: www.oegggh.at sowie speziell unter: www.vorsorgekoloskopie.at

Darmkrebs-Vorsorge

Die häufigsten Fragen der Ratsuchenden an Dr. Friedrich A. Weiser



Dr. Friedrich A. Weiser
Facharzt für Chirurgie in Wien
Medico Chirurgicum
Gruppenpraxis für Chirurgie

„Ich habe überhaupt keine Beschwerden – warum soll ich zur Koloskopie gehen?“

Wenn Sie das 50. Lebensjahr erreicht haben und gar keine Beschwerden verspüren, gehören Sie exakt zur Zielgruppe für die alle 7-10 Jahre stattfindende Vorsorge-Koloskopie. Bei jedem 3. Erwachsenen finden sich Polypen, die jahrelang keine Symptome verursachen können. 40% dieser Polypen werden aber innerhalb von 10 Jahren bösartig. Wenn es gelingt, diese zunächst völlig harmlosen Polypen während der Vorsorge-Koloskopie zu entfernen, kann sich daraus nicht einmal eine Frühform einer bösartigen Erkrankung entwickeln.

Die Verhinderung der Entstehung von Frühformen gelingt nur bei einer regelmäßigen Teilnahme am Darmkrebsvorsorgeprogramm!

Die künftige Rolle diverser Stuhltests wird derzeit wissenschaftlich evaluiert – besonders im Hinblick auf mögliche falsch negative Ergebnisse.

„Ich habe Angst vor Schmerzen bei der Untersuchung.“

Das ist heute – sehr im Gegensatz zu früher – aufgrund der geänderten Gerätetechnik (Videoendoskopie) und adäquater Sedierungsmöglichkeiten überhaupt kein Thema mehr.

Eine qualitätsgesicherte moderne Koloskopie mit Sedierung verursacht keine Schmerzen!

„Ich habe gehört, dass es auch Komplikationen geben kann.“

Dies ist möglich, aber sowohl Nachblutungen als auch Perforationen (Verletzungen der Darmwand) sind extrem seltene Ereignisse.

Das höchste Risiko besteht bei sehr schlanken Frauen nach Entfernung der Gebärmutter, da sich – als Folge der Operation – im kleinen Becken starke Verwachsungen bilden können. In diesen Fällen empfiehlt sich die Verwendung eines Kinderkoloskops, das besonders dünn ist. Mit diesem gelingt auch nach Gebärmutterentfernung die komplette Koloskopie zu meist völlig problemlos.



Onkologische Rehabilitation

Ausgleich für die Zeit nach dem Krebs.

Die Onkologische Rehabilitation richtet sich an Patienten, die ihre primäre Krebsbehandlung abgeschlossen haben und die ihren physischen und psychischen Gesundheitszustand wieder verbessern wollen.

Die Kosten für die Onkologische Rehabilitation werden von der jeweiligen Sozialversicherung übernommen.

Kur & GVA | Dialyse | Orthopädische Rehabilitation | Lungen Rehabilitation
Stoffwechsel Rehabilitation | Onkologische Rehabilitation | Herz/Kreislauf Rehabilitation

Begleiterscheinung der Chemotherapie:

Polyneuropathien bei Krebspatienten

Chemotherapien können als Nebenwirkung auch Polyneuropathien (CIPN) mit sich bringen. Dabei sind die Effekte – abhängig von der chemotherapeutischen Substanz – unterschiedlich.

Ein Beitrag von Dr. Anna Grisold und Univ. Prof. Dr. Wolfgang Grisold



Chemotherapien gegen Krebserkrankungen werden mit verschiedenen Substanzen durchgeführt, die nicht nur verschiedene Wirkweisen haben, sondern auch unterschiedliche Nebenwirkungen nach sich ziehen. Neben bekannten Nebenwirkungen – wie vor allem Übelkeit, Erbrechen und Fatigue – ist auch die Polyneuropathie (PNP) eine wichtige Nebenwirkung, die Patienten beeinträchtigen kann.

Die Chemotherapie induzierten Polyneuropathien (CIPN) treten zumeist erst nach dem 3. oder 4. Zyklus auf (so genannte kumulative Toxizität). Lediglich bei Oxaliplatin, möglicherweise auch bei Taxanen, kann es bereits ab dem 1. Zyklus – also akut – zu neuropathischen Beschwerden kommen.

Symptome der CIPN

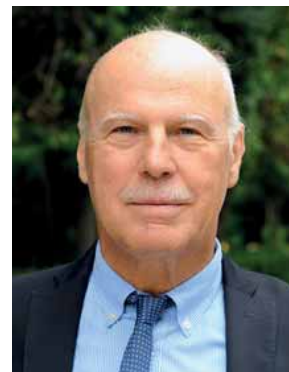
Im Allgemeinen sind die Füße stärker und früher betroffen, die Hände seltener und später. Die Symptome weisen eine symmetrische socken- bzw. handschuhartige Verteilung auf.

Besonders bei Platinderivaten können die Beschwerden nach Beendigung der Chemotherapie über mehrere Monate stärker werden, was als „Coasting“ bezeichnet

wird. Außerdem kommt es – aufgrund längerer Überlebenszeiten dank der modernen Krebstherapien – heute auch vermehrt zu Spätfolgen. Gefühlsstörungen oder neuropathische Schmerzen können bei manchen Patienten auch über Jahre hinweg bestehen. Die Symptome sind typischerweise Gefühlsstörungen, Missempfindungen oder neuropathische Schmerzen. Die Beschwerden reichen von Taubheit und/oder Kribbeln in den Füßen bzw. Händen bis zur Beeinträchtigung des Gleichgewichts, der Balance und des sicheren Gangbildes bei Störungen in den Füßen sowie Ungeschicklichkeit/Unsicherheit beim Hantieren mit kleinen Gegenständen (z.B. Knöpfe auf- und zumachen), wenn die Hände betroffen sind. Auch das Wärme- und Kälteempfinden kann gestört sein.

Diagnose von CIPN

Die Diagnose der Polyneuropathie wird durch eine neurologische Untersuchung gestellt, wobei insbesondere die Sensibilität (Berührung, Warm-Kalt-Diskrimination, Vibration, Zweipunkt-Diskrimination) geprüft werden. Auch eine Messung der Nervenleitgeschwindigkeit ist sinnvoll. Zusätzlich werden im individu-



Univ. Prof. Dr. Wolfgang Grisold
Facharzt für Neurologie und Psychiatrie, Wien
ordination-grisold@gmx.at

ellen Gespräch mit dem Patienten Missempfindungen und Schmerzen ausführlich erhoben.

Bei Beurteilung einer CIPN ist immer auch zu berücksichtigen, ob andere Gründe wie Zuckerkrankheit, allfällige toxische Expositionen oder bei älteren Patienten auch so genannte kryptogene Neuropathien (d.h. solche unbekannter Ursache) vorliegen könnten. Darüber hinaus haben erbliche Polyneuropathien einen negativen Einfluss auf die Entwicklung der CIPN.

Das Ausmaß der peripheren Neuropathie wird international in mehrere Kategorien eingeteilt:

- Geringe Symptome = Grad 1 und 2
- Schwere Symptome, die bereits die Funktion einschränken = Grad 3
- Lebensbedrohliche Zustände = Grad 4

Bei den CIPN leiden die meisten Patienten an Grad 1 und 2, während schwere Behinderungen – also Grad 3 – eher selten sind.

Rein symptomatische Therapie

Für CIPN gibt es derzeit weder Möglichkeiten der Vorbeugung noch eine wirksame ursächliche Behandlung.

Bereits beim ersten Auftreten von neuropathischen Beschwerden sollten diese mit dem Onkologen besprochen werden, um allenfalls Änderungen bezüglich der Chemotherapie vorzunehmen. Außerdem gelangen symptomatische Maßnahmen zur Anwendung: Bei Gefühls- und Koordinationsstörungen sind Physiotherapie und Ergotherapie mit dem Ziel der Verbesserung der Sensibilität und Koordination sinnvoll; beim neuropathischen Schmerz werden spezielle Antikonvulsiva und Antidepressiva (nicht konventionelle Schmerzmittel!) eingesetzt.

Welche Rechte habe ich?

Patient sein in Österreich

Die Patientenrechte sind in den Staaten der Europäischen Union sehr unterschiedlich geregelt.

Ein Beitrag von Dr. Gerald Bachinger

Die europaweiten Unterschiede bei den Patientenrechten beruhen darauf, dass die Angelegenheiten des Gesundheitswesens – trotz vieler Integrationsbemühungen – nach wie vor allein in die nationale Gesetzgebungszuständigkeit der Einzelstaaten fallen.

Wobei bisher nur wenige und wenig zufriedenstellende Initiativen gestartet wurden, um für die Patientenrechte auf europäischer Ebene einheitliche Mindeststandards festzulegen. Solche einheitlichen Mindeststandards finden sich zwar in Dokumenten des Europarates und der WHO – diese sind allerdings für die Einzelstaaten nicht verbindlich und müssen auch nicht in der nationalen Gesetzgebung umgesetzt werden.

Die Ausgangssituation der Patienten

Patient zu sein, bedeutet immer eine Ausnahmesituation im Leben. Man ist von der Aufmerksamkeit, vom Wissen, vom Verhalten und von den Mitteln der Ärzte und sonstigen Helfer abhängig. Umgekehrt brauchen aber auch die Menschen in den Gesundheitsberufen das Vertrauen, die Mitarbeit und die Informationen ihrer Patienten.

Eine vertrauensvolle Beziehung zwischen dem Patienten und dem Arzt ist das Ziel der Patientenrechte. Sie regeln für alle Patienten sowie für die medizinischen, therapeutischen und pflegerischen Berufe – für eine wirksame und sichere Hilfe notwendigen – Umgang miteinander.

Alle Patienten müssen sich darauf verlassen können, dass bei jeder medizinisch notwendigen Maßnahme an Körper, Geist und Seele der eigene Wille entscheidend ist und dass die Würde in jeder Situation gewahrt bleibt. Viele Menschen sehen sich als Patient ihren Helfern gegenüber in

einer schwächeren Position. Im Rahmen der Patientenrechte wird konsequent eingefordert und verfolgt, dass jeder Patient bei seiner Behandlung und Pflege als gleichwertiger Partner im Heilungs- und Pflegeprozess anzusehen ist. Vor allem darf die Vorstellung/die Aussicht, einmal Patient zu werden, keinesfalls Angst einflößen.

Die Patientenrechte müssen mit Wort und Tat erfüllt und in der täglichen Praxis der Gesundheitsberufe umgesetzt werden.

Die wichtigsten Patientenrechte

Wahrung der Menschenwürde

- Diskriminierungsverbote
- Schutz der Persönlichkeitsrechte und der Privatsphäre
- Ermöglichung einer religiösen Betreuung
- Geheimhaltung, Verschwiegenheitspflicht, Datenschutz
- Ermöglichung von Kontakten mit der Außenwelt und Besuchen
- Sterben in Würde
- Besonderer Schutz bei der Durchführung von klinischer Forschung

Rechte auf Behandlung und Pflege

- Angemessene Leistungen auf dem Gebiet des Gesundheitswesens ohne Unterschied von Alter, Geschlecht, Herkunft, Vermögen, Religionsbekenntnis, Art und Ursache der Behandlung
- Behandlung entsprechend dem aktuellen Stand der jeweiligen (etwa medizinischen/pflegerischen) Wissenschaft
- Versorgung mit Arzneimitteln und Medizinprodukten
- Bestmögliche Schmerztherapie
- Qualitätskontrolle der Gesundheitsleistungen und Qualitätssicherungsmaßnahmen



Dr. Gerald Bachinger
NÖ PatientInnen- und Pflegeanwalt
+43 (0)2742 9005-15575
www.patientenanwalt.com

Selbstbestimmung

- Zustimmungs- und Ablehnungsrechte von medizinischen Behandlungen
- Regelungen für Organentnahmen
- Patientenverfügungen
- Bestellung von Vertretern (Bevollmächtigten) in Hinblick auf Zustimmung und Ablehnung von medizinischen Behandlungen
- Regelungen über freiheitsentziehende Maßnahmen, die bei willensunfähigen Patienten zu deren Wohl unabdingbar sind
- Regelungen über Zwangsmaßnahmen bei Auftreten von – die Bevölkerung gefährdenden – infektiösen Krankheiten (Epidemien)

Information

- Aufklärung und Information über Diagnose und Therapie, Risiken und Folgen von medizinischen Behandlungen
- Einsichtnahme in die Dokumentation
- Erstellung/Erhalt von Abschriften und Kopien der Dokumentation
- Bestellung von Vertrauenspersonen

Vertretung von Patienteninteressen

- Durch eigens dazu bestimmte Einrichtungen (Patientenanwaltschaften/-vertretungen)

Resümee

Die spezifische Situation für Patientinnen und Patienten in Österreich ist – vor allem im Vergleich zu anderen europäischen Ländern – als eher gut zu bewerten, Unterstützungsangebote sind weitgehend ausgebaut.

Was aber nicht bedeutet, dass Weiterentwicklungen und neue Schwerpunktsetzungen nicht noch vor uns liegen – es bleiben große Herausforderungen, die es zu bewältigen gilt.

OCCURSUS – Anerkennungs- und Förderpreis

Gute Kommunikation für und mit Krebspatienten fördern

Gerade eben wurde wieder der „Occursus“ ausgeschrieben. Für 2019 können alle Projekte, die einer verbesserten Kommunikation auf dem Gebiet der Onkologie dienen, zur Prämierung eingereicht werden.



Es ist dies die vierte Ausschreibung des „Occursus – Anerkennungs- und Förderpreis für Kommunikation in der Onkologie“, bei dem es nicht nur um finanzielle Unterstützung, sondern zusätzlich auch um Vernetzung und Austausch geht – mit dem Ziel, die Kommunikation auf dem onkologischen Sektor voranzutreiben.

Einreichungen sind bis 20. Jänner 2019 möglich. Wobei Projekte sowohl von beruflich mit dem Thema befassten Personen und Organisationen eingereicht werden können, als auch von Personen oder Personengruppen, die mit der Thematik nicht beruflich befasst sind (medizinische Laien).

Vergeben wird der „Occursus“ von der Österreichischen Gesellschaft für Hämatologie und medizinische Onkologie (OeGHO), Sponsor des Awards ist das Pharmaunternehmen Janssen.

Gesucht: Projekte und Ideen

Mit dem „Occursus“ werden einerseits bestehende – laufende oder bereits abgeschlossene – Projekte prämiert (Kategorie

Anerkennungspreis) sowie andererseits Projektideen gefördert (Kategorie Förderpreis).

Kommunikation in der Onkologie immer wichtiger

„Neue Behandlungsmöglichkeiten – vor allem im ambulanten Bereich – bedeuten, dass Patienten und deren Angehörige mit immer mehr behandelnden Personen in Kontakt kommen. Der Stellenwert der Kommunikation nimmt damit zu und erfordert auch eine stärkere interdisziplinäre Zusammenarbeit – nicht nur im Krankenhaus, sondern auch über die Mauern des Krankenhauses hinaus“, so Walter **Voitl-Bliem**, Geschäftsführer der OeGHO.

Informationen zum „Occursus“

Alle Informationen zum „Occursus“ – speziell auch zur Dotierung, zu den Teilnahmebedingungen und zur Einreichung sowie zu den bisherigen Siegerprojekten – finden Sie auf: www.occursus.at

„Kommunikation in der Onkologie ist ein Thema, das mir persönlich sehr am Herzen liegt. Als der ‚Occursus – Anerkennungs- und Förderpreis für Kommunikation in der Onkologie‘ vor einigen Jahren von der OeGHO ins Leben gerufen wurde, habe ich gerne zugesagt, dort im Rahmen der Jury Projekte mit auszusuchen, die für eine Prämierung geeignet sind – Projekte, die vor allem dem Wohl der Patienten dienen.“



Helga Thurnher
Präsidentin der
„Selbsthilfe Darmkrebs“

Mediaplanet

DURCH DICK UND DÜNN

Die Magen-Darm-Gesundheit ist für 80 Prozent des intakten Immunsystems verantwortlich. Beschwerden treten bei allen Menschen weltweit auf: von kleinem Unbehagen bis hin zu Erkrankungen mit schwerwiegenden Folgen.

Awareness schaffen

Unser Ziel ist es, mit der Kampagne „Magen-Darm-Gesundheit“ in ganz Österreich für die nötige Aufklärung und ein erhöhtes Bewusstsein zu sorgen – sowohl mit unserer österreichweiten Printausgabe über DerStandard, als auch online unter: www.dergesundheitsratgeber.at.

Inspiration und Information

Dank Experteninterviews, Erfahrungsberichten von Patienten sowie aktuellen Studien wird unsere Leserschaft über die zentrale Rolle des Magen-Darm-Traktes aufgeklärt.

Diesjährige Themenschwerpunkte sind beispielsweise:

Vorsorge leicht gemacht!

Dr. Friedrich A. Weiser, FA für Chirurgie und Viszeralchirurgie, zeigt, wie man die Angst vor der Koloskopie überwinden kann und welche Alternativen es gibt.

Cancelling Cancer!

Benni Wollmershäuser spricht über seine Diagnose, sein Leben mit dem Stoma und warum er trotz aller Widrigkeiten sein Leben genießt.

Wenn die Verdauung zur Qual wird!

In Österreich leiden bis zu 20% der Bevölkerung am Reizdarmsyndrom.

MEDIA PLANET

Das ist Mediaplanet

Eine international tätige Content Marketing-Gruppe, die weltweit in Zusammenarbeit mit Experten, über eigene Kanäle sowie über Partnernetzwerke crossmediale Kampagnen – insbesondere zu Gesundheitsthemen – publiziert. redaktion.at@mediaplanet.com www.mediaplanet.com

Starke Nägel: Mehr als eine Frage der Ästhetik

Ein Beitrag von Mag. pharm. Karin Simonitsch



Mag. pharm. Karin Simonitsch
Apothekerin in Wien



© Fotolia

Neben der Schutzfunktion, die sie erfüllen, gelten starke und gepflegte Nägel seit jeher auch als Schönheitsideal. Lange Fingernägel waren dabei vor allem Symbol des Wohlstands – sie waren nicht „abgearbeitet“. Die regelmäßige Nagelpflege steht deshalb bereits seit Jahrhunderten hoch im Kurs. Wenn Nägel ihre Form, Farbe oder Beschaffenheit verändern, kann das oft aber mehr als ein kosmetisches Problem sein.

Veränderungen sollte man genau unter die Lupe nehmen.

Kleine **weiße Flecken** auf den Nägeln kennt fast jeder – sie sind meist harmlos und auf Lufteinschlüsse durch kleinere Stöße auf den Nagel zurückzuführen.

Brüchige Nägel hingegen sind vor allem ein „Frauen-Problem“ – das weibliche Geschlecht ist doppelt so häufig betroffen wie das männliche. Wenn Nägel brüchig und

weich werden, kann das verschiedene Ursachen haben: Von einer Reizung durch Seifen, Reinigungs- oder Lösungsmittel über Vitamin- oder Mineralstoff-Mangel bis hin zur möglichen Nebenwirkung von Zytostatika während einer Chemotherapie. Auch anhaltender Stress kann zu dünnen, splitternden Nägeln führen.

Ist etwa ein **Nagelpilz** die Ursache, kann das auch an der zusätzlich gelblichen Verfärbung der Nägel erkannt werden.

Gesunde und ausgewogene **Ernährung** unterstützt auch ein gesundes Nagel- und Haarwachstum. Nahrungsergänzungsmittel wie Biotin können gegebenenfalls helfen, die Nägel zusätzlich zu stärken. Das wasserlösliche Vitamin unterstützt die Bildung des Proteins Keratin, aus dem Haare und Nägel zu einem Großteil bestehen. Zusätzlich sollten brüchige Nägel auch so gut wie möglich geschont werden. Beim Putzen oder Abspülen etwa Handschuhe tragen und bei der Nagelpflege die Nägel nur mit Nagelfeilen – am besten mit einer hochwertigen Kristallfeile – kürzen. Spezielle Nagelöle erhöhen außerdem die Widerstandskraft der Nägel.

Was am besten passt, ist sehr individuell, deshalb: Lassen Sie sich gut beraten!

Sanfte Küche

Neue Rezepte für Darmkrebspatienten

Eine Darmkrebstherapie bringt häufig Nebenwirkungen – vor allem Durchfall – mit sich. Ernährung ist ein wesentlicher Faktor, durch den Sie selbst zur Verbesserung Ihrer Lebensqualität beitragen können, um möglichen Beschwerden vorzubeugen bzw. diese zu lindern.

Mit Unterstützung von Sanofi Genzyme und der **Selbsthilfe Darmkrebs** haben zwei erfahrene Experten – der Onkologe Univ. Prof. Dr. Ewald Wöll und die Diät-

ologin Edburg Edlinger, BSc – für Sie, liebe Patientin und lieber Patient, eine Auswahl an Rezepten für mehr Wohlbefinden zusammengestellt. Rezepte und alltagstaugliche Tipps, die Ihren Darm rasch wieder besänftigen und Ihnen helfen, Ihre Balance wiederzufinden.

Dieses kleine Buch soll Sie während der Akut-Phase begleiten, beim Kostaufbau unterstützen und Ihnen bei der Vermeidung weiterer Darmbeschwerden helfen.

Sie können das Büchlein kostenlos bestellen bei:

Selbsthilfe Darmkrebs

Helga Thurnher

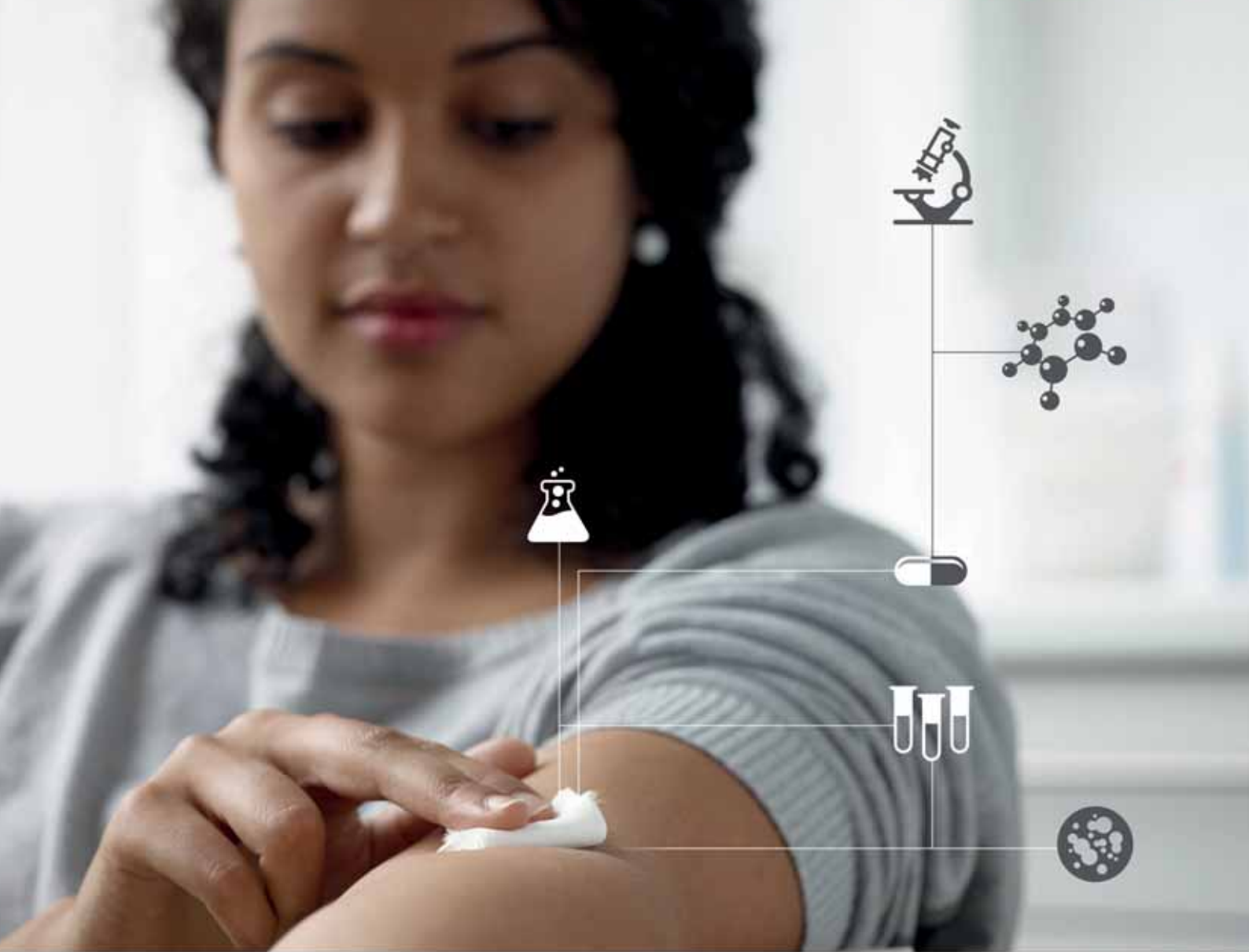
☎ +43 (0)676 934 07 46

@ info@selbsthilfe-darmkrebs.at

🌐 www.selbsthilfe-darmkrebs.at

Wir wünschen schon jetzt viel Erfolg – und vor allem guten Appetit!





Menschen sind verschieden – Krankheiten sind es auch.

Daher haben wir uns der Erforschung und Entwicklung innovativer personalisierter Arzneimittel und zielgerichteter diagnostischer Tests verschrieben – um Menschen ein besseres und längeres Leben zu ermöglichen.

