



Liebe Leserinnen und Leser,

Essen und Trinken gehören zu den natürlichsten Dingen des täglichen Lebens. Eine abwechslungsreiche, vielseitige und bedarfsgerechte Ernährung beeinflusst nicht nur unsere Gesundheit, sondern auch unser generelles Wohlbefinden und unsere Lebensqualität. Dennoch machen wir uns meist keine großen Gedanken über das, was wir essen und trinken.

Wenn jedoch eine Krebserkrankung auftritt, beschäftigen sich viele Betroffene mit dem Thema Ernährung. Es kommen zahlreiche Fragen auf:

- Was soll ich essen?
- Gibt es eine spezielle Krebsdiät?
- Kann ich durch eine spezielle Ernährungsweise einen Beitrag zur Krebsbehandlung leisten?
- Was mache ich, wenn es während der Chemotherapie zu Nebenwirkungen mit Auswirkung auf die Ernährung kommt?

Oftmals wird für einen ersten Überblick zu diesen Fragestellungen das Internet befragt. Wie so oft, kann dies „Fluch und Segen“

bedeuten. Auf der einen Seite kann man in kurzer Zeit umfangreiche Informationen zusammentragen. Andererseits steigt häufig mit jedem neu geöffneten Informationsportal die Unsicherheit. Welche Aussagen sind richtig? Sind die Angaben wissenschaftlich gesichert? Passen die verschiedenen Empfehlungen auch zu meinem Fall?

Um Ihnen einen Überblick zur Bedeutung der Ernährung während der Chemotherapie zu geben, wurde dieses Thema als Schwerpunkt dieser Newsletter-Ausgabe gewählt. Für individuelle Fragestellungen und Unterstützung bei der Ernährung, bieten zertifizierte Ernährungsfachkräfte (Oecotrophologen, Diätassistenten), die sich auf das Thema Ernährung bei Krebserkrankungen spezialisiert haben, Beratungen an. In diesem Rahmen kann gezielt auf Ihre Fragen und Ihre individuellen Probleme (z. B. typische Nebenwirkungen der Chemotherapie wie Mundschleimhautentzündung, Appetitlosigkeit, Durchfälle, Gewichtsverlust) eingegangen werden. Sprechen Sie bei Bedarf Ihr onkologisches Behandlungsteam an.



Dr. Angela Jordan

Dr. Angela Jordan
Diätassistentin, Diplom-Oecotrophologin
Ambulante Ernährungsberatung DRK-Kliniken Nordhessen
Beratungsschwerpunkt: Krebserkrankungen, Magen-Darm-Erkrankungen

Intega

Die Intega Studie ist eine randomisierte Phase 2 Studie. Es werden Patienten eingeschlossen mit einem bisher unbehandelten lokal fortgeschrittenen oder metastasierten ösopagogastralem Adenokarzinom. Es gibt 2 Behandlungsarme, in die die Patienten randomisiert werden.

Primäres Ziel der Studie ist, einen Nachweis der klinischen Wirksamkeit von Ipilimumab oder FOLFOX in Kombination mit Nivolumab und Trastuzumab zu bekommen. Ipilimumab und Nivolumab sind sogenannte Immuntherapien.

Die meisten bisher verfügbaren Behandlungsmöglichkeiten für Krebserkrankungen richten sich direkt gegen einen Tumor beziehungsweise gegen Krebszellen.

Die Immunonkologie setzt hingegen auf eine Verstärkung der körpereigenen Abwehr und kann dadurch eine Perspektive im Kampf gegen verschiedene Krebsarten bieten.

Bei weiteren Fragen steht Ihnen Frau Reinemann unter Tel.: 0561/3086-74181 gerne zur Verfügung.

Veranstaltungstermine

(jeweils um 17 Uhr in Konferenzraum 1)

25.10.2018:

Update „Magenkarzinom“ für interessierte Laien

31.10.2018:

Onkologische Fortbildung für Ärzte und andere Medizinprofessio-nelle

Thema:

» Anämie, nicht blutungsbedingt «

Magenkrebs – das Leben geht weiter

Selbsthilfegruppe unterstützt bei Unsicherheiten und Ängsten



Wie lebt es sich ohne Magen? Wenn ein Stück Dünndarm an die Speiseröhre genäht wird und zum Magenersatz wird, was kann man dann noch essen? Diese und andere Fragen beschäftigen die Menschen, die in

die Selbsthilfegruppe Magenkrebs kommen. Vor fünf Jahren lag Margitta Augsten nach der Operation im Roten Kreuz Krankenhaus in Kassel und hatte schon damals das Bedürfnis, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen. Denn im Krankenhaus gab es keine weiteren Patienten mit Magenkrebs und auch in der anschließenden Reha traf sie nur einen weiteren Betroffenen. Über die KISS startete sie eine Initiative für die Suche nach Gleichgesinnten und beim ersten Treffen kamen 10 Teilnehmer z.T. auch mit Angehörigen.

Die Information „Sie können alles essen, Sie müssen es halt ausprobieren“, ist angesichts der großen Unsicherheit wenig hilfreich.

Bei den Gruppentreffen gehört die Ernährung zu den wichtigsten Themen. Was ist gut bekommen, welche Restaurants bieten gutes Essen und verwenden frische Fette? Dabei werden keine Ratschläge gegeben, vielmehr spricht jeder von seinen Erfahrungen.

Auch die Angehörigen sind von der Diagnose Krebs betroffen und sind in der Gruppe willkommen. Nach der Operation bemüht sich der Partner vielleicht, lecker zu kochen, der Betroffene jedoch kann nichts essen. „Ich habe am Anfang zu Hause nur Pellkartoffeln und mal eine Tomatensuppe zu mir genommen“, erzählt Margitta Augsten. Sie traute sich nicht, andere Speisen zu essen. Im Gegensatz dazu hatte ein weiteres Gruppenmitglied von Beginn an wenige Probleme mit dem Essen, er muss zwar kleinere Portionen als früher essen, doch dafür achtet er heute auf bessere Qualität. Andere in der Gruppe hingegen haben nach wie vor Schmerzen und müssen nach und nach die Ernährung wieder aufbauen

Der Austausch von Informationen in der Gruppe ist ganz praktisch – ob nun zur Ernährung oder über Ärzte. „Ein Geben und

Nehmen“, sagen die Gruppenmitglieder und Margitta Augsten hat die Erfahrung gemacht, dass es anderthalb Jahre dauert, bis man sich wieder wie „Ich“ fühlt. Bei diesem Prozess kann die Gruppe hilfreich zur Seite stehen.

Die Diagnose ist nicht nur körperlich, sondern ebenso psychisch und seelisch belastend.

Jede Nachuntersuchung ist für die Betroffenen angstbesetzt – kehrt der Krebs zurück? Ermutigend war das Beispiel eines Betroffenen in der Gruppe, bei dem die Operation 15 Jahre zurückliegt. Aber alle sind sich bewusst, dass es auch anders kommen kann und sie in der Gruppe damit umgehen müssen.

Wichtig für die Betroffenen sind Ärzte und Fachleute, denen sie vertrauen, die das richtige Wort finden, um „auch die Seele zu massieren“, mit denen man beispielsweise Fragen über Sinn und Notwendigkeit einer Chemotherapie vor oder nach der Operation offen klären kann. Auch in die Gruppe werden Ärzte eingeladen, um solche Themen und Fragen zu besprechen. Den Kontakt zu Kliniken haben die Gründungsmitglieder bereits aufgenommen, so besteht ein enger Kontakt zur Onkologie und der psychoonkologischen Abteilung der DRK Kliniken Kassel. Wir wünschen uns, dass Betroffene und Angehörige den Weg in unsere Selbsthilfegruppe finden, auch vor einer Operation.

Zunächst kann man auch erst einmal telefonisch Kontakt aufnehmen. Denn wichtig ist die Erkenntnis, welche sich die Gruppe zum Motto gewählt hat: Magenkrebs – das Leben geht weiter.

Info und Kontakt:

Die Gruppe trifft sich jeden zweiten Mittwoch im Monat, um 14 Uhr im KISS-Selbsthilfetreffpunkt, Treppenstr. 4, Kassel.

Ansprechpartnerin für die Gruppe:
Margitta Augsten, Tel. 0561-882 07 32
oder augstenmf@online.de



Ihr rascher Kontakt mit unseren Kliniken

Krebsberatungsstelle

Telefon 0561/3086-74123

E-Mail: krebsberatung@drk-nh.de

Klinik für Interdisziplinäre Onkologie, Pneumologie

Telefon 0561/3086-74180

E-Mail: onkologie@drk-nh.de

Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Endokrine Chirurgie

Telefon 0561/3086-74201

E-Mail: fasshold@drk-nh.de

Medizinische Klinik

Telefon 0561/3086-4401

E-Mail: inneremedizin@drk-nh.de

Klinik für Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie

Telefon 0561/3086-5530

E-Mail: mkganmeldung@drk-nh.de

Palliativstation

Telefon 0561/3086-73140

E-Mail: station4D@drk-nh.de

Ambulante Palliativversorgung – SAPV

Telefon 0561/3086-74495

E-Mail: palliativteam@drk-nh.de

Sie erreichen den diensthabenden Arzt 24 Stunden täglich unter
Telefon 0561/3086-0



Herausgeber:

DRK-Kliniken Nordhessen Gemeinnützige GmbH
Hansteinstr. 29 | 34121 Kassel

Redaktionsteam: Dr. med. Mathias Kleiß, Priv.-Doz. Dr. med. Homayounfar, Sabrina Reinemann

Verantwortlich: Michael Gribner V.i.S.d.P.

Layout und Druck: Wollenhaupt GmbH