

Am 4. Februar ist Weltkrebstag mit dem Thema „Krebsrisiko senken“

„Wir können. Ich kann.“

Jährlich am 4. Februar findet eine Bewusstseinskampagne zum Thema Krebs statt.

Burgenlandkreis (wm). Die UICC (Internationale Vereinigung gegen Krebs) führt jedes Jahr am 4. Februar eine internationale Bewusstseinskampagne rund um das Thema Krebs durch. Wie in den vergangenen beiden Jahren lautet der Slogan der Kampagne auch 2018 „We can – I can“ (Wir können. Ich kann). Damit soll aufgezeigt werden, wie Gemeinden oder Einzelpersonen dazu beitragen können, die Belastung durch Krebs zu reduzieren. Vor keiner anderen Krankheit fürchten sich die Deutschen so sehr wie vor Krebs: Fast 70 Prozent der Bundesbürger haben Angst vor einem bösartigen Tumor - weit mehr als vor Demenz oder Schlaganfall. Informationen

und fundiertes Wissen können helfen, der Krankheit ihren Schrecken zu nehmen.

Doch wo kann man sich das Wissen holen? Wo wird man verstanden? Wo bekommt man Ratschläge und Hilfe? Die Antwort ist einfach: In einer Selbsthilfegruppe. Super Sonntag besuchte am Mittwoch die SHG „Männer mit Krebs“ Weißenfels, die sich jeweils am letzten Mittwoch im Monat in der Gaststätte „Stadt Weißenfels“ trifft. Gert Brückner hat sie 2001 auf Anregung der Frauengruppe „Frauen nach Krebs“ gegründet. Er selbst war an Kehlkopfkrebs erkrankt und fand schnell drei Mitstreiter. Doch erst, als das Krankenhaus Weißenfels um Hilfe gebeten wurde, kam mehr Bewegung in die Gruppe und der Zulauf wurde größer. Schließlich bildeten sich Gruppen nach Krankheitsbildern. *Fortsetzung Seite 2*



Klaus-Peter Berszuck, SHG-Leiter Gert Brückner, Arnd Ewert, Udo Lorenz und Kurt Behrens (v.l.) besprechen den Jahresplan der Gruppe. Foto: W.-E. Mardas

Fortsetzung von Seite 1

„Wir können. Ich kann.“

Gert Brückner und seine Mitstreiter entschieden sich für die wohl häufigste Krebsart bei Männern: Prostata- und Darmkrebs. Jährlich werden in der Asklepios Klinik Weißenfels zahlreiche neue Prostata-Fälle und Darmkrebs-Neuerkrankungen diagnostiziert. Wann und wie helfen Selbsthilfegruppen?

Gert Brückner: „Wer die Diagnose bekommt, für den bricht erst einmal eine Welt zusammen und Zukunftsängste machen sich breit. Wie geht es mit mir weiter? Was hat die Krankheit für meine Familie für Auswirkungen? Kann ich wieder gesund werden? In dieser Zeit steht die Behandlung im Vordergrund. Erst zum Ende der Behandlung oder der anschließenden Reha stellt sich die Frage Wie weiter?“

Kurt Behrens hat von einer Krankenschwester während der Reha erfahren, dass es in Weißenfels eine derartige Selbsthilfegruppe gibt. Andere haben diese Information aus Fachzeitschriften während der Reha bekommen.

„Oft ermutigen auch die Angehörigen der Betroffenen doch

an den Gruppentreffen teilzunehmen. Unsere Gruppe ist offen für den Burgenlandkreis und darüber hinaus“, sagt Gert Brückner. „Wir bieten Vorträge von Ärzten, Apotheken und anderen Fachkräften an. Dazu hat jeder auch seine ganz persönlichen Erfahrungen gesammelt, die er gern weiter gibt. Wir nehmen auch an Weiterbildungsveranstaltungen in der Klinik teil. Dabei ist alles auf freiwilliger Basis. Auch die enge Zusammenarbeit mit der Krebsgesellschaft Sachsen-Anhalt ist von Bedeutung. Sie zahlt zum Beispiel Fördermittel für verschiedene Projekte.“

Jeden letzten Mittwoch im Monat trifft sich die SHG Männer nach Krebs von 18 bis etwa 20 Uhr im Restaurant „Stadt Weißenfels“ in der Merseburger Straße 67. Es ist immer eine gemütliche Runde, die natürlich auch psychologisch aufbaut, denn auch wenn der Krebs besiegt ist, kann er wieder kommen.

Ausserdem organisiert die Gruppe zahlreiche Fahrten im Jahr, zu der auch die Ehe- oder Lebenspartnerinnen eingeladen sind. So stehen in diesem Jahr

auf dem Plan: Leipzig bis Bus und Schiff entdecken, Kassel und die Wasserspiele, die Dornburger Schlösser mit Planetariumsbesuch, ein Besuch der Mühle Zeddenbach, Schokoladenspezialitäten live erleben, eine Fahrgastschiffahrt auf dem Geiseltalsee, eine Tour durch das Mühlthal und Kaffee mit allen Sinnen erleben mit einer Showröstung.

„Es ist eine richtig tolle Männerrunde. Wer einmal hier war, der kommt auch wieder“, sagte Klaus-Peter Berszuck.

Info:

*Ansprechpartner in Weißenfels sind:
SHG Männer nach Krebs (Prostata- und Darmkrebs) Gert Brückner, 03443 / 203206 oder 0173 / 8803756 anrufen oder per E-Mail Kontakt aufnehmen gertbrueckner@web.de.
SHG Frauen nach Krebs Katrin Maasch-Degenhardt, Tel. 0 34 43-8 98 64 07 oder k.maasch-degenhardt@frauen-selbsthilfe.de*

Klinisches Krebsregister

BLK (red). Das Klinische Krebsregister Sachsen-Anhalt hat zum 1. Januar die Arbeit aufgenommen. Krebs ist die zweithäufigste Todesursache in Deutschland. Die Dokumentation und Auswertung von Daten zur Diagnostik, Therapie und Nachsorge bei dieser Erkrankung ist deshalb bedeutsam. In den Regionalstellen Magdeburg, Dessau und Halle werden Daten von Krebspatienten nun einheitlich erfasst und ausgewertet. Ziel ist es, dass Betroffene aus dem Wissen über die Verläufe der Erkrankungen profitieren und Behandlungspfade optimiert werden. Klinische Krebsregister erfassen systematisch viele wichtige Informationen zur Diagnose, Therapie und Verlauf einer Krebserkrankung und unterstützen bei der Beantwortung von Fragen, wie zum Beispiel welchen Einfluss spezielle Krebstherapien auf die Lebensqualität der Patienten besitzen.

Lesen Sie mehr zum Thema auf Seite 3

Umfassende Hilfe bei der Diagnose Krebs

Ein Verein unterstützt Krebspatienten durch Beratungsangebote.

BLK (mh). Jeder zweite erkrankt in seinem Leben an Krebs. Das ist für die Betroffenen und Angehörigen ein großer Einschnitt ins Leben. In Sachsen-Anhalt gibt es 20.000 Neuerkrankungen im Jahr. „Das ist ein massiver Anstieg“, so Sven Weise, Geschäftsführer Sachsen-Anhaltische Krebsgesellschaft e.V. „Vor allem Hautkrebs bei Frauen zwischen 20 und 30 Jahren ist ein großes Thema. Aber auch Magen-, Bauchspeicheldrüsen-, Darm- und Lungenkrebs, besonders bei Frauen, treten vermehrt auf.“

Mit dem Weltkrebstag am 4. Februar soll die Bevölkerung weiter über das Krebsrisiko aufgeklärt werden. Weniger Alkohol, nicht rauchen, mehr Sport und eine ausgewogene Ernährung - das klingt einfach, ist aber der Anfang zu einem gesünderen Leben.

Kampf um Onkologe

Menschen aus dem Burgenlandkreis fahren bei einer Krebserkrankung nach Halle, Leipzig, Gera oder Jena für die ambulanten Behandlungen. Sven Weise wünscht sich, dass endlich ein Onkologe eine Zulassung erhält: „Ausreichend Internisten gibt es, aber diese Fachkraft fehlt im Burgenlandkreis. Eine Niederlassung würde die Versorgung der Patienten

deutlich verbessern. Oft bezahlen die Krankenkassen die Fahrtkosten nicht. Das belastet die Erkrankten leider finanziell noch zusätzlich.“

Als ein weiteres Manko in der Versorgung von Krebspatienten sieht Sven Weise die langen Wartezeiten für ein Erstgespräch beim Psychologen.

Termine zur Krebsberatung

Die Termine der Sachsen-Anhaltischen Krebsgesellschaft e.V. zur Krebsberatung in den Kliniken in Zeitz und Naumburg sind zurzeit ausgebucht. „Wir freuen uns über die große Nachfrage“, so Sven Weise. „Ein halber Tag im Monat ist einfach zu wenig. Wir würden gern unser Angebot erweitern. Eine Finanzierung ist aber nur durch Spendengelder möglich.“ Für die große Unterstützung des Klinikums Burgenlandkreis bedankt sich Sven Weise. Er hofft, dass die Beratungsangebote ausgebaut werden können. Auch in Weißenfels kann er sich eine Anlaufstelle gut vorstellen.

Die psychoonkologisch ausgebildeten Beraterinnen helfen bei der Bewältigung krankheitsbedingter Probleme und Krisen sowie dabei, familiäre und soziale, partnerschaftliche und berufliche Aspekte zu klären. Ein großes Thema bei den Betroffenen ist auch die finanzielle Absicherung. Die Gespräche sind kostenfrei und vertraulich. Die nächsten Termine fin-



Sven Weise, Geschäftsführer, Sachsen-Anhaltische Krebsgesellschaft e.V. Foto: privat

den am Donnerstag, dem 1. März von 9 bis 12 Uhr in Naumburg und von 13.30 bis 16.30 Uhr in Zeitz statt. Eine telefonische Anmeldung ist unbedingt erforderlich.

Tag der Selbsthilfe

Außerdem ist am 1. März auch der „Tag der Selbsthilfe“ im Naumburger Klinikum geplant.

Info:

Beratungstelefon
0345/4788110
Spende an die Sachsen-Anhaltische Krebsgesellschaft e. V.
Saalesparkasse
IBAN: DE08 8005 3762
0387 3073 17
BIC: NOLADE21HAL

Der Europäische Kodex zur Krebsbekämpfung enthält Maßnahmen, die der einzelne Bürger ergreifen kann, um einer Krebserkrankung vorzubeugen.

1. Rauchen Sie nicht.
2. Sorgen Sie für ein rauchfreies Zuhause
3. Legen Sie Wert auf ein gesundes Körpergewicht.
4. Sorgen Sie für regelmäßige Bewegung im Alltag
5. Ernähren Sie sich gesund
6. Reduzieren Sie Ihren Alkoholkonsum

7. Vermeiden Sie zu viel Sonnenstrahlung
8. Schützen Sie sich am Arbeitsplatz vor krebserregenden Stoffen
9. Finden Sie heraus, ob Sie in Ihrem Zuhause einer erhöhten Strahlenbelastung ausgesetzt sind
10. Für Frauen: Stillen senkt

das Krebsrisiko; Hormonersatztherapien erhöhen das Risiko für Krebserkrankungen

11. Sorgen Sie dafür, dass Ihre Kinder an Impfprogrammen teilnehmen gegen: Hepatitis B, Humanes Papillomavirus

12. Nehmen Sie an bestehenden Krebsfrüherkennungs- und Screening Programmen teil