

AUTONOME PROVINZ
BOZEN – SÜDTIROL



PROVINCIA AUTONOMA
DI BOLZANO – ALTO ADIGE

PROVINZIA AUTONOMA DE BULSAN – SÜDTIROL

Südtiroler
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudtirol

GESUNDHEITSBEZIRK
BOZEN

COMPENSORIO SANITARIO
DI BOLZANO



**INFORMATIONSBROSCHÜRE
für Patienten und Angehörige
MEDIZINISCHE ONKOLOGIE
ZENTRAALKRANKENHAUS BOZEN
Lorenz-Böhler-Straße, 5 – 39100 Bozen**

INHALTSVERZEICHNIS

Die UOC für medizinische Onkologie

<i>Präsentation.....</i>	<i>4</i>
<i>Zugänglichkeit.....</i>	<i>6</i>
<i>Tätigkeiten</i>	<i>11</i>

Onkologische Therapien:

<i>Wo finden Sie uns.....</i>	<i>17</i>
<i>Wie man mit den häufigsten Nebenwirkungen umgeht ...</i>	<i>22</i>

Unterstützende Dienste:

<i>Der psychologische Dienst</i>	<i>29</i>
<i>Der Dienst für Diätetik und klinische Ernährung</i>	<i>30</i>
<i>Palliativmedizin</i>	<i>16</i>
<i>Der Sozialdienst</i>	<i>29</i>
<i>Komplementärmedizin.....</i>	<i>30</i>
<i>Impfungen.....</i>	<i>30</i>

Patientenvereinigungen:

<i>LILT.....</i>	<i>32</i>
<i>Südtiroler Krebshilfe</i>	<i>32</i>
<i>Mamazone</i>	<i>33</i>

PRÄSENTATION

Diese Broschüre enthält die wichtigsten Informationen über die Organisation der Medizinisch-Onkologischen Abteilung des Zentralkrankenhauses Bozen und ist der erste Schritt zum Aufbau eines effektiven Dialogs und eines Verhältnisses der gegenseitigen Zusammenarbeit zwischen Ihnen, Ihren Familienangehörigen und dem medizinischen und pflegerischen Personal.

Die Einhaltung dieser einfachen Leitlinien wird es uns ermöglichen, unsere Arbeit auf der Station bestmöglich zu gestalten und Sie bestmöglich zu unterstützen. Wir laden Sie daher ein, sie gemeinsam mit Ihren Familienangehörigen oder Betreuern zu lesen.

Wir haben auch einige Ratschläge zur Linderung möglicher Nebenwirkungen der Therapien zusammengefasst. Das Wissen um die Art der Probleme, die während einer Krebsbehandlung auftreten können, kann eine wertvolle Hilfe sein, um der Krankheit mit mehr Gelassenheit zu begegnen und zu unterstützen

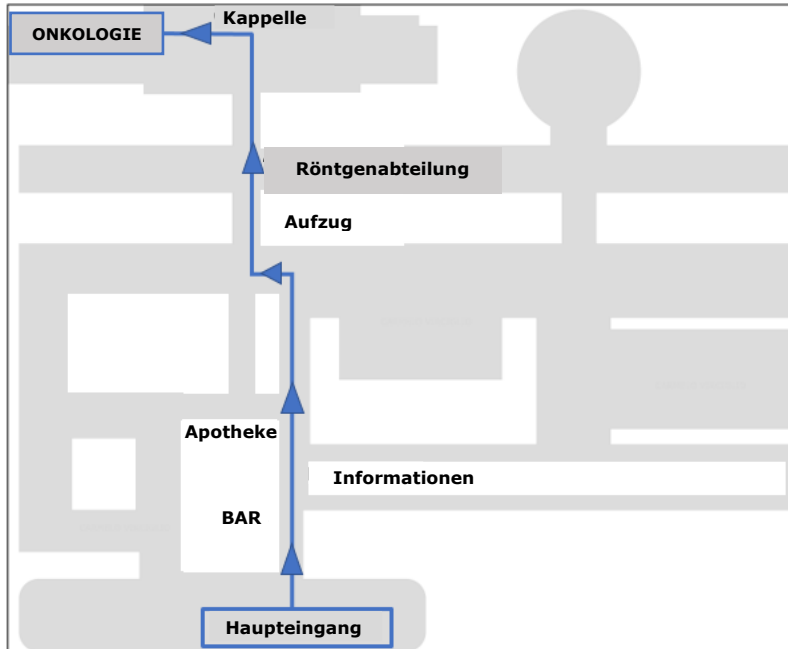
In jedem Fall möchten wir Sie daran erinnern, sich im Zweifelsfall oder bei Bedarf immer an Ihren behandelnden Onkologen zu wenden!



Das gesamte Team steht Ihnen für weitere Informationen zur Verfügung.

WO FINDEN SIE UNS?

Die Abteilung für Medizinische Onkologie befindet sich im 1. Stock des Zentralkrankenhauses, im Multifunktionspavillon (hellblauer Bereich), neben der Kapelle.



Öffnungszeiten:

Montag – Freitag, 08:00 – 17:00 Uhr

Samstag, 08:00 – 12:00

(für Notfälle nach Vereinbarung)

Bitte vereinbaren Sie immer telefonisch einen Termin, bevor Sie persönlich auf der Station erscheinen.

Sollten Sie unangemeldet auf die Station kommen, wird das Aufnahmepersonal abwägen, ob ein Gespräch oder eine Konsultation mit dem zuweisenden oder konsultierenden Onkologen vereinbart werden soll oder nicht. Wir bitten Sie um Ihre größtmögliche Kooperation, damit das medizinische Personal die geplanten Aktivitäten mit den angemeldeten Personen ohne übermäßige Unterbrechungen durchführen kann.

Kontaktinformationen für Patienten, die sich in Behandlung befinden, oder für Termine und klinische Probleme:

Telefon: 0471 438 953

Fax: 0471 438 956

E-Mail: oncologia.bz@sabes.it

Einheitliche Vormerkungsstelle (CUPP)

Telefon: 0471 100 100,

Montag - Freitag, 8:00 - 16:00 Uhr.

Für die Buchung von onkologischen Erstuntersuchungen mit Überweisung eines Allgemeinarztes

**Um die Privatsphäre des/der Patienten zu schützen,
werden am Telefon keine Informationen über
Diagnose und Prognose gegeben.**

WIE UND WANN SIE DIE ONKOLOGISCHE VORUNTERSUCHUNG IN ANSPRUCH NEHMEN KÖNNEN

ONKOLOGISCHE ERSTVISITE

Die onkologische Erstuntersuchung kann vorgemerkt werden:

- **telefonisch** bei der CUPP unter der Nummer 0471 100100, Montag - Freitag, 8:00 - 16:00 Uhr, oder in der Onkologie unter der Nummer 0471 438 953, Montag - Freitag, 9:00 - 13:00 Uhr und 14:00 - 16:00 Uhr.
- **persönlich** an der Rezeption der Onkologie, Montag - Freitag, 09:00 - 13:00 Uhr und 14:00 - 16:00 Uhr

mit:

- Rezeptformular mit einer Verordnung für eine "onkologische Erstuntersuchung" von einem Allgemeinmediziner oder Facharzt
- Gesundheitskarte und Ausweisdokument
- Ticketbefreiung (048), wenn Sie aus einem anderen Bundesland oder einer anderen Region kommen

Für die onkologische Erstuntersuchung müssen Sie sich in die **Ambulanz, Raum 27** (Erdgeschoss, Eingang gegenüber der Garage) oder in die **onkologische Abteilung** (1. Stock, Multifunktionspavillon, neben der Kapelle) begeben, wo Sie weitere Informationen bekommen.

Es ist wichtig, dass Sie Ihre gesamte klinische Dokumentation (Untersuchungsberichte) mitbringen.

ONKOLOGISCHE NACHKONTROLLEN (FOLLOW UP)

Onkologische Kontrolluntersuchungen können vorgemerkt werden:

- **telefonisch** an dem Schalter des Sprengels Gries - Quirein 0471 437395, Montag - Freitag, 08:30 - 12:30 Uhr und 14:00 - 16:00 Uhr
- **persönlich** an dem Schalter des Sprengels Gries - Quirein, Loew Cadonna Platz 12 Montag - Freitag, 08:30 - 12:30 Uhr und 14:00 - 16:00 Uhr

mit:

- Rezept mit einer Verordnung für eine "Krebsvorsorgeuntersuchung" durch einen Allgemeinmediziner oder Facharzt

Für die onkologische Vorsorgeuntersuchung gehen Sie mit den vom Onkologen oder einem anderen Facharzt angeforderten Untersuchungsberichten zum **Sprengel Gries - Quirein** (Loew-Cadonna-Platz 12), **Zimmer 210** (2° Stock)

DRINGENDE ONKOLOGISCHE UNTERSUCHUNG BEI THERAPIETOXIZITÄT

Wenn Sie sich als Patient einer Krebstherapie unterziehen und schwerwiegende subjektive Beschwerden oder signifikante Veränderungen der Blutwerte haben, wenden

Sie sich bitte an die Onkologie unter der Telefonnummer 0471 438 953, Montag - Freitag, 8:30 – 16:00 Uhr.

Nach sorgfältiger klinischer Beurteilung wird das medizinische Personal die geeignete diagnostisch-therapeutische Vorgehensweise festlegen
Wenn unsere Abteilung geschlossen ist, wenden Sie sich bitte an Ihren **Hausarzt**.

In Notfällen wählen Sie die 112 oder kommen Sie in die Notaufnahme des Krankenhauses.

Denken Sie daran, den Brief der Onkologie immer mitzunehmen!

Wenn Sie Ihre **onkologische Behandlung abgeschlossen haben**, aber in letzter Zeit klinische Probleme aufgetreten sind, wenden Sie sich an Ihren Hausarzt, der Sie untersuchen und entscheiden wird, ob auch eine onkologische Untersuchung notwendig ist.

Wenden Sie sich **NUR** in Notfällen an die **Notrufnummer 112** oder suchen Sie die Notaufnahme auf

Wenn Ihr Arzt der Meinung ist, dass Sie erneut von einem Onkologen untersucht werden sollten, können Sie einen Untersuchungstermin vereinbaren:

- **telefonisch** unter der Onkologie-Nummer 0471 438 953, Montag - Freitag, 9:00 - 13:00 und 14:00 - 16:00
- **persönlich** an der Rezeption der Onkologie, Montag - Freitag, 9:00 - 13:00 Uhr und 14:00 - 16:00 Uhr

mit:

Rezept mit einer Verordnung für eine "Onkologische Kontrolluntersuchung" durch Ihren Arzt.

Für **Anträge auf Befreiung** von der Ticketpflicht und **administrative Fragen**, wenden Sie sich bitte an das

Sekretariat der Onkologie unter der Telefonnummer 0471-438 953, Montag - Freitag, 9:00 - 13:00 und 14:00 - 16:00 Uhr. Die Mitarbeiter des Sekretariats werden die Pathologiebefreiung (048) und die Behandlungspläne erneuern und stehen für administrative Anfragen zur Verfügung

Für onkologische Behandlungen informiert Sie das Stationspersonal, wo und wann Sie kommen müssen

Wenn Sie **Zweifel oder Bedürfnisse haben**, wenden Sie sich bitte an uns unter der Telefonnummer 0471 438 953 von Montag bis Freitag, 9:00 - 13:00 Uhr und 14:00 - 16:00 Uhr, und schildern Sie uns Ihr Problem genau:

Wir werden versuchen, Ihnen zu helfen, es zu lösen!!



DIE TÄTIGKEITEN DER ONKOLOGISCHEN ABTEILUNG

Die Abteilung für Onkologie bietet spezifische Untersuchungen und Behandlungen nach nationalen und internationalen Standards an.

Sie verfügt über eine **EUSOMA-zertifizierte Breast Care Unit** für die Behandlung von Brustkrebspatientinnen und eine **EUSOMA-zertifizierte Brustkrebsambulanz** für Personen mit **Mutationen bestimmter Gene** (z.B. BRCA 1 und 2), die aufgrund ihres erhöhten Risikos, im Laufe ihres Lebens an Krebs zu erkranken, ein spezielles Präventions- und Prophylaxeprogramm benötigen.



In Zusammenarbeit mit dem **Innovations-, Forschungs- und Lehrservice (IRTS)** der Südtiroler Gesundheitsbehörde verfügt die Abteilung über eine **Clinical Trial Unit (CTU)**, in der ein spezieller Studienkoordinator und eine Research Nurse arbeiten, die neben den Ärzten zur Förderung und Durchführung von klinischen Forschungsaktivitäten im onkologischen Bereich in Zusammenarbeit mit onkologischen wissenschaftlichen Forschungsinstituten beitragen.



Die Abteilung ist ein **Ausbildungszentrum** für Medizinstudenten und junge Ärzte in der Facharztausbildung, in Zusammenarbeit mit verschiedenen italienischen und ausländischen Universitäten.

Die Onkologie nimmt aktiv an multidisziplinären Konsultationsgruppen teil, die sich mit den verschiedenen

Tumorerkrankungen befassen (**Interdisziplinäres Tumor Board**). In den letzten Jahrzehnten hat die Verbesserung der Prognosen durch den Einsatz gezielter und innovativer Therapien den Umgang mit Krebspatienten verändert, wobei immer mehr Spezialisten aus verschiedenen Disziplinen einbezogen werden. Dieser neue globale und multidisziplinäre Ansatz stellt den Patienten in den Mittelpunkt, indem er aktiv in den Behandlungsverlauf einbezogen wird und seine Bedürfnisse und Therapieoptionen zunehmend berücksichtigt werden.

Alle Aktivitäten der Abteilung finden **ambulant, im Day Service oder im Day Hospital statt.**

Im Einzelnen werden folgende Leistungen erbracht

- Chemotherapien, die oral, intravenös, subkutan oder intramuskulär verabreicht werden;
- immuntherapeutische Behandlungen;
- Behandlungen mit molekularen zielgerichteten Medikamenten (Target-Therapien);
- Hormontherapien;
- unterstützende Therapien, schmerzstillende Therapien und Bluttransfusionen.

Darüber hinaus verordnen unsere Ärzte klinische und instrumentelle Untersuchungen zur Überwachung des Gesundheitszustands der Patienten und führen gegebenenfalls notwendige palliative invasive Eingriffe (z. B. Parazentese) durch.

Auf der Station werden Blutproben entnommen, zentrale Venenkatheter von entsprechend geschultem Personal (Krankenschwestern des PICC-Teams oder Anästhesisten) gelegt, Wunden und ZVKs verbunden und in Zusammenarbeit mit anderen zuweisenden Krankenhauskollegen (z. B. Dermatologen) eine Elektrochemotherapie durchgeführt.

DIE ÄRZTLICHE UNTERSUCHUNG

Die **ärztliche Untersuchung** ist ein grundlegender Moment und eine wichtige Etappe, um Informationen über die Diagnose, Ihren Gesundheitszustand und den zukünftigen Behandlungsverlauf zu erhalten.

Es ist wichtig, dass Sie dem Arzt all Ihre Fragen, Zweifel, Ängste und Sorgen mitteilen, damit Sie die therapeutischen Vorschläge, die sich an die klinischen Untersuchungen anschließen, klar verstehen und die **EINWILLIGUNG NACH AUFKLÄRUNG** zum Diagnose- und Behandlungsprogramm wissentlich unterschreiben.

Ohne die unterschriebene, freiwillige und informierte Zustimmung des Patienten kann nämlich KEINE Behandlung durchgeführt werden.

Alle klinischen Informationen werden **nur an Sie und an Personen Ihres Vertrauens weitergegeben** die von Ihnen angegeben und in den Krankenakten vermerkt werden. Aus diesem Grund werden keine Informationen per Telefon oder an Dritte weitergegeben

THERAPIE UND LABORUNTERSUCHUNGEN

Die onkologische Therapie (T) kann entweder am selben Tag wie die Blutentnahme (E) und die ärztliche Untersuchung (V) oder am folgenden Tag durchgeführt werden, je nach Art des verordneten Behandlungsplans. In beiden Fällen wird Ihnen der Zeitpunkt der Infusion durch das Pflegepersonal mitgeteilt (**Ambulanz 12**). Die ersten Therapieverabreichungen beginnen um 08:00 Uhr

Um Unannehmlichkeiten und Vormerkgebühren zu vermeiden, werden die Termine direkt von der Abteilung

personalisiert, organisiert und verwaltet: Bitte kommen Sie mit dem Vormerkblatt, das Ihnen Ihr Arzt am Ende Ihres Besuchs aushändigt, ins Ambulatorium Nr. 12.

Bitte kommen Sie **zur vereinbarten Zeit**

Blutentnahmen können nach Absprache mit dem medizinischen Personal auf der Station oder bei den örtlichen Blutentnahmestellen (Gesundheitsbezirke) durchgeführt werden.

In der onkologischen Abteilung finden folgende Aktivitäten statt:

- **Ambulante Blutentnahmezeiten:** Montag - Freitag, 08:00 - 12:00 Uhr
- **Medikamenten-Ambulanz:** Montag - Freitag, 13:00 bis 15:30 Uhr

Für die Entnahme von Blutproben, Untersuchungen und Therapien ist es erforderlich, die **Nummer am Totem neben der Eingangstür der Station zu wählen**

Danach warten Sie auf den Aufruf, der auf den Bildschirmen entsprechend der von Ihnen gewählten Nummer erscheint, um die Annahme durch das Front Office und die nachfolgenden Dienstleistungen durchzuführen.

Die Pflegeverwaltung ist computerisiert und mit allen Diensten des Unternehmens vernetzt. Die Pflegeorganisation fördert den direkten Kontakt, das gegenseitige Kennenlernen und trägt zur Verbesserung der Pflegequalität bei. Das Hilfspersonal arbeitet aktiv mit der leitenden Krankenschwester bei der Grundpflege zusammen, um das Wohlbefinden während Ihres Aufenthaltes zu garantieren.

Um eine geringe mikrobielle Belastung der Umgebung zu gewährleisten, sind regelmäßige Maßnahmen zur Umgebungshygiene in den Gemeinschaftsbereichen und

Zimmern vorgesehen. Wir bitten Sie um Ihre wertvolle Mitarbeit bei der Sauberkeit und Ordnung in den Zimmern und bitten Sie und Ihre Familienangehörigen/Betreuer, den Aufenthalt in den Fluren zu den Behandlungsräumen einzuschränken und uns unverzüglich über unvorhergesehene Bedürfnisse, Probleme oder Nichteinhaltung zu informieren.

Die Räume, in denen Medikamente verabreicht werden, unterliegen einer mikrobiologischen Überwachung der Luft und des Wassers, um einen angemessenen Hygienestandard zu gewährleisten.

Die Benutzung von Mobiltelefonen ist auf der Station erlaubt und muss auf „lautlos“ gestellt werden.

Das **medizinische Personal** ist für die Erhebung der Krankengeschichte, die klinische Untersuchung, die Wahl der Krebstherapie und die Verschreibung von Krebsbehandlungen und unterstützenden Therapien zuständig. Sie arbeiten eng mit allen Fachärzten der chirurgischen, medizinischen und diagnostischen Fachrichtungen zusammen, um Probleme im Zusammenhang mit Krebserkrankungen und deren spezifischer Behandlung besser austauschen zu können. Die Ärzte fungieren ihrerseits als Berater für die verschiedenen Abteilungen und werden immer dann hinzugezogen, wenn ein onkologischer Fall auftritt.

Das **Pflegepersonal** kümmert sich um die Aufnahme, die Blutentnahme, die Erfassung von Schmerzen, Vitalparametern und Nebenwirkungen der Behandlungen, die Verabreichung und Überwachung während der Infusion von intravenösen, intramuskulären oder subkutanen Krebstherapien, die Medikation und die Pflege von zentralen Venenkathetern. Darüber hinaus findet für jeden neuen Patienten, der auf der Station aufgenommen wird, eine **erste pflegerische Untersuchung** statt (in der Regel im Anschluss an die ärztliche Untersuchung), die darauf abzielt, sich ein vollständiges Bild vom Gesundheitszustand des

Patienten zu machen, seinen diagnostischen und therapeutischen Verlauf zu planen und ihn über die Verfahren und Tätigkeiten des Dienstes zu informieren.

Darüber hinaus gibt es in der Onkologie eine **Palliativmedizinische Ambulanz** in Zusammenarbeit mit den Palliativmedizinerinnen des Unternehmens (**Dienstag Nachmittag, Raum 4, 14:00 - 16:00 Uhr**). Alle Patienten, die sich noch in der Krebsbehandlung befinden, mit schwer kontrollierbaren körperlichen Symptomen, Ernährungsproblemen, psychosozialen Problemen oder mit Bedarf an Unterstützung bei der Planung der weiteren Behandlung (z. B. Unterstützung beim Ausfüllen von Patientenverfügungen) können diese Ambulanz nach direkter Anmeldung beim Onkologen in Anspruch nehmen.

Schließlich ist es wichtig zu wissen, dass ein **psychologischer Beratungsdienst** ein **Dienst für Diätetik und klinische Ernährung** sowie **Sozialdienst** zur Verfügung stehen. Diese wertvollen Aktivitäten (die psychologische Unterstützung richtet sich auch an Ihre Familienangehörigen) können für Sie eine große Hilfe sein, und wir laden Sie ein, sie jederzeit anzufordern, indem Sie sich an die Pflegekoordinatorin oder direkt an Ihren Arzt wenden.

Wenn Sie zur Blutentnahme, Untersuchung oder Behandlung in die onkologische Abteilung kommen, haben Sie Anspruch auf **kostenlose Parkplätze**: Bitte legen Sie Ihr Ticket im Stationssekretariat vor.



KREBSTHERAPIEN: WAS SIND SIE?

Krebsbehandlungen bestehen aus verschiedenen Klassen von Medikamenten, die in regelmäßigen Abständen mit dem Ziel verabreicht werden, Krebszellen zu zerstören oder ihr Wachstum zu kontrollieren.

Neben den traditionellen **Chemotherapeutika oder antineoplastischen Medikamenten**, stehen in der klinischen Praxis derzeit modernere **immuntherapeutische Medikamente** (Checkpoint Inhibitors), **molekular zielgerichtete Medikamente** (Target Therapy und Hormontherapien zur Verfügung; diese Behandlungen können intravenös oder intramuskulär, subkutan oder oral verabreicht werden.

Die Art des Medikaments, die Art der Verabreichung, die Häufigkeit und die Gesamtdauer der Behandlung richten sich nach der Art des Tumors (histologische Untersuchung und Molekularbiologie), dem Krankheitsstadium, dem klinischen Zustand des Patienten und dem Toxizitätsprofil, das sich während der Behandlung zeigt.

In der Regel wird die Chemotherapie in **Zyklen** von Tagen der Verabreichung mit Perioden der Unterbrechung (die von einigen Tagen bis zu Wochen reichen können) durchgeführt, damit die Therapie auf den Tumor einwirken und sich der Körper gleichzeitig von den toxischen Wirkungen erholen kann, da diese Therapien zwar Krebszellen zerstören, aber auch gesunde Zellen schädigen, was zu **Nebenwirkungen** wie Übelkeit, Erbrechen und Durchfall führen kann.

Die Intensität, Häufigkeit und Dauer der Nebenwirkungen hängen von der Art der Chemotherapie aber auch vom einzelnen Patienten ab: Selbst bei gleicher Therapie kann

jeder Patient völlig unterschiedliche toxische Wirkungen in Bezug auf Art und Intensität erfahren.

Bei einigen Chemotherapien ist ein **zentraler Venenzugang** obligatorisch (z. B. PICC, Port a-Cath, Groshong usw.), weil z. B. eine kontinuierliche Infusion des Medikaments über Infusionspumpen (**Elastomere**), über mehrere Tage vorgesehen ist, während bei anderen Chemotherapien die Entscheidung, einen zentralen Venenzugang zu legen, mit dem Fehlen eines angemessenen peripheren Venenzugangs oder mit der Verwendung von Medikamenten zusammenhängt, die möglicherweise das venöse System des Patienten schädigen könnten (Vesikanten).

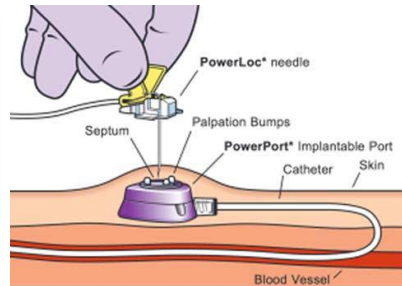
Sollte ein zentraler Venenzugang notwendig sein, werden wir Sie rechtzeitig informieren und Ihnen den Grund für die Verwendung sowie die Positionierung und Pflege des Zugangs erläutern.

Die wichtigsten Geräte für die intravenöse Therapie sind:

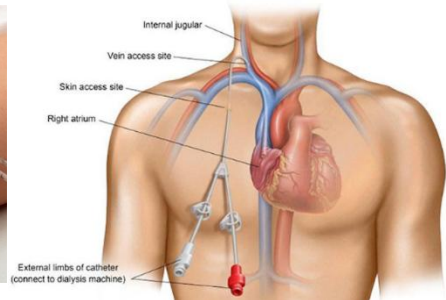
- **Kanüle** für periphere Venen



- **Port-a-Cath Katheter** In die Unterhaut eingeführtes verstecktes Kathetersystem



- **PICC** in die Armvene eingeführt oder **Groshong** getunnelter Katheter im Brustbereich eingeführt



Die **Wirksamkeit** der onkologischen Behandlung wird in regelmäßigen Abständen während der Behandlungsphase oder nach deren Ende durch ärztliche Untersuchungen, Bluttests und instrumentelle Untersuchungen (Röntgenaufnahme des Brustkorbs, Ultraschall, CT, MRT, PET, Szintigraphie usw.) bewertet, die je nach der zugrunde liegender Pathologie, den von den wissenschaftlichen Gesellschaften festgelegten Protokollen und dem zu Beginn der Behandlung als Parameter der Krankheit identifizierten Test variieren.

Anhand des Ergebnisses der Wiederholungsuntersuchung entscheidet der Arzt, ob er die Behandlung fortsetzt oder nur regelmäßige klinisch-instrumentelle Kontrollen (**follow-up**) vornimmt.

Während der Behandlung werden in einigen Fällen auch Untersuchungen zur Überwachung **möglicher Nebenwirkungen** durchgeführt, die durch bestimmte Medikamente begünstigt werden (z. B. Ultraschall des Herzens zur Überwachung einer möglichen kardialen Toxizität von Anthrazyklinen und Trastuzumab).

DIE AUSWIRKUNGEN VON KREBSTHERAPIEN AUF DAS TÄGLICHE LEBEN

Einnahme anderer Medikamente Einige Medikamente können die Chemotherapie beeinträchtigen. Deshalb ist es wichtig, dass Sie Ihren Arzt vor Beginn der Behandlung über die von Ihnen eingenommenen Medikamente (Blutdrucksenker, Hypoglykämika usw.) informieren und Ihren Onkologen über jede Änderung der Therapie auf dem Laufenden halten.

Arbeit und Freizeit: Im Allgemeinen ist es nicht notwendig, die Lebensweise zu ändern, obwohl die Verträglichkeit der Behandlung sehr subjektiv ist. Es gibt Menschen, die auch in den Tagen nach der Chemotherapie noch arbeiten können, und Menschen, die aufgrund von Müdigkeit einige Tage lang bettlägerig sind. Wenn Sie sich in den Tagen nach der Chemotherapie erschöpft fühlen, ist es sinnvoll, Ihr Tempo zu drosseln und sich etwas Zeit zum Ausruhen zu gönnen. Sie müssen Ihre Aktivitäten auf Ihre Kräfte abstimmen. Es ist sehr hilfreich, schöne Spaziergänge an der frischen Luft zu unternehmen und auf eine angemessene Ernährung zu achten.

Sexualleben: Die Therapie kann psychologische Auswirkungen haben, die sich auch im sexuellen Bereich niederschlagen können. Es gibt eigentlich keine Kontraindikationen für Geschlechtsverkehr. Bei Paaren im gebärfähigen Alter wird jedoch von einer Empfängnis während dieser Zeit abgeraten, da die Therapie dem ungeborenen Kind schaden kann. Daher sollten Verhütungsmaßnahmen getroffen werden, die Sie gegebenenfalls mit Ihrem Arzt besprechen sollten

Ernährung: Während der Chemotherapie ist es wichtig, regelmäßig und gesund zu essen. Wenn die Schwierigkeiten beim Essen so groß sind, dass sie zu einem erheblichen Gewichtsverlust führen, zögern Sie nicht, dies Ihrem Arzt mitzuteilen, damit er die notwendigen Maßnahmen einleiten oder eine spezielle Ernährungsberatung in Anspruch nehmen kann.

PRAKTISCHE TIPPS FÜR DEN UMGANG MIT DEN HÄUFIGSTEN NEBENWIRKUNGEN

Krebsmedikamente, insbesondere Chemotherapeutika, wirken nicht nur auf Tumorzellen, sondern auch auf gesunde Zellen, insbesondere solche, die sich schnell vermehren (Mund- und Magen-Darm-Schleimhäute, Knochenmark und Haarfollikel). Die Schäden, die oft vorübergehend sind, äußern sich in **sogenannten Nebenwirkungen**.

Während der Behandlung können eventuelle Beschwerden, durch die von Ihrem Arzt verordnete, unterstützende Therapie zur Prophylaxe kontrolliert werden; es ist daher sinnvoll, dass Sie Ihren Onkologen umgehend über eventuell auftretende Nebenwirkungen informieren. Zu Beginn der Chemotherapie wird der Arzt Ihnen ausführlich erklären, welche Nebenwirkungen nach dem geplanten Behandlungsschema auftreten können, wie sie zu bewältigen sind und welche Medikamente zur Behandlung der häufigsten Beschwerden erforderlich sind.

Die häufigsten Nebenwirkungen der Chemotherapie sind:

- **Geschmacksveränderungen;**
- **Übelkeit und Erbrechen;**
- **Durchfall oder Verstopfung;**
- **Stomatitis** (ein entzündlicher Zustand der Mundhöhle, der sich mit Schwellungen oder Rötungen des Zahnfleisches und der Mundinnenwände, mit weißlichen Stellen auf der Schleimhaut oder mit offenen Stellen äußern kann und zu Schwierigkeiten beim Essen führen kann)

- **Haarausfall** (ein vorübergehendes Ereignis, das nicht bei allen Therapien auftritt);
- **Veränderungen der Haut und der Nägel** (Trockenheit oder verstärkte Pigmentierung, mit dem Auftreten von Rötungen, Streifen oder dunkleren Flecken);
- **hämatologische Veränderungen** (Verringerung bestimmter Blutbestandteile, die vom Knochenmark produziert werden, insbesondere: Verringerung der weißen Blutkörperchen, die zur Bekämpfung von Infektionen im Körper dienen, Verringerung der roten Blutkörperchen und/oder des Hämoglobins, Verringerung der Blutplättchen, die die Blutgerinnung fördern und Blutungen verhindern).

Vor jedem Zyklus wird daher eine Blutprobe entnommen, um die Blutwerte, insbesondere das Blutbild, zu bestimmen. Wenn die Werte unter dem Normalwert liegen, entscheidet der Arzt, ob er:

- die Chemotherapie in einer reduzierten Dosis verabreicht;
- die Therapie verschiebt;
- Medikamente verschreibt, die die Produktion von Blutzellen anregen (Wachstumsfaktoren für weiße und rote Blutkörperchen).

In jüngerer Zeit erworbene Arzneimittel wie Immuntherapeutika, zielgerichtete Therapien und andere monoklonale Antikörper können ebenfalls spezifische Toxizitäten hervorrufen.

Dazu gehören **endokrine Störungen** (insbesondere eine verringerte Schilddrüsenaktivität oder Hypothyreose), **Herzfunktionsstörungen**, **Hautausschlag** und **Juckreiz**, eine beeinträchtigte Nieren- und Leberfunktion, Kolitis und seltene neurologische Störungen. Die meisten dieser Störungen sind vorübergehend, einige sind jedoch

dauerhaft und erfordern eine spezifische Therapie (z. B. eine Ersatztherapie bei Schilddrüsenunterfunktion).

Es ist wichtig, dass Sie Ihrem Onkologen alle Beschwerden **so schnell wie möglich** mitteilen, damit eine rasche Diagnose gestellt werden kann und eine geeignete Behandlung zur Vermeidung einer möglichen Verschlimmerung eingeleitet werden kann.

Übelkeit und Erbrechen

Nach einer Chemotherapie kann es zu Übelkeit und Erbrechen kommen. Um diesen Beschwerden vorzubeugen, wird die Einnahme von Antiemetika empfohlen, die 30 Minuten vor den Mahlzeiten eingenommen werden müssen (z. B. Metoclopramid).

Praktische Ratschläge

- **Körperliche Aktivität:** Spaziergänge an der frischen Luft vor den Mahlzeiten können das Gefühl der Übelkeit lindern.
- **Ernährung:** Vermeiden Sie scharfe und/oder sehr aromatische, frittierte, sehr fette, zu salzige oder süße Speisen. Wählen Sie bevorzugte Lebensmittel, und falls Sie den Geschmack von Fleisch nicht mögen, ersetzen Sie es durch Fisch, Huhn, Eier oder Käse. Versuchen Sie, langsam und vorzugsweise in kleinen Portionen zu essen, vor allem, wenn Sie das Hungergefühl verspüren, auch wenn Sie den Zeitpunkt der Mahlzeit ändern. Es ist sehr wichtig, viel zu trinken (Mineralwasser, Fruchtsäfte, Tee, Ingwer- und Minztee) und auf Alkohol, Koffein, Rauchen und ähnliche Produkte zu verzichten.

Reduzieren Sie Stress und halten Sie einen regelmäßigen Schlaf-Wach-Rhythmus ein!

Durchfall

Einige Krebsmedikamente können die Zellen, die die Auskleidung des Verdauungstrakts bilden, angreifen und Durchfall verursachen.

Praktische Ratschläge

- **Ernährung:** Essen Sie kleine, häufige Mahlzeiten und vermeiden Sie fettige, gärende Lebensmittel. Wählen Sie ballaststoffarme Lebensmittel wie Reis, Haferflocken und Kartoffelpüree.
- **Trinken Sie mindestens 2-3 Liter Flüssigkeit pro Tag.** Bei einigen Krankheitsbildern kann ein Übermaß an Flüssigkeit zu einer Überlastung des Herzens und einer Veränderung der Elektrolyte führen; in diesem Fall sollten Sie zuerst Ihren Arzt konsultieren. Sportgetränke, die im Allgemeinen reich an Elektrolyten sind, können die Mineralsalzverluste ausgleichen. Eine Rückgewinnung von Salzen und Elektrolyten ist auch durch die Einnahme von Brühen (Huhn, Rind) oder Bananen und Aprikosen möglich. Vermeiden Sie unverdünnte Säfte mit Ausnahme von Heidelbeersaft (verstopfende Wirkung) und ersetzen Sie bei Laktoseintoleranz Milchprodukte durch laktosefreie Milch oder Sojamilch. Hilfreich können geriebene Karotten und Äpfel sein, die aufgrund ihres Ballaststoffgehalts die Eigenschaft haben, Bakterien und Virustoxine an sich zu binden und auszuscheiden, Naturjoghurt, der den Wiederaufbau der Darmschleimhaut fördert, und Milchenzyme, die die Erhaltung der Darmflora fördern und das Immunsystem stärken

Verstopfung

Verstopfung ist eine Funktionsstörung des Darms, die durch eine unzureichende Darmentleerung gekennzeichnet ist.

Praktische Ratschläge

- **Ernährung:** Wählen Sie ballaststoffreiche Lebensmittel.
- **Obst:** Äpfel, Birnen, Kiwis, Granatäpfel, Orangen, Pflaumen, Kakis, Feigen, Ananas, Kokosnuss und generell alle Früchte mit Schale, auch getrocknete und dehydrierte;
- **Gemüse:** rohe Möhren, Kohl, Artischocken, Brokkoli, grüne Bohnen, Rüben, Spinat, Rote Bete, Lauch, Pilze;
- **Hülsenfrüchte:** Bohnen, Saubohnen, Linsen, Kichererbsen, Erbsen, Soja;
- **Getreide und Getreideprodukte:** Vollkornprodukte wie Brot, Nudeln, Reis, Mehl, Hafer, Perlgrauen, Dinkel und Roggen. Geben Sie Kleie in Suppen und Essen Sie Müsli zum Frühstück. Trinken Sie mindestens 2-3 Liter Wasser pro Tag, am besten zwischen den Mahlzeiten. Pflanzliche Produkte, wie Leinsamen oder Weizenkleie, erhöhen die Stuhlmasse. Fügen Sie immer eine gute Menge Wasser hinzu, damit sie aufquellen können;
- In der Apotheke sind **Substanzen**, mit **abführender Wirkung** erhältlich, die keine Nebenwirkungen haben, wie Lactulose und osmotische Abführmittel (Macrogol), die in Wasser verdünnt werden;
- **Vermeiden Sie verstopfende Nahrungsmittel** wie Bananen, Reis, Schokolade, Kakao, Heidelbeeren, Rotwein, schwarzen und grünen Tee. Trinken Sie morgens gleich nach dem Aufstehen ein Glas lauwarmes Wasser auf nüchternen Magen. Essen Sie 4-5 Backpflaumen, die Sie am Vorabend in Wasser eingeweicht haben, auf nüchternen Magen;
- **Körperliche Aktivität:** Regelmäßige körperliche Aktivität ist sehr wichtig; gehen Sie so oft wie möglich zu Fuß. Ausdauersportarten wie Walking, leichtes Laufen, Schwimmen und Nordic Walking sind optimal;

- **Verhaltenstipps:** Normalisieren Sie Ihren Lebensstil, versuchen Sie, Ihren Stuhlgang regelmäßig zu halten, führen Sie Entspannungsübungen und autogenes Training durch, massieren Sie den Bauch in kleinen kreisenden Bewegungen, wobei Sie unten rechts beginnen und im Uhrzeigersinn zuerst nach oben, dann nach links, dann wieder nach unten und schließlich nach rechts zum Ausgangspunkt zurückgehen und sich dabei leicht bewegen.

Stomatitis

Stomatitis ist eine Entzündung der Mundschleimhaut.

Praktische Ratschläge

- **Mundhygiene** (Vorbeugung): Spülen Sie den Mund nach den Mahlzeiten gut aus, verwenden Sie eine Zahnbürste mit weichen Borsten oder, wenn sie reizt, ein feuchtes Wattestäbchen und eine spezielle Mundspülung. Verwenden Sie milde Zahnpasten oder Lösungen aus Wasser und Backpulver (1 Esslöffel in 2 Tassen Wasser). Spülen Sie den Mund mit einem Kamillen- oder Salbeitee/Aufguss. Entfernen und reinigen Sie die Zahnprothese nach jeder Mahlzeit;
- **Ernährung:** Essen Sie fein geschnittene und gut pürierte Speisen und verwenden Sie cremige Würzmittel wie Weichkäse, Mayonnaise und milde Soßen, die das Schlucken erleichtern. Verwenden Sie Butter, Öl, Kochsahne, Käse, Joghurt und Honig zum Anreichern der Speisen. Wählen Sie die weichere Seite von Brot. Für weiche Frikadellen hacken Sie Fleisch und Fisch klein und vermischen sie mit Eiern und Milch;

- **Snacks:** Frucht-Smoothies mit Joghurt oder Milch und Zucker oder Honig, Cremes und Desserts wie Karamellcreme, Panna Cotta, Pudding, Eiscreme und Slushies. Sie können auch homogenisierte Babynahrung oder Grießbrei verwenden, der mit Käse und Butter angereichert ist. Verzehren Sie die Gerichte bei Zimmertemperatur oder lauwarm;
- **Gefrorene Ananas/Obst:** als Eis am Stiel verwenden, auch mehrmals täglich. Die Kälte lindert den Schmerz und die Ananas setzt auf der Schleimhaut Enzyme frei, die den Heilungsprozess fördern und beschleunigen.

Hand-Fuß-Syndrom

Sie ist zu Beginn durch ein Kribbeln und Brennen in den Handflächen und Fußsohlen gekennzeichnet, gefolgt von starken Rötungen und Schwellungen.

Praktische Ratschläge

- **Vorbeugung:** Halten Sie Nägel und Haut so gut wie möglich gepflegt und mit Feuchtigkeit versorgt. Entfernen Sie prophylaktisch Schwielen an Füßen und Händen und verwenden Sie harnstoffhaltige Cremes und Salben. Vermeiden Sie Infektionen. Verwenden Sie fettige, unparfümierte und allergenfreie Cremes. Verwenden Sie Baumwollhandschuhe und gepolsterte Schuhe, um sich vor Verletzungen zu schützen. Vermeiden Sie nach Möglichkeit Hautreizungen an Händen (durch Werkzeuge und Kratzen) und Füßen (beschränken Sie das Gehen und Laufen). Nehmen Sie warme Hand- und Fußbäder, auch mit Salz und Wasser oder gekochtem Leinsamen.

UNTERSTÜTZUNGSDIENSTE

PSYCHOLOGISCHER DIENST

Tel.: 0471 439 884

Tätigkeiten: Unterstützung der Patienten und ihrer Familien bei der Bewältigung emotionaler Probleme im Zusammenhang mit der Krankheit. Zusammenarbeit mit dem Team zur Verbesserung des medizinischen Prozesses, Förderung der Compliance und Verringerung der Nebenwirkungen der Chemotherapie, die durch den emotionalen Zustand beeinflusst werden.

DIENST FÜR DIÄTETIK UND KLINISCHE ERNÄHRUNG

Tel: 0471 437 305

Tätigkeiten: Persönliche Ernährungsberatung und/oder -unterstützung, um Patienten zu helfen, Krebsbehandlungen und deren Folgen besser zu bewältigen, den Verlust von Gewicht und fettfreier Masse zu begrenzen und eine gute Stoffwechsel- und Entgiftungsaktivität aufrechtzuerhalten.

SOZIALER DIENST

Tel: 0471 437 134

Tätigkeiten: Informations- und Unterstützungsgespräche, geschützte Entlassung, Einleitung von Pflege- und Verwaltungsverfahren, Anträge auf

Gesundheitseinrichtungen und Vermittlung zwischen stationären Patienten, Krankenhaus und kommunalen Diensten.

KOMPLEMENTÄRMEDIZIN

Tel: 0473 251 400

Tätigkeiten: Ergänzt traditionelle therapeutische Behandlungen durch natürliche Heilmethoden. Bietet Akupunktur, Phytotherapie, Homöopathie, Osteopathie, Laser- und Infusionstherapien, Shiatsu und Healing Touch.

IMPFUNGEN

Tel: 0471/0472/0473/0474 100 100

Von Montag bis Freitag von 08:00 bis 16:00 Uhr.

Online: sanibook.sabes.it

VEREINIGUNGEN VON KREBSPATIENTEN

Die Vereinigungen von Krebspatienten sind von grundlegender Bedeutung für die Präventions-, Informations- und Unterstützungsmaßnahmen für Patienten und ihre Familien und, durch die Anwesenheit ihrer Freiwilligen in den Krankenstationen, für den Prozess der Humanisierung des Gesundheitsumfelds.

Zu den verschiedenen Aktivitäten gehören die Erstellung und der Druck von Informationsmaterial für die Initiativen der Verbände, die Förderung von Kampagnen zur Krebsprävention, die kostenlose medizinisch-rechtliche, bürokratische und psychologische Beratung, die kostenlose Verteilung von PICC-Hüllen, die ästhetische Beratung und die Bereitstellung von Perücken, die Organisation von Auffrischungs- und Schulungskursen, logistische und wirtschaftliche Unterstützung und vieles mehr.

Weitere Informationen finden Sie auf den entsprechenden Websites oder Sie können sich direkt an das Büro wenden.

Italienische Liga für den Kampf gegen den Krebs

Sektion Bozen

W.-A.-Loew-Cadonna-Platz 10, 39100 Bozen,
Öffnungszeiten: Montag - Freitag, 8:30 – 12:30 Uhr
Tel.: 0471 402 000
Fax: 0471 406 529

Zweigstelle Meran

Leopardi-Straße 1, 39012 Meran

Öffnungszeiten: Dienstag und Donnerstag, 10 – 12 Uhr

Tel.: 0473 201 470, Fax: 0473 201 470 (nur während der Bürozeiten)

E-Mail: info@liltbolzanobozen.com

Website: <https://www.liltbolzanobozen.com>



Südtiroler Krebshilfe

Dreiheiligengasse 1, 39100 Bozen

Tel.: 0471 283 348 Fax: 0471 288 282

E-Mail: info@krebshilfe.it

Website: <https://www.krebshilfe.it>



Mamazone

Informationen zu Frauen und Brustkrebsforschung: Dr.in
Erika Laner

Pustertalerstraße 8, 39034 Toblach

Tel.: 335 650 6353

E-Mail: info@mamazone.it

Website: <https://www.mamazone.it>



[illegible]

**MEDIZINISCHE ONKOLOGIE -
ZENTRAALKRANKENHAUS BOZEN**

Wo: Lorenz-Böhler-Straße 5, 39100 Bozen
Hellblauer Sektor - Multifunktionspavillon, 1. Stock

Tel.: 0471 438 953

E-Mail: oncologia.bz@sabes.it

