
MAGAZIN DER DEUTSCHEN KREBSHILFE

KÖRPER UND GEIST FÜR DIE THERAPIE STÄRKEN

Sport und Motivation als Energiequellen

DARMKREBS VERMEIDEN

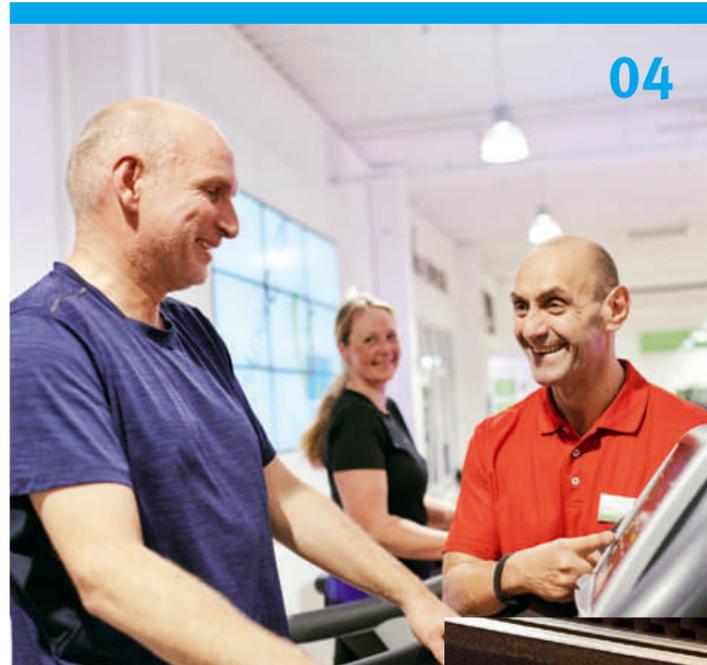
Neue Projekte sollen Früherkennung verbessern

GESUNDHEITSRISIKO SOLARIUM

Das „gefährlichste Kunstwerk der Welt“



Deutsche Krebshilfe
HELFFEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.



04

BEWEGUNG UND SPORT BEI KREBS

- 04 „GEZIELTER SPORT IST MEINE MEDIZIN“
- 06 Jeder kann helfen

AKTUELLES

- 08 APPS, BLOGS, CHATS

HELFEN

- 09 „THE PECHSTEIN“: IN WEIN GEREIFTE E-GITARRE VERSTEIGERT

FOKUS DEUTSCHE KREBSHILFE

- 10 GEFÄHRliche ILLUSION SOLARIUM

PRÄVENTION

- 13 AUSGEZEICHNET! PRÄVENTIONS- PREIS FÜR KITA-PROJEKT

MILDRED-SCHEEL-FÖRDERKREIS

- 14 „EIN WICHTIGES ZEICHEN GEGEN KREBS UND SEINE FOLGEN“
- 15 Werden Sie Teil des Mildred-Scheel-Förderkreises

WISSENSCHAFT

- 16 CHOLESTERINSENKER GEGEN BRUSTKREBS?
- 17 Darmkrebs frühzeitig erkennen

UNSERE SPENDER

- 18 MITMACHEN HEISST MITHELFEN

NACHRUF

- 22 NACHRUF DR. H.C. HELMUT GEIGER

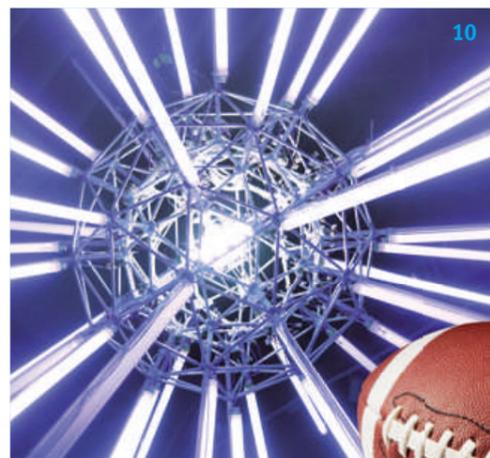
- 20 Impressum
- 20 Leserbrief
- 21 Hilfreiche Wegweiser
- 21 Dr. Mildred Scheel Akademie
- 23 Wir danken
- 23 Ihr gutes Recht



09



„Zuspruch hilft dabei, durchzuhalten und nicht aufzugeben.“



10



18

Liebe Leserin, lieber Leser,

gehören Sie auch zu den Menschen, die zum Jahreswechsel den einen oder anderen guten Vorsatz fassen? Und geht es Ihnen auch so, dass Ende Januar alles oft schon wieder vergessen ist? Meist ist man zu diesem Zeitpunkt bereits wieder in die alten Muster zurückgefallen – statt auf dem Fahrrad zu sitzen oder im Fitnessstudio zu schwitzen, finden sich viele Menschen auf der heimischen Couch wieder. Dabei könnte sich jeder so viel Gutes tun.

Die Vorteile liegen auf der Hand: Wer sich regelmäßig bewegt, steigert sein Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit und senkt gleichzeitig das Krankheitsrisiko. Menschen, die täglich eine halbe Stunde körperlich aktiv sind, bekommen beispielsweise nachweislich seltener Darm-, Brust- oder Prostatakrebs. Das gilt nicht nur für Krebs, sondern auch für eine ganze Reihe anderer ernsthafter Erkrankungen.

Ein kleiner Denkanstoß

Warum also nicht hier und jetzt damit anfangen, ein bisschen gesünder zu leben? Für gute Vorsätze ist es nie zu spät. Jeder Zeitpunkt ist der richtige, ganz gleich, ob es der 1. Januar, der 1. Juli oder der Tag ist, an dem Sie dies hier lesen. Es muss ja nicht direkt die Fünf-Jahresmitgliedschaft im Fitnessstudio sein. Ein Mehr an Bewegung lässt sich wunderbar in den Alltag ein-

bauen: häufiger zu Fuß gehen, öfter mal das Fahrrad für kurze Wege nutzen, Treppen steigen statt Aufzug fahren – es gibt viele Möglichkeiten.

Regelmäßige Bewegung wirkt jedoch nicht nur vorbeugend gegen Krebs. Sportliche Aktivität kann auch entscheidend helfen, das Befinden von Krebspatienten zu verbessern. Sport tut gut! Die positiven Einflüsse wirken sich auf das körperliche, seelische und soziale Befinden aus. Bewegung gibt dem Patienten die Möglichkeit, aktiv etwas für die eigene Genesung zu tun und nicht nur passiv die Krebsbehandlung über sich ergehen zu lassen. Körperliche Aktivität erhöht die Lebensqualität der Betroffenen und verringert die Nebenwirkungen der Krebstherapie. So ging es auch dem Protagonisten der Titelseite unseres aktuellen Magazins. Uli Stein hat nach der Diagnose Krebs ein auf seine Bedürfnisse abgestimmtes Sportprogramm angefangen – mit beispielhaftem Erfolg.

Nun wünsche ich Ihnen eine spannende Lektüre und ein bewegungsreiches Jahr. Bleiben Sie uns auch weiterhin treu, denn nur mit Ihnen an unserer Seite können wir den Kampf gegen den Krebs fortsetzen!

Fritz Pleitgen
Ihr Fritz Pleitgen



DR. H.C. FRITZ PLEITGEN,
Präsident der Deutschen Krebshilfe

„Sie müssen kein Spitzensportler werden. Oft reicht es schon, mehr Bewegung in den Alltag einzubetten, um sich etwas Gutes zu tun.“

DR. H.C. FRITZ PLEITGEN



> www.bit.ly/krebshilfemagazin

„GEZIELTER SPORT IST MEINE MEDIZIN“

Grevenbroich (sr) – Schon bevor Uli Stein 2001 an Lymphknotenkrebs erkrankt, ist Sport sein Ausgleich und Antrieb. Neun Jahre lang kämpft der heute 56-Jährige gegen den Krebs und zwei Rezidive.



Laufbänder surren, Gewichte klirren metallisch, als sie sich an den Trainingsgeräten im Takt der Übungen heben und senken. Es ist früher Abend im Fitnessstudio „uniquesport“ in Grevenbroich bei Düsseldorf. Uli grüßt ein Paar, das sich in Sportsachen und mit Handtuch über der Schulter auf den Weg zur nächsten Station seines Zirkeltrainings macht. „Noch vor ein paar Jahren hätte ich mir nicht träumen lassen, dass ich mal ein Fitnessstudio von innen sehen würde“, erklärt der 56-Jährige, der sich hier nicht nur selbst fit hält, sondern als Trainer auch anderen mit seiner Expertise und Motivation hilft. „Gezielter Sport kann Leben retten, und ich bin mir sicher, dass ich ohne heute nicht mehr leben würde.“

Sich auspowern, an seine Grenzen gehen – Uli liebt die sportliche Herausforderung: In seiner Jugend spielt er leidenschaftlich Fußball, als junger Erwachsener ist der Rennradsport seine Antriebsfeder und sein Ausgleich von der anstrengenden Schichtarbeit

als Schlosser. 400 bis 500 Kilometer fährt der inzwischen dreifache Familienvater durchschnittlich pro Woche. Als er im Jahr 2001 eine Verdickung in der linken Leiste ertastet, vermutet er einen Leistenbruch durch Überanstrengung. Sein Hausarzt schickt ihn ins Krankenhaus. Dort wird eine Gewebeprobe entnommen und pathologisch untersucht. Das Ergebnis: Non-Hodgkin-Lymphom, eine bösartige Erkrankung des lymphatischen Systems, an der jährlich über 18.000 Menschen in Deutschland neu erkranken. Der Tumor hat bereits die Größe einer Banane. „Niemals hätte ich gedacht, dass ich Krebs haben könnte“, erinnert sich Uli. „Ich habe mich gut gefühlt, immer viel Sport gemacht, nie geraucht und so gut wie keinen Alkohol getrunken.“

Sport während der Therapie

Bereits zwei Wochen nach der Diagnose wird der Tumor entfernt, es folgen Bestrahlung und sechs Chemozyklen. Da sich Uli während der anstrengenden Therapie verhältnismäßig fit fühlt, steigt er wieder auf das Rennrad. >>>

Seine Liebe zum Sport nutzt Uli, um sich selbst fit zu halten – und um andere zu unterstützen, etwas für ihre Gesundheit zu tun.

„Ich habe meinen gesundheitlichen Zustand zu dem Zeitpunkt klar überschätzt“, weiß der Grevenbroicher heute. „Mitten im fünften Chemozyklus bin ich 300 Kilometer gefahren. Zwei Tage später bin ich zusammengebrochen, ich war total erschöpft.“ Seine Ärzte raten ihm dazu, in einem Fitnessstudio schonender und nachhaltig zu trainieren. Statt sich auszupowern, baut Uli nun mit professioneller Unterstützung des geschulten Trainerteams gezielt seine Ausdauer und Muskulatur auf. Auch nachdem die Ärzte ihm im Sommer 2002 nach rund acht Monaten Therapie bestätigen, dass er krebsfrei ist, bleibt der Sport Ulis ständige Energiequelle. Durch gezieltes Training und gesunde Ernährung holt er im Juli 2009 den Titel des Deutschen Meisters im Natural Bodybuilding, einer dopingfreien Variante des Kraftsports.

Im Dezember 2009 folgt der erste Rückschlag: In der rechten Leiste hat sich ein Tumor gebildet. Um die erneute Krebserkrankung zu bekämpfen, beginnt im folgenden Februar der erste von insgesamt acht hochdosierten Chemozyklen, die einen Großteil der kranken Zellen zerstören und Uli auf die anschließende autologe Stammzelltransplantation vorbereiten. Hierbei werden ihm seine eigenen, zuvor entnommenen und gereinigten Blutstammzellen über eine Vene erneut zugeführt. Diese siedeln sich anschließend in den Markhöhlen der Knochen an und bilden neue funktionstüchtige Blutzellen.

Die Therapie zeigt jedoch nur kurzzeitigen Erfolg: Vier Wochen gilt Uli als rezidivfrei, bevor im Oktober 2010 sein Hausarzt bei einer Routine-Tastuntersuchung in der Achsel einen Knoten entdeckt und ihn zur Abklärung in ein Kölner Krankenhaus überweist. In der Woche, in der Uli auf die MRT-Untersuchung in Köln wartet, wächst der Tumor von Haselnuss- auf Orangengröße an. Uli wird umgehend operiert. Bei einem anschließenden Kontroll-MRT finden die Ärzte weitere 58 befallene Lymphknoten und Tumore in seinem Körper, insbesondere im Bauchraum und an seiner Aorta. Ein Tumor im Gehirn ist so groß wie eine Zitrone.

„Mein Arzt saß damals vor mir und sagte, dass meine Überlebenschance bei drei Prozent liegt“, erinnert sich Uli. „Aber für mich war die ganze Zeit klar, dass ich es schaffen werde. Ich hatte meinen Gegner vor Augen und wollte ihn besiegen. Endgültig.“ Insgesamt drei Chemozyklen bereiten den damals 47-jährigen Anfang 2011 auf eine erneute Stammzelltransplantation vor. Zu Beginn des Routineeingriffs kommt es zu Komplikationen: In der Narkosemaske befinden sich Reste eines Reinigungsmittels, die ihm beim Einatmen die Lunge verätzen. Uli wird >>>

Uli genießt die Zeit mit seinen Kindern. „Meine Familie schenkt mir Kraft.“



Jeder kann helfen



Gerd Nettekoven,
Vorstandsvorsitzender der
Deutschen Krebshilfe

Uli Stein sieht es als seine gesellschaftliche Aufgabe, die Krebsbekämpfung durch gesammelte Spenden voranzutreiben. Warum sind Benefizaktionen für die Arbeit der Deutschen Krebshilfe so wichtig? Engagierte Menschen wie Uli Stein sind für uns eine große Unterstützung, da wir als gemeinnützige Organisation unsere gesamten Aktivitäten ausschließlich aus freiwilligen Zuwendungen der Bevölkerung finanzieren und somit auf Spenden angewiesen sind. Ein weiterer bedeutender Punkt ist, dass sie eine sehr wichtige Botschaft an die Öffentlichkeit tragen: Mir ist der Kampf gegen Krebs wichtig – und ich möchte krebskranken Menschen und ihren Angehörigen helfen.

Welche Möglichkeiten gibt es, eine Benefizaktion zu organisieren? Ob Konzert, Kuchenverkauf, Spenden-Stream oder Sponsorenlauf – es gibt für Privatpersonen, Firmen und Vereine unzählige Möglichkeiten, Spenden für die Deutsche Krebshilfe oder ihre Stiftung Deutsche KinderKrebshilfe zu sammeln. Und wir bekommen häufig die freudige Rückmeldung, dass Freunde, Bekannte und Kollegen sofort bereit waren, bei der Aktion mitzuhelfen! Sich gemeinschaftlich dem Kampf gegen den Krebs zu stellen: Genau diesen Gedanken hatte Mildred Scheel bei der Gründung der Deutschen Krebshilfe.

Welche Unterstützung bietet die Deutsche Krebshilfe? Unser Benefizaktionen-Team unterstützt engagierte Helfer mit kostenlosen Informations- und Werbematerialien und hilft bei der Beantwortung wichtiger organisatorischer Fragen. Auch auf unserer Internetseite gibt es viele nützliche Infos: > www.krebshilfe.de/mach-mit



Als Trainer unterstützt Uli nicht nur mit seiner Expertise, sondern auch mit seiner Motivation.

welche Wirkung therapiebegleitender Sport auf den Heilungsprozess haben kann“, erklärt Uli.

mit einer Lungenentzündung auf die Intensivstation verlegt. „Als es mir besser ging, startete die nächste Chemo. Sieben Tage, Tag und Nacht. Dann kam die Stammzelltransplantation“, sagt Uli lächelnd, „und mit diesem Moment hatte ich zum ersten Mal das Gefühl, dass ich es geschafft habe.“

„Viele Betroffene wissen gar nicht, welche Wirkung therapiebegleitender Sport auf den Heilungsprozess haben kann.“

ULI STEIN

Körper und Psyche stärken

Seitdem ist Uli krebsfrei – und ein anderer Mensch: „Ich bin ruhiger, ausgeglichener und empathischer geworden“, beschreibt sich der 56-Jährige, „und ich mache nur noch das, worauf ich Lust habe.“ Seine Liebe zum Sport nutzt Uli heute nicht mehr nur, um sich selbst fit zu halten. Als Trainer im Fitnessstudio unterstützt er auch andere, die etwas für ihre Gesundheit tun wollen. Die meisten Besucher kennen ihn und wissen von seiner Geschichte. Er spricht offen darüber, um so anderen mögliche Berührungspunkte zu nehmen. „Irgendwann stand der Erste vor mir und sagte: ‚Ich habe auch Krebs und möchte wieder gesund werden. Was kann ich tun?‘“, erinnert sich Uli. Heute trainiert er einige Klienten, die Krebs haben oder sich von einer zurückliegenden Erkrankung erholen. „Viele Betroffene wissen gar nicht,

Es sei nicht wichtig, den Körper zu überanstrengen, sondern langsam mit Übungen zu stärken, die dem aktuellen gesundheitlichen Zustand angepasst sind. Eine weitere wichtige Rolle spielt die Psyche: „Zuspruch hilft dabei, durchzuhalten und nicht aufzugeben. Und wenn man sich austauscht, fühlt man sich nicht so allein.“



Die Schicksale, die Uli so hautnah erlebt, berühren ihn. „Ich habe nicht nur mein eigenes Wunder erlebt, sondern sehe immer wieder, dass auch viele andere Menschen gesund werden. Aber leider haben nicht alle dieses Glück“, sagt er nachdenklich. Mit der Zeit wächst in ihm zunehmend der Wunsch, sich für krebskranken Menschen einzusetzen. Gemeinsam mit seinem Freund Rene de Byl organisiert er im Oktober 2019 das Aktionswochenende „Grevenbroich bewegt sich“, um Spenden für die Deutsche Krebshilfe zu sammeln. Über 10.000 Euro kommen bei der Aktion zusammen. „Ich war noch nie so glücklich und zufrieden“, freut sich Uli über den Erfolg. Er sei Bestätigung und Ansporn, sich auch zukünftig regelmäßig gegen den Krebs stark zu machen. „Rene und ich haben viele Ideen, auf deren Umsetzung ich mich wahnsinnig freue. Es tut unglaublich gut, es mit persönlichem Einsatz zu schaffen, dass es anderen Menschen besser geht.“ ■

Selbst eine Spendenaktion starten
Ideen und Aktionen sind es, mit denen Spenden für krebskranken Menschen gesammelt werden. Weitere Infos ab S. 18 und unter: > www.krebshilfe.de/spenden-aktiv-werden/aktiv-werden/benefizaktion

APPS, BLOGS, CHATS

Bonn (mas) – Was bedeutet der immer wichtiger werdende digitale Austausch in Internet und Apps für die Arbeit der Krebs-Selbsthilfeorganisationen? Darüber diskutierten Experten und Patientenvertreter am „Tag der Krebs-Selbsthilfe 2019“ im November in Bonn.

Rund 90 Prozent der Deutschen sind mittlerweile online. 66 Prozent informieren sich im Netz über Gesundheitsthemen. Viele Informationsangebote stehen hier jederzeit zur Verfügung. Doch wie sinnvoll und qualitätsgesichert sind diese? Auch die Krebs-Selbsthilfeorganisationen stellt dies vor Herausforderungen. Unter dem Motto „Apps, Blogs, Chats – Selbsthilfe digital“ stand am 6. November die Frage im Fokus: Was brauchen Patienten heute und wie kann die Krebs-Selbsthilfe diese Bedürfnisse erfüllen?

Foren, Soziale Medien, Webinare, Online-Selbsthilfegruppen, Apps: Zu Beginn der Veranstaltung präsentierten verschiedene Selbsthilfeorganisationen ihren „digitalen Weg“ – erzählten von Chancen, Stolpersteinen und gaben den Teilnehmern hilfreiche Tipps für die eigene Selbsthilfearbeit. Chancen und Risiken standen auch bei den weiteren Expertenvorträgen im Vordergrund. Die Teilnehmer waren sich da-

rüber einig, dass sich durch qualitativ gute Informationen und den Austausch im Netz viele Patienten erreichen lassen – unabhängig von Wohnort und Gesundheitszustand. Eines muss hierbei aber besonders geschützt werden: die Gesundheitsdaten der Krebspatienten!

Wichtig im Netz: Datenschutz

Was kann die Forschung zur Digitalisierung der Krebs-Selbsthilfe beitragen? Dieser Frage widmeten sich Professor Dr. Joachim Weis vom Universitätsklinikum Freiburg und Dr. Christopher Kofahl vom Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf und kamen dabei zu dem Schluss: Auch wenn hier noch ein hoher Forschungsbedarf besteht, ist jetzt allerdings bereits ersichtlich, dass digitale Gruppenangebote nicht wirksamer sind, als „herkömmliche“ Angebote der Krebs-Selbsthilfe – weder auf informativer, noch auf emotionaler

Ebene. Für Ratsuchende ist außerdem wichtig, dass der Austausch im Netz qualitativ überwacht wird – zum Beispiel durch Moderatoren, die bei Falschinformationen oder Beleidigungen regulierend eingreifen. Hier sind Seriosität und Neutralität gefordert.

In einer abschließenden Podiumsdiskussion zogen Experten und Vertreter der Krebs-Selbsthilfe Bilanz: Im Austausch mit Betroffenen und Angehörigen ist die „klassische“, persönliche Kommunikation weiterhin unverzichtbar. Um nahe an den Bedürfnissen der Betroffenen zu bleiben und der digitalen Entwicklung Rechnung zu tragen, muss die Krebs-Selbsthilfe jedoch auch neue, digitale Angebote integrieren. Wichtig hierbei: den Datenschutz zu beachten sowie zu prüfen, welches Angebot zur eigenen Organisation passt und wo sinnvolle Anknüpfungspunkte zu anderen Selbsthilfeorganisationen genutzt werden können. So kann eine verantwortungs- und wirkungsvolle Kommunikation auch in Zukunft gelingen. Am Ende des Tages versprach Gerd Nettekoven, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Krebshilfe, die Krebs-Selbsthilfe weiterhin bei der Digitalisierung zu unterstützen.

Weitere Informationen zur Krebs-Selbsthilfe sowie Ansprechpartner der von der Deutschen Krebshilfe geförderten Krebs-Selbsthilfeorganisationen finden Sie hier:
www.krebshilfe.de/selbsthilfe
www.hausderkrebsselbsthilfe.de ■

Diskutierten auf dem Podium die Ergebnisse des Tages (v. l.): Kathrin Spielvogel, Frauenselbsthilfe nach Krebs, Dr. Stefanie Houwaart, BRCA-Netzwerk, Ernst-Günther Carl, Haus der Krebs-Selbsthilfe – Bundesverband e.V., Miriam Walther, NAKOS, Gerd Nettekoven und Dr. Christopher Kofahl.



„THE PECHSTEIN“: IN WEIN GEREIFTE E-GITARRE VERSTEIGERT

Deidesheim (sr) – Mit einer ungewöhnlichen Aktion unterstützten vier Freunde aus dem rheinland-pfälzischen Weinort Deidesheim die Deutsche KinderKrebshilfe: Sie fertigten und versteigerten eine in Riesling fermentierte E-Gitarre, zu der jeder Beteiligte einen besonderen Beitrag leistete.

Stephan Attmann, Betriebsleiter des Weinguts „Von Winning“, Ralf Mattern, Böttchermeister der Fassmanufaktur Mattern, Kirk Bauer, Diplomingenieur für Weinbau und Getränketechnologie, sowie Gitarrenbauer Jens Ritter verbindet neben einer langen Freundschaft die Leidenschaft für Wein. Gemeinsam entwickelten sie die Idee für ein ungewöhnliches Projekt, dessen Erlös krebskranken Kindern und Jugendlichen zugutekommen sollte: Auf Initiative von Kirk Bauer fertigte Jens Ritter einen Gitarrenkorpus aus Eichenholz, der über ein Jahr im Riesling „Pechstein“ von Stephan Attmann in einem Weinfass von Ralf Mattern lagerte, hergestellt aus demselben Stamm wie das Instrument. „Es war wirklich ein hochinteressantes Experiment“, erinnert sich Jens Ritter, „denn eigentlich ist Eiche überhaupt kein Klangholz, und wir konnten nicht absehen, wie sich die Gitarre entwickeln würde.“ Das Ergebnis war umso überraschender: Der Wein entzog dem Holz während der Reifung Tannine und Schwebstoffe und sorgte dafür, dass der Gitarrenkorpus freier schwingen konnte. „Das Instrument hat durch die Reifung ein ganz besonderes Klangbild bekommen: knackig und rau“, freut sich Ritter. „The Pechstein“, wie die E-Gitarre seit ihrer Fertigung genannt wird, wurde nun für über 14.000 Euro von einem amerikanischen Kunstsammler ersteigert.

Doch nicht nur das Ergebnis der Auktion sollte krebskranken Kindern helfen: 500 Flaschen des namensgebenden Weines aus bester Lage, in dem die Gitarre reifte, wurden ebenfalls zugunsten der Deutschen KinderKrebshilfe für je 69 Euro verkauft. Dies erhöhte den Gesamterlös auf insgesamt 32.000 Euro. „Es war uns wichtig,

dass das komplette Geld und nicht nur der Gewinn gespendet wird“, erklärt Jens Ritter. „So haben wir auch ein schönes Gefühl, dass wir mit der ganzen Sache, die als Spaßprojekt startete, auch etwas zu einem guten Zweck beitragen können.“

Möchten auch Sie sich für krebskranke Menschen einsetzen? Die Deutsche Krebshilfe unterstützt engagierte Helfer mit kostenlosen Informations- und Werbematerialien. Wie plane ich eine Spendenaktion? Was muss ich bei der Organisation beachten? Auf unserer Homepage finden Sie Antworten auf die wichtigsten Fragen. www.krebshilfe.de/mach-mit

Sie sind noch auf der Suche nach der passenden Idee? Unter www.krebshilfe.de/gute-taten finden Sie beispielhafte Aktionen, deren Erlös krebskranken Menschen zugutekommt. ■

1
Der Gitarrenkorpus reifte 12 Monate im Riesling.

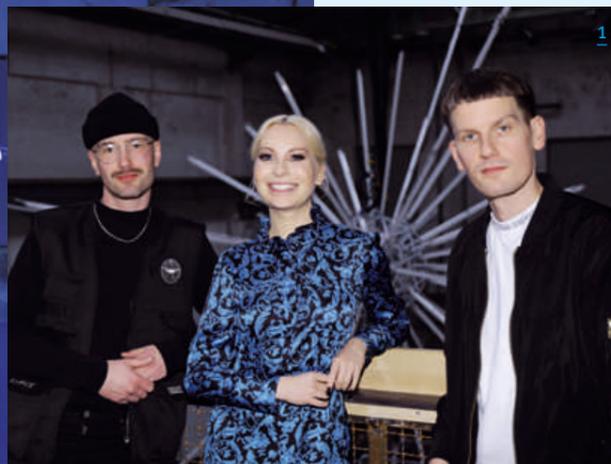
2
„The Pechstein“ wurde für 14.000 Euro versteigert.





GEFÄHRLICHE ILLUSION SOLARIUM

Berlin (sts) – „Spectrum. The most dangerous artwork.“: So heißt die spektakuläre Lichtkonstruktion des Künstler-Duos „LOW BROS“, die nur in Schutzkleidung besichtigt werden kann. Bei einer Vernissage mit Experten-Talk am 22. Januar 2020 warnten Vertreter aus Gesundheitswesen, Politik und den Sozialen Medien vor dem „Sonnen“ im Solarium.



1
Das Berliner Künstlerduo Low Bros beeindruckte die Moderatorin Susanne Klehn mit dem gefährlichsten Kunstwerk der Welt.

In weiße Ganzkörperanzüge gekleidet und mit Gesichtsvisieren ausgestattet, die vor krebserregenden ultravioletten Strahlen schützen – nur so konnten die Besucher die Kunstinstitution in den Berliner Reinbeckhallen betreten: Eine dunkle Halle, in der eine künstliche Sonne über einem Altar schwebt – ein Solarium als moderner Tempel in Szene gesetzt. „Ein Sonnenstudio ist in unseren Augen eine Kultstätte, in dem sich ein immer wiederkehrendes Ritual vollzieht. In unserer Installation ‚Spectrum‘ heben wir den Aspekt der Sonnenanbetung heraus und legen den Fokus auf das Objekt der Anbetung: eine Sonne aus echten UV-Röhren, von der eine reale Bedrohung ausgeht“, erläutern Christoph und Florin Schmidt, die LOW BROS, ihr Werk.

„Mich berührt das Kunstwerk sehr“, so Susanne Klehn, Moderatorin und Botschafterin der Deutschen Krebshilfe für Hautkrebsprävention. „Ich selbst habe mich als Jugendliche oft künstlicher UV-Strahlung ausgesetzt. Gebräunte Haut und gute Laune waren zunächst tolle Kicks. Mit 27 Jahren erkrankte ich dann lebensgefährlich an schwarzem Hautkrebs. Es ist mir daher ein Herzensanliegen, dass speziell junge Menschen Solarien fernbleiben.“

„Das größte Problem ist, dass Nutzerinnen und Nutzer ihre Solarienbesuche nicht als ein gesundheitsgefährdendes Verhalten wahrnehmen.“

PD DR. KATHARINA DIEHL

„Solarienbesuche verursachen in Europa rund 3.400 Fälle des besonders gefährlichen schwarzen Hautkrebses pro Jahr. In etwa 800 Fällen führt dies zum Tod.“

PROFESSOR DR. ECKHART BREITBART

Studie weist alarmierende Zahlen auf

Schätzungsweise 140.000 Minderjährige konnten sich alleine 2018 ungehindert der Gefahr durch Solariengeräte aussetzen – trotz gesetzlichem Verbot“, erläutert Gerd Nettekoven, Vorstandsvorsitzender der Stiftung Deutsche Krebshilfe. Grund genug für die Stiftung, gemeinsam mit der Arbeitsgemeinschaft Dermatologische Prävention (ADP) mit einer aufsehenerregenden Aktion auf dieses Gesundheitsrisiko hinzuweisen. Schon seit 2009 dürfen Minderjährige in Deutschland keine Solarien nutzen. „Dieses Gesetz wird aktuell zu oft und zunehmend missachtet“, so Nettekoven. „Zu diesem Ergebnis kommt die repräsentative, bundesweite Beobachtungsstudie ‚Nationales Krebshilfe-Monitoring zur Solariennutzung (NCAM)‘ des Mannheimer Instituts für Public Health, Sozial- und Präventivmedizin (MIPH), die von der Deutschen Krebshilfe gefördert wird.“

Laut NCAM-Studie werden in Deutschland derzeit auch andere gesetzliche Vorgaben nicht eingehalten. „Nach Aussagen der Befragten klärt ein Großteil der Solarienbetreiber ihre Kunden nicht über mögliche Risiken und Gefahren auf. >>>



2
Auf dem Podium (v.l.n.r.): PD Dr. Katharina Diehl, Mannheimer Institut für Public Health, Sozial- und Präventivmedizin (MIPH) der Universität Heidelberg und Rita Schwarzelühr-Sutter, Parlamentarische Staatssekretärin des Bundesministeriums für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit (BMU).



1 Warnhinweis am Kunstwerk, direkt unter der künstlichen Sonne.

„Das ist ja fast Suizid. Am Äquator würde sich doch niemand ungeschützt in die Sonne legen...“

SANDY FÄHSE, SCHAUSPIELER



2 Susanne Klehn im Gespräch mit Sandy Fähse...

3 ... und im Dialog mit Jana Heinisch.



3

Zudem erhielt nur rund ein Drittel der Nutzer einen individuellen Bestrahlungsplan und wird nach Kriterien befragt, die eine Solariennutzung ausschließen könnten, etwa bei bestimmten Erkrankungen und Medikamenteneinnahme“, so die Studienleiterin PD Dr. Katharina Diehl.

Solariennutzer unterschätzen massiv die Gesundheitsgefahr

„Attraktivität“ durch gebräunte Haut und „Entspannung“ gehören nach Angaben der Befragten zu den wesentlichen Gründen, warum etwa jeder zehnte Bundesbürger Solarien nutzt. „Bräune ist nie gesund, sondern ein nur begrenzt wirksamer, körpereigener Schutzmechanismus vor UV-Strahlen – im Sinne eines Hilfeschreies der Haut. Jede Solariennutzung führt zu gesundheitlichen Schäden“, so Professor Dr. Eckhard Breitbart, Dermatologe und Vorsitzender der ADP. „Wer vor dem 35. Lebensjahr regelmäßig einmal pro Monat Solarien nutzt, erhöht laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) sein Risiko, an schwarzem Hautkrebs zu erkranken, um 60 Prozent. Im Schlußwort mit der Weltgesundheitsorganisation und der Strahlenschutzkommission raten wir daher dringend von jeder Solariennutzung ab.“

Weitere Informationen und Impressionen zur Aktion auf www.krebshilfe.de/spectrum ■

„Ich war ein einziges Mal im Solarium und bin total verbrannt. Einmal und nie wieder!“

JANA HEINISCH, INFLUENCERIN

AUSGEZEICHNET! PRÄVENTIONSPREIS FÜR KITA-PROJEKT

Köln (sts) – Seit 2016 fördert die Deutsche Krebshilfe das bundesweite Kita-Sonnenschutzprojekt „CLEVER IN SONNE UND SCHATTEN“. Die Initiatoren wurden nun mit dem Hufeland-Preis geehrt.

Der Hufeland-Preis wird von der Deutschen Ärzteversicherung gestiftet und zählt zu den bedeutendsten deutschen Medizinpreisen. Er wird für richtungswesende Leistungen und herausragende Forschungsergebnisse in der Präventivmedizin verliehen. Seit dem 29. Oktober 2019 gehören auch die Initiatoren des Kita-Sonnenschutzprojektes „CLEVER IN SONNE UND SCHATTEN“ zu den Preisträgern – Professor Dr. Eckhard Breitbart, Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft Dermatologische Prävention e. V. (ADP), Hamburg sowie Dr. Nadja Seidel und Dr. Friederike Stölzel, Leiterinnen des Präventionszentrums des Nationalen Centrum für Tumorerkrankungen / UniversitätsKrebsCentrums Dresden (NCT/UCC).

Sie nahmen die Auszeichnung im Rahmen eines Festaktes entgegen. Das Preisgeld in Höhe von 20.000 Euro nutzen die Initiatoren, um das Projekt künftig weiterzuentwickeln, etwa durch die Übersetzung der Projektmaterialien in andere Sprachen.

„CLEVER IN SONNE UND SCHATTEN“ wurde vom Präventionszentrum des NCT/UCC Dresden in Kooperation mit der Deutschen Krebshilfe, der ADP und der Universität zu Köln/Uniklinik Köln entwickelt. In den vergangenen zwei Jahren wurden mehr als 3.000 kostenfreie Projekt-Pakete an Kindertageseinrichtungen in ganz Deutschland versandt. Die Pakete enthalten umfangreiche Materialien, mit denen sich Erzieher interaktiv weiterbilden und individuelle Strategien



Hufeland-Preisverleihung (v.l.): Timmy Klebb, Deutsche Ärzteversicherung, Prof. Eckhard Breitbart, ADP, Dr. Nadja Seidel, Dr. Friederike Stölzel, NCT/UCC, Prof. Erland Erdmann, Stiftung Hufeland-Preis.

zum Schutz der Kinder vor zu viel Sonne erarbeiten können. Für die Kleinen gibt es Lied-, Film- und Bastelvorlagen zur Gestaltung einer Kinder-Projektwoche und eines Elternnachmittags zum Thema Sonnenschutz.

Kitas, die das Projekt durchgeführt und sich dem UV-Schutz dauerhaft verschrieben haben, können sich als Zeichen ihres Engagements auszeichnen lassen – mit einem Schild für den Eingangsbereich und einem Gütesiegel für ihre Homepage. Mehr als 150 Einrichtungen sind bereits eine „CLEVER IN SONNE UND SCHATTEN-KITA“. Eine projektbegleitende Evaluation hat bereits gezeigt, dass das ausgezeichnete Projekt die Erzieher nachhaltig darin bestärkt, für besseren UV-Schutz der Kinder zu sorgen und Vorbild für richtiges Verhalten im Umgang mit der Sonne zu sein.

Finanziell gefördert wird das Sonnenschutz-Projekt maßgeblich von der Deutschen Krebshilfe. ■

Sonnenclown
Zitzewitz:
kindgerechter
Projekt-Botschafter



„EIN WICHTIGES ZEICHEN GEGEN KREBS UND SEINE FOLGEN“

Berlin (sr) – Als Reinhard Simon Anfang der 1990er Jahre im Magazin „Stern“ einen Bericht über die Not krebskranker Kinder liest, will er nicht untätig bleiben. Kurze Zeit später spendet er erstmalig an die Deutsche Krebshilfe – und unterstützt den Kampf gegen den Krebs seitdem aus Überzeugung dauerhaft. Im Interview spricht er über seine Motivation.

Was verbinden Sie persönlich mit dem Thema Krebs?

Anfangs waren Menschen in meinem Bekanntenkreis betroffen, nach einigen Jahren auch Familienmitglieder – und vor rund drei Jahren bin ich selbst an Prostatakrebs erkrankt. Sowohl die angebotene Unterstützung der Deutschen Krebshilfe in Form von Broschüren zum Thema als auch das INFONETZ KREBS waren eine wertvolle Hilfe, um sich nach der Diagnose Klarheit zu verschaffen. Bereits vor 45 Jahren hat die Deutsche Krebshilfe das Thema Krebs aus der Tabuzone herausgeholt und sich die Lösung des „Problems Krebs“ zur Aufgabe gemacht. Und die Erfolge, die in den vergangenen Jahren und Jahrzehnten in der Krebsbekämpfung erzielt wurden, liegen nachweislich auf der Hand.

Warum haben Sie sich dazu entschieden, den Mildred-Scheel-Förderkreis der Deutschen Krebshilfe dauerhaft zu unterstützen?

Die Krankheit Krebs ist noch nicht besiegt! Aufgrund der Tatsache, dass es immer noch Krebsarten gibt, die unweigerlich zum Tod führen, ist es notwendig, dass die Deutsche Krebshilfe weiterhin umfassend tätig sein kann, um dem abzuwehren. Somit ist eine dauerhafte Förderung wert- und sinnvoll, da sie Planungssicherheit beim Empfänger und auch eine Verbindlichkeit beim Spender schafft. Somit ist die Unterstützung des Mildred-Scheel-Förderkreises für meine Frau und mich ein wichtiges Zeichen bürger-



Reinhard Simon engagiert sich seit vielen Jahren für krebskranke Menschen.

„Die Krankheit Krebs ist noch nicht besiegt – und es muss weiterhin viel getan werden!“

REINHARD SIMON

lichen Engagements gegen den Krebs und seine Folgen.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Ich wünsche mir für die Zukunft, dass alle Krebserkrankungen erfolgreich und auch so schonend wie möglich behandelt werden können, damit den Erkrankten und auch Angehörigen viel Leid erspart bleibt. Für mich persönlich wäre mein Wunsch, dass der Krebs bei mir endgültig beseitigt wird – und meine Frau Eva und ich das Leben noch lange gemeinsam genießen können. ■



ENGAGIEREN SIE SICH!

Schenken Sie kranken Menschen Hoffnung auf ein Leben ohne Krebs.

> www.mildred-scheel-foerderkreis.de



WERDEN SIE TEIL DES MILDRED-SCHEEL-FÖRDERKREISES

Bonn (sr) – Der Mildred-Scheel-Förderkreis wurde bereits 1977 ins Leben gerufen, um mit vereinten Kräften die Deutsche Krebshilfe zu unterstützen: nachhaltig und langfristig. Machen Sie auch mit!

SCHON MIT EINER MONATLICHEN SPENDE AB 5 EURO:

- Unterstützen Sie **dauerhaft** die Krebsbekämpfung auf allen Gebieten.
- Ermöglichen Sie **zuverlässig** wichtige Fortschritte in der Krebsforschung und -therapie.
- Fördern Sie **nachhaltig** unsere Aktivitäten zur Prävention und Früherkennung von Krebs.

Mit seinen regelmäßigen Unterstützern trägt der Mildred-Scheel-Förderkreis zu einer zuverlässigen und planbaren Finanzierung wichtiger Projekte und Initiativen zur Krebsbekämpfung bei. So konnte die Deutsche Krebshilfe in den vergangenen vier Jahrzehnten in zahlreiche Forschungsprojekte investieren und dazu beitragen, die Heilungs-

chancen von krebskranken Menschen stetig zu erhöhen. Außerdem klärt sie über Gesundheitsrisiken, Möglichkeiten der Prävention und der Krebsfrüherkennung auf und sorgt dafür, dass Patienten und deren Angehörige bundesweit jederzeit Rat und Hilfe erhalten. Der Förderkreis sichert zudem die Arbeit der Dr. Mildred Scheel Akademie in Köln: Das Fortbildungsangebot der Akademie ermöglicht es, Menschen im Umgang mit Krebspatienten zu schulen und Betroffenen den Alltag mit Krebs nachhaltig zu erleichtern. Im Mittelpunkt all dieser Maßnahmen steht – ganz im Sinne von Mildred Scheel – immer der krebskranke Mensch.

Als Förderer werden Sie regelmäßig zu Veranstaltungen des Förderkreises und der Deutschen Krebshilfe eingeladen. ■

„Im Sinne meiner Mutter möchte ich Sie daher bitten: Sagen Sie es weiter. Je mehr Menschen mitmachen, umso mehr können wir erreichen. Der Kampf gegen den Krebs ist und bleibt ein Dauerauftrag.“

CORNELIA SCHEEL

CHOLESTERINSENKER GEGEN BRUSTKREBS?

Dresden (ko) – Brustkrebs ist hierzulande die häufigste Tumorart bei Frauen. Wissenschaftler aus Dresden wollen jetzt herausfinden, ob und wie Statine – eine zur Cholesterinsenkung häufig verordnete Medikamentenklasse – wirksam zur Therapie eingesetzt werden können.

Jedes Jahr erkranken in Deutschland etwa 71.900 Frauen und 700 Männer neu an Brustkrebs. Wenn sich Metastasen in den Knochen und anderen Organen entwickeln oder die üblichen Therapien nicht mehr anschlagen, dann verschlechtern sich die Heilungschancen deutlich. Wissenschaftler des Universitätsklinikums Dresden arbeiten jetzt an einer neuen Behandlungsstrategie.

Im Mittelpunkt ihrer Untersuchungen stehen Statine, eine bekannte Medikamentenklasse, die seit vielen Jahren gegen zu hohe Cholesterinwerte verordnet wird und das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall senken soll. Das Wirkprinzip: Die Substanzen hemmen einen wichtigen Stoffwechselweg, der unter anderem der Bildung von Cholesterin dient. Dadurch produziert der Körper weniger von dem fettähnlichen Stoff.

Statine als Krebskiller?

Schon länger ist bekannt, dass derselbe Stoffwechselweg, der zur Cholesterinbildung führt, das Entstehen von Tumoren und das Fortschreiten des Krebsgeschehens fördern kann – so auch bei Brustkrebs. Umgekehrt konnte in Laborversuchen gezeigt werden, dass Statine, die in diesen Stoffwechselweg eingreifen, nicht nur die Cholesterinproduktion senken, sondern auch Tumorzellen abtöten. In klinischen Studien waren diese Erkenntnisse jedoch nicht eindeutig auf Patienten übertragbar.

In Deutschland erkrankt jede 8. Frau im Laufe ihres Lebens an Brustkrebs.

Die Dresdener Forscher wollen nun herausfinden, warum Statine bei Krebspatienten nicht so effektiv wirken wie im Labor. Ihre Vermutung: Die dafür notwendigen Konzentrationen von Statinen können im Tumorgewebe nicht erreicht werden. Doch auch ein anderes Thema beschäftigt die Wissenschaftler: Nicht alle Brustkrebszellen reagieren gleichermaßen empfindlich auf Statine. In einem von der Deutschen Krebshilfe geförderten Forschungsprojekt untersuchen sie, welche Typen von Brustkrebszellen überhaupt auf Statine ansprechen, wie sich Resistenzen entwickeln und wie sich diese aushebeln lassen. Die Erkenntnisse sollen langfristig zu neuartigen, zielgerichteten Therapieansätzen gegen Brustkrebs beitragen.

Weitere aktuelle Projekte finden Sie online unter www.krebshilfe.de/forschungsprojekte ■

Die Deutsche Krebshilfe fördert das Projekt mit

188.000 €



PD Dr. Tilman Rachner,
Medizinische Klinik
und Poliklinik III,
Universitätsklinikum Dresden.



Dr. Andy Göbel,
Medizinische Klinik
und Poliklinik III,
Universitätsklinikum Dresden.

DARMKREBS FRÜHZEITIG ERKENNEN

Heidelberg (chw) – Der immunologische Test auf verstecktes Blut im Stuhl ist eine einfache Untersuchung, um Darmkrebs frühzeitig zu erkennen. In Heidelberg untersuchen zwei Forscherteams derzeit, ob die Genauigkeit des Tests durch Aspirin verbessert und die Auswertung mit Hilfe einer App zu Hause erfolgen kann.

Darmkrebs-Vorstufen mit Aspirin besser erkennen?

Immunologische Stuhltests weisen Blut im Stuhl nach, das mit bloßem Auge nicht sichtbar ist. Damit spüren sie sehr spezifisch rund 75 Prozent aller bösartigen Darmtumoren auf. Doch beim Nachweis von Darmkrebs-Vorstufen wie Polypen oder Adenomen lässt die Empfindlichkeit des Tests noch zu wünschen übrig. Heidelberger Wissenschaftler gehen der Vermutung nach, dass die Einnahme von Aspirin die Nachweisraten steigern könnte – denn Aspirin fördert die Blutungsneigung und möglicherweise findet sich dann auch mehr Blut im Stuhl. Dazu erhalten rund 1.000 Männer vor einer Darmspiegelung vier

Tage lang je eine Aspirin-Tablette. Jede Tablette enthält 100 mg des Wirkstoffs Acetylsalicylsäure. Vor der ersten Einnahme und im weiteren Verlauf bis zur Darmspiegelung werden die Probanden mehrmals um eine Stuhlprobe gebeten. Die Forscher vergleichen dann die Ergebnisse des Stuhltests vor und nach der Aspirin-Einnahme, um zu klären, wie sich dessen Empfindlichkeit durch Aspirin verbessert. Die Deutsche Krebshilfe fördert die Studie mit rund 575.000 Euro. ■



Prof. Dr. Hermann Brenner,
Abteilung Klinische Epidemiologie
und Altersforschung am Deutschen
Krebsforschungszentrum Heidelberg.

Darmkrebsvorsorge per Handy-App?

In einem weiteren Projekt, das die Deutsche Krebshilfe mit rund 318.000 Euro fördert, testen Wissenschaftler eine Smartphone-App, mit der sich der Stuhltest zukünftig in den eigenen vier Wänden durchführen lassen könnte. Derzeit müssen Teilnehmer an dieser gesetzlichen Krebsfrüherkennungsuntersuchung das Test-Röhrchen beim Arzt abholen, damit zu Hause eine Stuhlprobe entnehmen und das Röhrchen wieder in die Praxis bringen. Von dort geht die Probe ins Labor. Nach einigen Tagen erhält der Arzt schließlich den Befund und bespricht das Ergebnis mit dem Versicherten. Mit der Smartphone-App soll die Auswertung der Stuhlprobe direkt im Anschluss an die Entnahme zu Hause erfolgen – also ohne Umwege über Arztpraxis und Labor. Die Anwendung bestimmt den Gehalt des roten Blutfarbstoffs Hämoglobin anhand eines vom Nutzer gemachten Fotos und weist somit verstecktes Blut im Stuhl nach. Die Forscher hoffen, dass sich durch dieses vereinfachte Prozedere mehr Teilnehmer für einen Stuhlbluttest entscheiden. ■



PD Dr. Michael Hoffmeister,
Abteilung Klinische Epidemiologie
und Altersforschung am Deutschen
Krebsforschungszentrum
Heidelberg.



Risikofaktoren

für die Entstehung von Darmkrebs sind:



Rauchen



Übergewicht



Bewegungsmangel



Hoher
Fleischkonsum
vor allem verarbeitetes
und „rotes“ Fleisch
(Rind, Schwein, Lamm)



Häufiger
Alkoholkonsum



Darmkrebs
in der Familie

„Die Früherkennung von Darmkrebs hat nicht nur zum Ziel, Tumoren in einem frühen Stadium zu erkennen. Es geht vor allem auch darum, Krebsvorstufen aufzuspüren und zu entfernen, damit ein Tumor gar nicht erst entsteht.“

PROF. DR. HERMANN BRENNER

MITMACHEN HEISST MITHELFFEN

Viele Menschen wollen aktiv ein Zeichen gegen den Krebs setzen. Hier stellen wir regelmäßig ausgewählte Aktionen vor.

Chef unterstützt Spendenlauf

7.169 Euro für die Deutsche Kinderkrebshilfe – das ist das sensationelle Ergebnis, das die Teams des Medizinischen Versorgungszentrums Dr. Renard & Kollegen beim 24. SportScheck Run in Nürnberg erreicht haben. Dr. Christian Renard hatte versprochen, pro gelaufenem Kilometer 20 Euro zu spenden. 41 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter starteten auf den Strecken über sechs, zehn und 21,1 Kilometer und liefen so insgesamt 358,4 Kilometer. Stefanie Krammel aus dem Bereich Kommunikation schrieb uns: „Wir als Mitarbeiter des Medizinischen Versorgungszentrums Dr. Renard & Kollegen sind tagtäglich mit den Krankengeschichten unserer Patienten konfrontiert, deshalb ist es für uns eine Herzensangelegenheit, insbesondere Kinder bei ihrem Kampf gegen den Krebs zu unterstützen.“



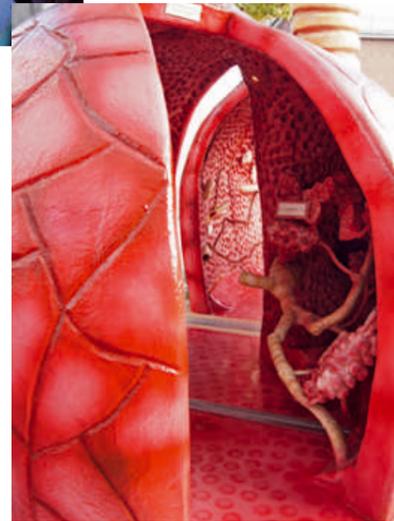
Weihnachtsbaumaktion mit Tradition | Der Freizeitclub „Alte Eibe 79“ Wehrendorf sammelt seit 1974 die ausgedienten Tannenbäume aus den umliegenden Ortschaften Wehrendorfs für den guten Zweck ein. 17 Fahrzeuge wurden benötigt, um die vielen Weihnachtsbäume auf dem Grünabfallplatz in Wittlage zu entsorgen. In diesem Jahr sind über 10.000 Euro zugunsten der Deutschen Krebshilfe zusammengekommen.

Zumba-Charity-Party in Grevenbroich | Im Januar hieß es in Bedburdyck „Let’s Dance, Sweat & Fight against Cancer“. Inspiriert von der Spendenaktion „Grevenbroich bewegt sich“ veranstaltete Tanz- und Fitnesstrainerin Meike Reske eine Zumba-Charity-Party. 110 Tänzerinnen und Tänzer registrierten sich im Vorfeld für die Veranstaltung und ernteten eine Spendensumme in Höhe von 2.100 Euro.



« Handball hilft

Im Dezember ging die letzte von insgesamt 70 Auktionen der Initiative „Handball hilft“ unter den Hammer, bei der besondere Handballerlebnisse zugunsten der Deutschen Krebshilfe versteigert wurden. Die Vereine der 1. und 2. Handball-Bundesliga, die Frauenbundesligisten sowie zahlreiche Partner haben auch in dieser Saison Auktionspakete geschnürt, bei denen es unter anderem ein „Meet & Greet“ mit Handball-Stars, signierte Trikots oder Tickets für Länderspiele zu ersteigern gab. Der Gesamterlös: rund 22.600 Euro für die Arbeit der Deutschen Krebshilfe.



Pferd in Konzert

Zum zehnten und letzten Mal fand im Sommer die Benefizveranstaltung „Pferd in Konzert“ des Vereins Kunst, Wohltätigkeit, Kultur Schweighofen e. V. im rheinland-pfälzischen Schweighofen statt. Bei klassischer Musik konnten die Besucher ästhetische Reitkunst erleben – und für krebskranke Kinder und Jugendliche spenden. Insgesamt gingen über 46.000 Euro – davon 6.500 Euro im Jahr 2019 – an die Deutsche Kinderkrebshilfe.

„ran Football“ erneut gegen Krebs

Das Team der Sportsendung „ran Football“ auf ProSieben Maxx machte im Oktober zum zweiten Mal auf das Thema Krebs aufmerksam und rief zu Spenden für die Deutsche Krebshilfe auf. Zu den Aktionen gehörte die Versteigerung einer Reise zu einem American Football-Spiel in London, eines Footballs mit einem Autogramm des amerikanischen Profispielers Julian Edelman sowie Spendenaufrufe im TV. Insgesamt erbrachten die Aktionen rund 36.900 Euro für die Deutsche Krebshilfe.



Vernissage für den guten Zweck

Unter dem Namen „Goldine Fotografie“ präsentierte die Erfurterin Christin Schreiter im vergangenen Jahr ihre erste Fotoausstellung und zeigte Bilder ihrer Reisen nach Nordamerika und Großbritannien. Dabei rief sie nicht nur ihre Besucher zu Spenden auf, sondern unterstützte die Deutsche Krebshilfe ebenfalls mit der Hälfte ihrer Verkaufserlöse: 520 Euro kamen dabei für krebskranke Menschen zusammen.

« Aktionstag „Gemeinsam gegen Krebs“

Der erste Aktionstag des Niederrheinischen Zentrums für Tumorerkrankungen unter dem Motto „Krebs im Blick“ stieß im Oktober bei den Besuchern auf reges Interesse, Medizin „hautnah“ zu erleben. Neben vielen Informationsmöglichkeiten, einer begehren Lunge sowie kostenlosen Vorsorgeuntersuchungen konnten sich die Teilnehmer auch sportlich für den guten Zweck betätigen: Auf einem Ergometer wurden zugunsten der Deutschen Krebshilfe Spenden „erradelt“. Insgesamt landeten über 1.000 Euro in der Spendendose.

Spenden statt Geschenke | Am 21. September 2019 gaben sich Manuela und Werner Weishaupt aus Karlsruhe das Ja-Wort. Zu ihrer Hochzeitsfeier verzichteten die beiden auf Geschenke und baten ihre Gäste stattdessen um Spenden. 1.850 Euro kamen dabei für krebskranke Menschen zusammen. „Es ist uns sehr wichtig, die Arbeit der Deutschen Krebshilfe zu unterstützen,“ so Werner Weishaupt. „Ich bin dankbar, dass ich meine eigene Krebserkrankung so gut überstanden habe. Mit unserer Spende wollen wir anderen Betroffenen Mut machen und dabei helfen, die Heilungschancen zu verbessern.“



Ideen und Aktionen sind es, mit denen Spenden für krebskranke Menschen gesammelt werden. Wenn auch Sie sich engagieren möchten, beraten wir Sie gerne. Wir freuen uns auf Ihren Anruf oder Ihre E-Mail.

Kontakt „Benefizaktionen“
Michelle Arck, Silvia Schuth
Telefon: 02 28 / 7 29 90-532, -537
benefizaktionen@krebshilfe.de

Kontakt „Spenden statt Geschenke“
Monika Albers, Cornelia Nitz
Telefon: 02 28 / 7 29 90-522, -552
spenden-statt-geschenke@krebshilfe.de

Wir bedanken uns herzlich bei allen Spendern für die Unterstützung im vergangenen Jahr!

LESERBRIEFE

Wir freuen uns über Ihre Beiträge, mit denen Sie anderen Krebspatienten Mut und Hoffnung machen.



Schicken Sie uns gerne Ihre Beiträge, Fragen und Anregungen:

Redaktion „Magazin der Deutschen Krebshilfe“
Christiana Tschoepe
Buschstraße 32, 53113 Bonn
magazin@krebshilfe.de

Anderen Mut zusprechen

Immer optimistisch in die Zukunft schauen: Mit diesem Leserbrief möchte ich allen Menschen Mut zusprechen. Ich bin fast 80 Jahre alt und habe im Oktober 2019 eine Blasenoperation hinter mich gebracht. Aber deshalb lasse ich meinen Kopf nicht hängen. Der Deutschen Krebshilfe möchte ich hiermit ein riesiges Lob aussprechen. Frau Dr. Mildred Scheel hat mir damals noch geschrieben: „Wir wissen schon viel über Krebs, aber das ist noch nicht genug.“ Ich bin überzeugt von dem, was die Deutsche Krebshilfe schon alles geleistet hat. Machen Sie weiter so! Was Sie bis jetzt erreicht haben, das ist ein Wunder. Sie erweisen den Menschen durch Ihre Arbeit eine große Hilfe!

Hans-Gerd Z., Passau

Fitte Fußballfans

Ich möchte mich hiermit bei der Deutschen Krebshilfe für die Umsetzung des Programms „Fußballfans im Training“ (FFIT) bedanken. Ich selbst war Teilnehmer des 3. Kurses beim 1. FC Köln. Durch das Präventionsprojekt habe ich Kilos im zweistelligen Bereich abgespeckt und fühle mich viel fitter. Das ist bei meiner Vorgeschichte nicht ganz ohne – im April 2016 wurde bei mir ein Bronchialkarzinom diagnostiziert. Das Projekt FFIT hat mir unglaublich viel Kraft gegeben, auch durch die unbändige Freude und Leidenschaft meiner Mitspieler am Fußball und an unserem Lieblingsverein, dem EFFZEH. Danke dafür! Wichtig ist mir auch die Rückmeldung, dass es gerade die Blauen Ratgeber der Deutschen Krebshilfe waren, die mir kurz nach der Krebsdiagnose ein wenig den Horror genommen haben. Mit Ihren Broschüren geben Sie wirklich gute und hilfreiche Tipps im Umgang mit Krebs – sei es für Betroffene oder für Angehörige, für Ernährung oder den Umgang mit Sport. Danke!

Michael N., Köln

Hinweis der Redaktion: Mehr zum Präventionsprojekt „Fußballfans im Training“ finden Sie hier > www.krebshilfe.de/ffit

Dank an den Härtefonds

Ich möchte mich an dieser Stelle noch einmal herzlich für die finanzielle Hilfe aus dem Härtefonds der Deutschen Krebshilfe bedanken – insbesondere im Namen meiner Frau. Ihre Unterstützung hat uns einen Schub Hoffnung gegeben. Denn seelisch den Alltag zu bewältigen, ist das eine. Die finanziellen Alltags-sorgen, sprich die Mehrausgaben durch eine Krebserkrankung, bedrücken und verstärken eine gewisse Ratlosigkeit. Daher: Vielen Dank für Ihre Hilfe. Dabei denken wir auch an die Initiatorin der Stiftung, Dr. Mildred Scheel, die schon vor vielen Jahren erkannt hat, welchen Stellenwert eine solche Einrichtung darstellt – nämlich einen kleinen Sonnenstrahl im persönlichen Kummer.

Margit und Roland E., Marl

Impressum

Das „Magazin der Deutschen Krebshilfe“ erhalten die Freunde und Förderer der Stiftung Deutsche Krebshilfe, der Stiftung Deutsche Kinderkrebshilfe und des Mildred-Scheel-Förderkreises e.V. kostenlos. Der Verkaufspreis beträgt 1 Euro. Das Magazin erscheint vierteljährlich. Nachdruck – auch auszugsweise – nur unter Angabe der Quelle und nach vorheriger Genehmigung. Diese erteilen wir jedoch sehr gerne.

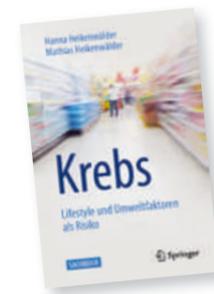
Verantwortlich für den Inhalt: Christiana Tschoepe Redaktionsleitung: Gwydion Brennan (gwb) Redaktionelle Mitarbeit: Susanne Kollé (ko), Silvia Rottland (sr), Stefanie Scheider (sts), Marion Stark (mas), Charlotte Weiß (chw) Herausgeber und Verleger: Stiftung Deutsche Krebshilfe, Buschstraße 32, 53113 Bonn, Postfach 14 67, 53004 Bonn Vorstand: Gerd Nettekoven (Vorsitzender), Dr. Franz Kohlhuber Gestaltung: art tempi communications gmbh, Köln Produktion: WKS Printpartner GmbH ISSN: 09 49 – 81 84, Artikel-Nr. 603 0120 Bildnachweis: Cover, S. 2 oben, S. 4–7 Jann Klee, S. 2, S. 18 iStock / AnthiaCumming, S. 2, S. 10–12 Dennis Schnieber, S. 2, S. 9 Frederic Groß, KGP Visuelle Kommunikation GmbH, S. 3 Deutsche Krebshilfe, S. 5 iStock / teekid, S. 6 Deutsche Krebshilfe, S. 7 iStock / flyfloor, S. 8 Deutsche Krebshilfe, S. 13 NCT/UCC 2018, S. 13 Stiftung Hufeland-Preis, S. 14 privat, S. 15, S. 16 Deutsche Krebshilfe, S. 16 TU Dresden, S. 17 DKFZ, S. 18, 19 Deutsche Krebshilfe, S. 19 links www.organmodelle.de, S. 22, 23 Deutsche Krebshilfe. Zuschriften an: Deutsche Krebshilfe, Buschstraße 32, 53113 Bonn, Telefon: 02 28 / 7 29 90-0, Fax: 02 28 / 7 29 90-11, deutsche@krebshilfe.de, Internet > www.krebshilfe.de



Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel ausgezeichnet

HILFREICHE WEGWEISER

Bonn (sts/mas) – Wie lässt sich das eigene Krebsrisiko reduzieren? Und wie können Betroffene bestmöglich mit ihrer Erkrankung leben? Antworten gibt es in unseren Buchtipps.



« Rund jeder Zweite erkrankt in Deutschland im Laufe seines Lebens an Krebs. Welche Rolle spielen dabei Umwelteinflüsse wie Stress, Fleischkonsum

oder Bewegungsmangel? In „Krebs. Lifestyle und Umweltfaktoren als Risiko“ (Springer-Verlag, 19,99 Euro) informieren die Molekularbiologen Dr. Hanna Heikenwälder über Krebsrisikofaktoren und wie diese vermieden werden können. Die Autoren blicken mit dem Leser in die Zukunft: Was muss sich im Dialog zwischen Wissenschaft, Politik und Gesellschaft ändern für eine umfassendere Prävention? Wie können Therapien verbessert und Nebenwirkungen reduziert werden? »

In Deutschland leben derzeit rund vier Millionen Menschen, die an Krebs erkrankt sind oder waren. In ihrem Buch „Heilung auf Widerruf. Überleben mit und nach Krebs“ (Klett-Cotta Verlag, 17 Euro) erzählt Petra-Alexandra Buhl, wie es ist, mit Krebs zu leben, von den psychischen Folgen, aber auch von neuen, unerwarteten Chancen eines veränderten Lebens. In Geschichten sogenannter Cancer Survivors zeigt die Autorin, wie Betroffene über ihr Leid hinauswachsen und Strategien für ein sinnstiftendes, würdevolles Überleben finden. Dabei wirbt die Autorin für mehr Offenheit im Umgang mit Krebs und für mehr Unterstützung von Langzeitüberlebenden. »



Darmkrebsmonat März – Früherkennung lohnt sich!

Seit letztem Jahr laden die gesetzlichen Krankenkassen ihre Versicherten ab dem 50. Lebensjahr zum Darmkrebs-Screening ein. Unter bestimmten Voraussetzungen können Frauen und Männer einen immunologischen Test auf Blut im Stuhl oder eine Darmspiegelung machen lassen. Krebsvorstufen sollen durch diese Untersuchungen frühzeitig erkannt und entfernt werden. Sofern bereits eine Erkrankung vorliegt, stehen die Heilungschancen umso besser, je früher sie entdeckt wird.

Die Deutsche Krebshilfe empfiehlt: Informieren Sie sich über die Möglichkeiten der Darmkrebs-Früherkennung und entscheiden Sie dann, ob Sie am Screening teilnehmen möchten. Detaillierte Informationen finden Sie in unserem Früherkennungsfaltblatt „Darmkrebs erkennen“. > www.bit.ly/frueherkennungsfaltblatt Im Gespräch beantworten die Mitarbeiterinnen unseres telefonischen Informations- und Beratungsdienstes INFONETZ KREBS gerne auch Ihre persönlichen Fragen. 0800/80708877 (kostenfrei) »

Dr. Mildred Scheel Akademie

Die Dr. Mildred Scheel Akademie ist eine Weiterbildungsstätte der Deutschen Krebshilfe für Ärzte, Krankenschwestern und -pfleger, Sozialarbeiter, Psychologen und Mitglieder von Selbsthilfegruppen. Auch für Krebspatienten und Angehörige gibt es eine große Auswahl an Seminaren.

16. bis 18. März: Stärken Sie Ihre Widerstandskraft!

In schwierigen Situationen flexibel und gelassen zu reagieren: Das lernen Krebsbetroffene und Angehörige in diesem Seminar. Ihnen wird vermittelt, den eigenen Blick optimistisch auf die Lösung des Problems zu lenken. Praktische Übungen für den Alltag runden das Seminar ab.

23. bis 25. März: Das Leben umarmen

Die Bewältigung einer Krankheit lässt Betroffene oft bewusst erkennen, wie wertvoll das Leben ist. Nichtsdestotrotz stehen körperliche Krankheitsfolgen und Ängste einem erfüllten Alltag häufig im Weg. Betroffene, Angehörige und Vertreter von Krebs-Selbsthilfegruppen lernen in diesem Seminar Techniken, ihren Alltag achtsam und offen für das alltäglich Schöne zu erleben. Dabei spielen auch praktische Übungen eine wichtige Rolle.

4. bis 6. Mai: „Als der Tod im Pflaumenbaum steckenblieb“

Wenn Helden der Märchenwelt vor unüberwindlichen Situationen stehen, erscheinen plötzlich unerwartete Helfer, werden neue Kräfte freigesetzt und humorvolle Lösungen gefunden. Die Kraft aus den Bildern der Märchen kann auch Menschen, die Krebspatienten behandeln und pflegen, dabei helfen, sich zu regenerieren. In diesem Seminar lernen die Teilnehmer die befreiende Wirkung von Humor und Lachen in Krisensituationen einzusetzen.

Auskünfte und das Programm 2020:

Dr. Mildred Scheel Akademie

Kerpener Straße 62, 50937 Köln

Telefon: 02 21 / 94 40 49-0

msa@krebshilfe.de

> www.mildred-scheel-akademie.de

NACHRUF

DR. H.C. HELMUT GEIGER

Bonn (gwb) – Die Deutsche Krebshilfe trauert um ihren Ehrenpräsidenten, Dr. Helmut Geiger, der am 11. Januar 2020 im Alter von 91 Jahren verstorben ist.

Dr. Helmut Geiger, Gründungsmitglied der Deutschen Krebshilfe, hat sich mehr als 45 Jahre ehrenamtlich für krebserkrankte Menschen eingesetzt und der Deutschen Krebshilfe wichtige Impulse für ihre Arbeit gegeben, sowohl inhaltlich als auch in wirtschaftlichen Belangen. Er gehörte 25 Jahre dem Vorstand an und war ebenfalls – bis 1999 – Mitglied der Vorstände der Tochterorganisationen, der Dr. Mildred Scheel Stiftung für Krebsforschung und der Stiftung Deutsche Kinderkrebshilfe.



Dr. Helmut Geiger war der Deutschen Krebshilfe seit ihrer Gründung eng verbunden.

Nach dem Tod von Mildred Scheel übernahm er 1985 bis 1999 sowohl den Vorstandsvorsitz als auch das Präsidentenamt. Im Dezember 1999 hat die Deutsche Krebshilfe Dr. Geiger zu ihrem Ehrenpräsidenten ernannt.

Bis zuletzt war der Wirtschaftswissenschaftler und langjährige Präsident des Deutschen Sparkassen- und Giroverbandes der Deutschen Krebshilfe verbunden und gehörte bis zum Jahresende 2019 dem Kuratorium der Organisation an.

In seiner Amtszeit als Vorstandsvorsitzender und Präsident hat sich Dr. Geiger für grundlegende Strukturinitiativen der Deutschen Krebshilfe zur Verbesserung der Versorgung krebserkrankter Menschen eingesetzt. Dazu zählten der Aufbau der Deutschen Knochenmarkspenderdatei (DKMS), von Knochenmarktransplantationszentren und der Aufbau von Zentren für die Versorgung von familiärem Brust- und Darmkrebs. Auch die Etablierung und Ausbreitung der Palliativmedizin in Deutschland war ihm ein wichtiges Anliegen, wie auch zahlreiche Programme zur Bekämpfung von Krebs im Kindesalter. Der gebürtige Nürnberger hatte auch die Krebsprävention im Blick. Selbst nie eine Zigarette geraucht, setzte er sich in seiner Amtszeit als Präsident der Deutschen Krebshilfe bereits für einen gesetzlichen Nichtraucherschutz ein und forderte erfolgreich ein Werbeverbot für Tabakprodukte.

1994 zeichnete die Bundesärztekammer Helmut Geiger mit dem Ehrenzeichen der Deutschen Ärzteschaft aus und würdigte damit seine großen Verdienste um den Aufbau der Deutschen Krebshilfe. 1993 ehrte ihn der damalige Bundespräsident Richard von Weizsäcker mit dem Bundesverdienstkreuz mit Stern und Schulterband für sein Engagement. Papst Johannes Paul II. würdigte den vielfältigen Einsatz des Präsidenten der Deutschen Krebshilfe ebenfalls. 1997 ernannte das Oberhaupt der katholischen Kirche Geiger zum Komtur-Ritter des Gregorius-Ordens.

Dr. Helmut Geiger hat sich selbstlos und in höchstem Maße für krebserkrankte Menschen engagiert und sich für die Weiterentwicklung der Onkologie in Deutschland eingesetzt. Die Deutsche Krebshilfe war ihm stets ein Herzensanliegen. Sie verliert mit Dr. Helmut Geiger einen großartigen Mitstreiter und wunderbaren Menschen, dessen Gedenken sie in Ehren halten und das ihr Verpflichtung sein wird, den von ihm mit eingeschlagenen Weg weiterzugehen. ■



IHR GUTES RECHT

Unser Experte beantwortet Ihre Fragen zu den Themen Erbschaften, Vermächtnisse und Stiftungen.

Ein Leser fragt

In Ihrem Magazin hatten Sie zuletzt einer Leserin beschrieben, wie man ein notarielles Testament durch ein privatschriftliches Testament ändern kann. Ich bin in derselben Situation und überlege, das neue Testament bei meiner Bank ins Schließfach zu legen, damit es nicht verloren geht. In meiner Wohnung möchte ich es nicht aufbewahren, weil da zu viele fremde Leute (z. B. Pflegekräfte) Zugang haben. M. Knippers, Cuxhaven

Unser Experte antwortet

Das Bankschließfach ist kein guter Aufbewahrungsort, da sich die Erben zur Öffnung meist bei der Bank legitimieren müssen. Und dazu wird in der Regel das Testament benötigt. Wir empfehlen dringend, privatschriftliche Testamente zu hinterlegen. Die dafür in Deutschland zuständige Stelle ist das Nachlassgericht. Auch notarielle Testamente werden dort (obligatorisch durch den Notar) hinterlegt. Nur durch die Hinterlegung ist sichergestellt, dass Ihr Testament nach Ihrem Tod eröffnet wird und die darin bedachten Personen vom Nachlassgericht schriftlich (teils nur auszugsweise mit dem sie betreffenden Inhalt) informiert werden. Die Gebühr ist eine Pauschalgebühr (75 Euro für das Nachlassgericht und 18 Euro für das Zentrale Testamentsregister). Sie ist nicht mehr wie früher vom Wert des testierten Vermögens abhängig. Deshalb werden Sie bei der Hinterlegung auch nicht nach dem Wert gefragt.



So erreichen Sie uns:

Stiftung Deutsche Krebshilfe
Rechtsanwalt Martin Friedrich
E-Mail: friedrich@krebshilfe.de
Telefon: 02 28 / 7 29 90-440
Buschstraße 32, 53113 Bonn

Wir danken

Die folgenden Personen haben die Deutsche Krebshilfe in ihrem Testament bedacht:

Ascher, Emma München | August, Anna Herne | Baasch, Heinz Ascheberg | Brand, Gertrud Hannover | Dolinski, Gitta Dresden | Engler, Ilse Heppenheim | Franke, Gertrud Bonn | Gold, Uta Minden | Heyer, Waltraud Triptis | Hidde, Christel Braunschweig | Jensen, Hannelore Nürnberg | Korhammer, Elisabeth Augsburg | Küsters, Margot München | Lindner, Esther Borna | Münch, Renate Bad Reichenhall | Niemann, Hannelore Hamburg | Nolte, Siegfried Berlin | Panizzo, Luigi Oberammergau | Papen-Ravenhorst, Bärbel Berlin | Pavelka, Rudolf Mülheim | Pfahl, Erika Geesthacht | Pfannenschmidt, Günter Oldenburg | Pierenz, Ingrid Berlin | Pospischil, Elisabeth Kleinheubach | Preising, Karl Wuppertal | Primus, Peter Lutherstadt Wittenberg | Putschky, Kurt Herbert Kulmbach | Querfeldt, Horst Hamburg | Racz, Christel Wuppertal | Reh, Erich Aldersbach | Reitsam, Gertraud Freising | Ribeaucourt, Christian Barsinghausen | Riehle, Joachim Alpirsbach | Riemer, Dorothea Hann. Münden | Ritz, Hilde Spiesen-Elversberg | Rohde, Irmgard Bad Salzuflen | Röschlein, Lore Fürth | Rosenthal, Magdalena Pulheim | Rother, Ottilie Herne | Ruppel, Helga Essen | Schaeffer, Elisabeth Aachen | Schaible, Erika Blaustein | Schieck, Elisabeth Cunewalde | Schiebl, Lina Erika Rosengarten | Schirle, Michael Pinneberg | Schlagheck, Elisabeth Margarete Marl | Schlicksupp, Herta Arnstein | Schmarbeck, Ruth Seevetal | Schmidt, Heinz Michelstadt | Schmidt, Gerhard Hüttenberg | Schmidt, Erich Minden | Schmidt, Horst-Günther Lierschied | Schmidt, Karl-Heinz Legde | Schmidt, Hildegard Wuppertal | Schmidt-Theurer, Irene Böblingen | Schmidt-Wallrapp, Gertrud Würzburg | Schmitz, Maria Voerde | Schnaitmann-König, Doris Lindau | Schneider, Johanna Bad Homburg | Schradi, Helmut Weil der Stadt | Schranz, Ingeborg Dillenburg | Schreiber, Helga Hildesheim | Schroer, Bernhard Borken | Schuckert, Eduard Biedenkopf | Schulz, Margarete Berlin | Schunke, Fritz Leverkusen | Seisel, Christel Bad Kissingen | Seither, Werner Stutensee | Siepmann, Ruth Bergkamen | Sievers, Sigrid Hamburg | Siklodi, Attila Freiburg | Skibowski-Schwarznecker, Karin Osnabrück | Sonnenburg, Susanne Glienicke | Spinnler, Helene Nersingen | Städtler, Heinrich Helmut Reichenschwand | Stamm, Gustav Bielefeld | Stolter, Margrid Bremerhaven | Streit, Hannelore Eutin | Stroh, Katharina Backnang | Struck, Margret Vlotho | Supp, Franz Bad Homburg | Surges, Anna Weißenthurm | Swaton, Peter Ludwigsburg | Tegeder, Manfred Bissendorf | Trübe, Margot Zeven | Tuchardt, Stefan Ulm | Türk, Ursula Mannheim | Uhorczak, Gerlinde Hanau | Uhrbrock, Helmut Bargteheide | van den Bongard, Adelheid Hamburg | Wagner, Hannelore Hilden | Wagner, Brunhilde Rosenheim | Wallrafe, Margarete Göttingen | Walter, Thekla Aschaffenburg | Wambach, Helmar Plettenberg | Warth, Angelika Stuttgart | Weigand, Harald Troisdorf | Weiss, Elisabeth Sankt Augustin | Weiss, Heinz Alois Nordstemmen | Weithe, Hildegard Duisburg | Wengert, Rolf Calw | Werner, Ellen Hamburg | Werner, Erika Werne | Werner, Liselotte Oberursel | Wiese, Marion Bonn | Wiezorek, Agnes Fulda | Willeke, Elisabeth Lüdenscheid | Wimmer, Frieda Bad Hindelang | Winkler, Gerda Dresden | Witte, Helga Aachen | Wolferts, Artur Hilden | Würth, Ilseleore Feldkirchen-Westerham | Zaha, Helene Hilpoltstein | Zaus, Vera Hedwig Fürth | Zeh, Mignon Wuppertal | Zemann, Waldemar Unterhaching | Zicholl, Siegfried Hagenow | Zielke, Ingeborg Berlin | Zillmann, Gertraude Leipzig | Zitzlspurger, Christel Leichlingen | Zwirner, Christa Berlin.

GUT INFORMIERT IM KAMPF GEGEN KREBS

Die kostenlosen Ratgeber und Faltblätter der Deutschen Krebshilfe und der Deutschen Krebsgesellschaft informieren Betroffene, Angehörige und Interessierte allgemeinverständlich über verschiedene Krebsarten, deren Diagnose und Therapie sowie über die Möglichkeiten der Prävention und Früherkennung.

› www.krebshilfe.de/infomaterial



BROSCHÜREN
KOSTENFREI BESTELLEN

Darmkrebs

Blauer Ratgeber

Die blauen Ratgeber geben Antworten auf medizinisch drängende Fragen und bieten konkrete Hilfen an, um die Erkrankung zu bewältigen.



Bewegung und Sport bei Krebs
Blauer Ratgeber



Ernährung bei Krebs
Blauer Ratgeber



Brustkrebs
Blauer Ratgeber



Riskante Partnerschaft
Präventionsratgeber
Alkohol



Ins rechte Licht gerückt
Präventionsratgeber
UV-Schutz



Aktiv gegen Darmkrebs
Faltblatt



Darmkrebs erkennen
Faltblatt



Darmkrebs im frühen Stadium
Patientenleitlinie



Darmkrebs im metastasierten Stadium
Patientenleitlinie

Stiftung Deutsche Krebshilfe
Buschstraße 32
53113 Bonn

Telefon: 02 28 / 7 29 90-0
Fax: 02 28 / 7 29 90-11
E-Mail: deutsche@krebshilfe.de
Internet: › www.krebshilfe.de

Spendenkonto
Kreissparkasse Köln
IBAN: DE65 3705 0299 0000 9191 91
SWIFT/BIC: COKSDE33XXX