

Pressegespräch zur Gesundheitskompetenz von Krebspatienten

Jedes Jahr erkranken in Deutschland über 510.000 Personen an Krebs. Eine Diagnose, die viele Menschen zunächst ohnmächtig, überfordert und mit zahlreichen Fragen zurücklässt. Wie kann die Gesundheitskompetenz von Krebspatientinnen und Krebspatienten gestärkt werden? Zu diesem Thema veranstalteten das Comprehensive Cancer Center (CCC) München und die Bayerische Krebsgesellschaft Ende Januar im Vorfeld des Weltkrebstages ein digitales Pressegespräch.

Als Referenten fungierten Professor Dr. Volker Heinemann und Professor Dr. Hana Algül, geschäftsführende Direktoren des CCC München sowie Nicole Erickson, M. Sc., Koordinatorin Onkologische Ernährungsberatung am CCC München. Außerdem beteiligten sich Anika Berling-Ernst, Diplom-Sportwissenschaftlerin, B. Sc. Psychologie, vom Zentrum für Prävention und Sportmedizin der Technischen Universität München (TUM), Diplom-Psychologe Markus Bessler, Geschäftsführer Bayerische Krebsgesellschaft e. V., sowie Professorin Dr. Stephanie Combs, Direktorin der Klinik und Poliklinik für RadioOnkologie und Strahlentherapie der TUM. Überdies nahmen Traudl Baumgartner und Dr. Ralf Sambeth, Patientenbeiräte des CCC, an der Veranstaltung teil.

„Das historische Arzt-Patienten-Bild sieht den aktiv entscheidenden Arzt als Experten im weißen Kittel und den Patienten eher in der passiven Rolle. Wie können die Patienten befähigt werden, aus dieser passiven Rolle herauszutreten?“, fragte Heinemann zu Beginn des Pressegesprächs – und beantwortete die Frage gleich selbst: Damit Patienten eine höhere Gesundheitskompetenz erreichen könnten, müssten medizinische Informationen von den behandelnden Ärzten in eine verständliche Sprache übersetzt werden. In der onkologischen Spitzenmedizin der zertifizierten Krebszentren sei dies bereits gelebte Praxis, ergänzte Algül: Dort würden Patienten gemäß dem aktuellen Stand der Forschung eine individuelle Aufklärung über die jeweilige Krebserkrankung, über personalisierte Therapiemöglichkeiten entsprechend den jeweiligen genetischen Besonderheiten sowie über damit möglicherweise einhergehende Risiken und Nebenwirkungen erhalten. Auch individuelle Informationen über unterstützende Maßnahmen aus den Bereichen Ernährung, Bewegung und Komplementärmedizin seien inzwischen Teil des Beratungsangebots.

Doch wie können Behandlungsbedürftige selbst ihr Wissen über eine Krebserkrankung erhöhen und aktiv zu deren Bewältigung beitragen? „Grundsätzlich informiert sich die Mehrheit der Krebspatienten eingehend über das Internet, Bücher und Zeitschriften über die eigene Krankheit sowie Therapiemöglichkeiten – manchmal sogar etwas zu viel“, erläutert Bessler. Denn eine Flut an In-

fos könne den Einzelnen auch überfordern – vor allem, wenn darunter auch Widersprüchliches zu finden sei. Deshalb sei es wichtig, dass sowohl die behandelnden Ärzte als auch psychosoziale Krebsberatungsstellen Patienten beim Bewerten dieser Daten unterstützten. Beratungsstellen böten Erkrankten und Angehörigen außerdem einen geschützten Raum, wo sie offen über ihre Anliegen sprechen könnten. „Dort entwickeln sie mit den Beratern individuelle Krisenbewältigungsstrategien und neue Perspektiven für das Leben“, so Bessler.

Daneben gebe es zahlreiche weitere Angebote für Patienten und ihre Angehörigen, wie zum Beispiel die Kinder- und Familiensprechstunde, die vom Verein Lebensmut e. V. getragen werde, erläuterte Sambeth, der von 2006 bis 2008 seine Frau durch die Krebstherapie begleitete. Auch Selbsthilfegruppen könnten die Krisenbewältigung unterstützen sowie zur Weitergabe praxistauglicher Informationen beitragen, betonte Baumgartner mit Bezug auf ihre eigene Erfahrung als Brustkrebspatientin.

„Patient Empowerment“ durch Sporttherapie und angepasste Ernährung?

Wie ein Krebspatient durch eine angepasste Ernährung sowie eine maßgeschneiderte Sporttherapie eigenverantwortlich an seiner Genesung mitwirken kann, erläuterten Erickson und



Professor Dr. Volker Heinemann, stellvertretender geschäftsführender Direktor des Comprehensive Cancer Center München

Berling-Ernst. Dabei unterscheide sich die Ernährung in der Therapiephase laut Erickson von dem, was normalerweise unter einer gesunden Ernährung verstanden werde. Das Hauptziel sei, den erkrankten Körper mit ausreichend Energie und Nährstoffen zu versorgen. „Die konkreten Ernährungsempfehlungen sind jedoch sehr individuell. Sie richten sich nach den Bedürfnissen, dem Gewicht, den Beschwerden und dem Lebensstil des jeweiligen Patienten“, so Erickson.

Auch im Hinblick auf Sport hätten Krebspatienten das Heft an ihrer Heilung mitzuwirken ein Stück weit selbst in der Hand, betonte Berling-Ernst: „Sport ist so wichtig wie ein Medikament. Durch Sport kann die Lebensqualität verbessert, Angst vermindert und auch das Erschöpfungssyndrom sehr gut gelindert werden.“ Des Weiteren gebe es Hinweise, dass Sport bei einigen Krebsarten wie Brust- oder Darmkrebs das Fortschreiten der Krankheit verlangsamt und die Heilungschancen verbessere. Auch therapiebedingte Nebenwirkungen wie Übelkeit oder Magen-Darm-Probleme könnten durch ein individuell angepasstes Sport- oder Bewegungsprogramm reduziert werden.

Mit Bezug auf das Thema Komplementärmedizin bemerkte Combs, dass deren Einsatz gut mit einem Onkologen abgestimmt werden müsse. Gezielt eingesetzt könne sie eine Krebstherapie aber wirksam unterstützen.

Florian Wagle (BLÄK)