

Ist Krebs bald heilbar?	Seite 1
Palliativmedizin und Hospiz	Seite 2
Leben mit Krebs ohne Schmerzen	Seite 3
Fragen zu Krebs?	Seite 4
Ernährungstipp	Seite 4

Editorial

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

Jede und jeder kennt sicher jemanden aus der Verwandt- oder Bekanntschaft, der an Krebs leidet. In der Schweiz erkrankt statistisch gesehen jeder Dritte an einer der rund 150 Krebsarten. Waren früher die Heilungschancen gering, so kennt man heute bereits Krebserkrankungen, die frühzeitig erkannt, bekämpft werden können. Heute können beispielsweise zwei von drei leukämiekranken Kindern geheilt werden. Auch in der Behandlung und Betreuung von krebserkrankten Mitmenschen wurden grosse Fortschritte gemacht. Die Operationstechniken wurden verbessert, die Strahlenbehandlungen können gezielter eingesetzt werden, es gibt wirksamere Medikamente und verträglichere Therapien.

In unserer Kundenzeitung lesen Sie einen Bericht über neue Medikamente aus der Krebsforschung. Sie erfahren über Ursprung und Art von Krebschmerzen und wie sie behandelt werden können. Und Sie lernen die Grundlagen der Palliativmedizin kennen. Eine Adress- und Literaturliste soll Ihnen erleichtern, zu weiteren Informationen zu kommen. Mit dem Bon, den Sie uns abgeben können, erhalten Sie gratis das Falblatt «Wissen schützt vor Krebs», das nicht nur interessant für Betroffene ist, sondern auch für alle, die gesund leben möchten. Denn wir alle sollten wissen, was die Ursachen von Krebs sind und wie man sich vor einer Erkrankung schützen kann.

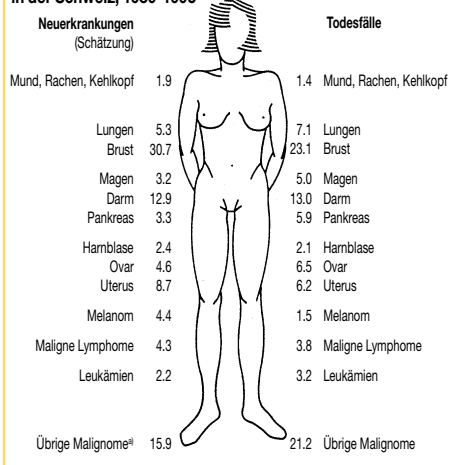
Unser Team nimmt zum Thema Krebs an einer Weiterbildung teil. Zögern Sie also nicht und fragen Sie uns. Wir sind für Sie da.

Herzlichst
Ihre Apotheken

Ist Krebs bald heilbar?

Mit den vertieften Erkenntnissen der Molekularbiologie wurde auch das Wissen über Krebs grösser. Bei vielen Krebserkrankungen ist die Ursache nicht bekannt, eine Vorbeugung ist deshalb auch nicht möglich. Bei anderen Krebsformen hat man bereits einen Zusammenhang mit einem oder mehreren möglichen Faktoren erkannt.

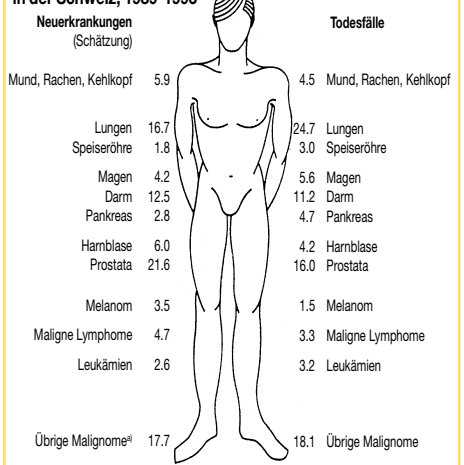
Prozentanteile der einzelnen Krebslokalisationen am Gesamt der weiblichen Krebsneuerkrankungen und Krebstodesfälle in der Schweiz, 1989-1993



* Ohne die nicht-melanotischen Hauttumoren

Quellen: Vereinigung Schweizerischer Krebsregister, Bundesamt für Statistik

Prozentanteile der einzelnen Krebslokalisationen am Gesamt der männlichen Krebsneuerkrankungen und Krebstodesfälle in der Schweiz, 1989-1993



* Ohne die nicht-melanotischen Hauttumoren

Quellen: Vereinigung Schweizerischer Krebsregister, Bundesamt für Statistik

Organe bei Frauen und Männern, die mit der angegebenen Häufigkeit von einer Krebs-Erkrankung betroffen sein können.

Krebsentstehung

Als mögliche Faktoren zur Krebsentstehung sind in erster Linie diejenigen zu nennen, die im eigenen Körper ihren Ursprung haben. Dazu zählen neben einer erblichen Veranlagung eine geschwächte Abwehrfunktion des Körpers und die hormonelle Abhängigkeit gewisser Krebsarten (Bsp. Abhängigkeit von weiblichen Geschlechtshormonen beim Brustkrebs).

Zu den äusserlichen Ursachen können radioaktive Strahlung, intensive Sonnenbestrahlung der ungeschützten Haut, bestimmte chemische Stoffe (Bsp. Anilin) und spezielle Viren gezählt werden (Bsp. Hepatitis-Virus beim Leberzellkrebs).

Auch Lebensgewohnheiten wie Tabakkonsum oder sehr fettreiche und vitaminarme Ernährung sind auslösende Faktoren häufiger Krebsarten.

Eine Krebszelle ist eine körpereigene Zelle, die sich unkontrolliert zu vermehren beginnt. Dabei werden Gene aktiv, die in einer normalen Zelle inaktiviert sind. Es entstehen bösartige Wucherungen, die in gesundes Gewebe eindringen und dieses zerstören. Gelangen Krebszellen in die Blut- oder Lymphbahn, werden sie in andere Organe verschleppt und bilden dort Ableger, so genannte Metastasen.

Fortsetzung Seite 2

Palliativmedizin und Hospiz

Ein Ziel der Hauskrankenpflege ist es, den Kranken so lange als möglich zu Hause zu pflegen und den Spitaleintritt hinaus zu schieben oder zu vermeiden. Leider ist dies nicht immer möglich, und die Gemeindeschwestern müssen die Patientin oder den Patienten in ein Spital einweisen. So entstand der Gedanke, Patienten vorallem in den letzten Tagen ihres Lebens ein kleines familiäres Spital anbieten zu können. In den angelsächsischen Ländern gibt es schon sehr lange solche Kleinspitäler, in denen die sterbenden Patienten eine medizinische Betreuung ohne Intensivmedizin erhalten. Man nennt sie Hospize in Anlehnung an das Hospiz der Klöster, in denen Pilger auf der Durchreise beherbergt werden.

Das Hildegard Hospiz und das Hospiz im Park

In Basel nahm das Hildegard Hospiz 1986 am St. Albanring 151 seinen Betrieb auf. Es bietet palliative Medizin inklusive Sterbebegleitung und



Nachbehandlung von Akutpatienten an. Im Hildegard Hospiz befinden sich also nicht nur Patienten mit einer relativ kurzen Lebenserwartung sondern auch solche, die eine liebevolle Nachbehandlung nach einer schweren Operation in einem Akutspital wünschen. Das Spital kann 27 Patienten aufnehmen. Das multidisziplinäre Behandlungsteam besteht aus Pflegepersonal, Ärztinnen und Ärzten, Ergo- und Physiotherapeuten, einer Maltherapeutin, Seelsorgerinnen und Seelsorger sowie Sozialarbeiterinnen.



Das Hospiz im Park befindet sich in Arlesheim am Stollenrain 12 und ist seit 1996 in Betrieb. Ausser 13 Pflegebetten stehen 2 Ferienbetten zur Verfügung, die Patienten während den Ferien ihrer Angehörigen Unterkunft bieten. Das Behandlungsangebot ist mit dem Hildegard Hospiz vergleichbar. Beide Hospize arbeiten nach schulmedizinischen Grundsätzen, sind aber auch offen für Wünsche nach alternativmedizinischen Behandlungsmethoden.

Palliative Medizin

Ziel der palliativen Medizin ist die Linderung der krankheitsbedingten Beschwerden sowie die Erhaltung und Verbesserung der Lebensqualität. Während bei der kurativen Medizin das Ziel im Vordergrund steht, die Krankheit zu heilen und das Leben zu erhalten, wird bei der palliativen Medizin darauf geachtet, eine die Beschwerden lindernde, patientenorientierte Behandlung durchzuführen. Ausserdem werden die Patienten in der Auseinandersetzung mit der Krankheit begleitet und unterstützt.

Schwerkranke Patienten fürchten oft, eine lieblose Pflege zu erhalten und den Mitmenschen zur Last zu fallen. Wenn sie jedoch in einer liebevollen Umgebung erleben, dass ihre Ängste ernstgenommen und aufgefangen werden, gelingt es ihnen meist, ihr schweres Schicksal zu ertragen. Den Sterbeprozess als ein natürliches Geschehen akzeptieren zu können, gehört zu einer einfühlsamen Sterbebegleitung. In die Begleitung des Patienten bis zum Tode und auch danach werden selbstverständlich auch die Angehörigen miteinbezogen.

Krebs, die kalte Angst

In der Rangliste der häufigsten Todesursachen in den Industrieländern steht Krebs an zweiter Stelle hinter den Herz-Kreislaufkrankungen. Jährlich sterben in der Schweiz fast 17000 Menschen an Krebs. Laut einer vom Bundesamt für Statistik veröffentlichten Erhebung der Jahre 1989 bis 1993 sind 29,2% der Todesfälle bei Männern und 24,6% der Todesfälle bei Frauen auf eine Krebserkrankung zurückzuführen. Im Prinzip kann Krebs in jedem Organ entstehen, jedoch sind einige Organe besonders häufig Sitz einer Neuerkrankung.

(vgl. Abbildungen auf Seite 1)

Krebstherapie

Die Krebstherapie hat zum Ziel, den Krebs an seinem Wachstum zu hemmen oder ihn zu zerstören. Eine Umwandlung von einer Krebszelle zurück in eine normale Zelle lässt sich bis heute nur sehr selten erreichen. Die Eckpfeiler der Therapie bilden immer noch die Operation, die Bestrahlung und die medikamentöse Therapie mit so genannten Zytostatika, Hormonen und biologisch aktiven Substanzen.

Eine zytostatische Therapie bringt auch vorübergehende Schäden an gesunden Zellen mit sich. Besonders betroffen sind sich schnell teilende Gewebe, wie das Knochenmark (Blutzellenbildungsstätte), Keimdrüsen, Darmschleimhaut und Haarwurzel. Auch eine Resistenzentwicklung der Krebszellen ist zu beobachten, weshalb man eine Kombinationstherapie anstrebt. Hilfreich ist auch eine zeitweilig aussetzende Verabreichung der Zytostatika, damit sich das gesunde Gewebe in der therapiefreien Zeit zu erholen vermag.

Neue Lichtblicke in der medikamentösen Therapie

Herceptin (seit Juli 1999 in der Schweiz zugelassen) ist der erste monoklonale Antikörper zur Behandlung von Brustkrebs. Es wurde biotechnologisch hergestellt und zeichnet sich durch eine ganz gezielte Wirksamkeit aus. Man hat herausgefunden, dass an der Oberflä-

Fortsetzung Seite 3

Leben mit Krebs ohne Schmerz

Wenn man sich mit der Diagnose Krebs auseinandersetzen muss, so treten bald nach dem ersten Schock auch Fragen nach möglichen Schmerzen auf.

Sinn und Unsinn der Schmerzen

Akute Schmerzen haben die sinnvolle Aufgabe, uns vor einer weiteren Schädigung zu warnen. So lässt uns der Schmerz, den wir beim Berühren einer Herdplatte spüren, die Hand schnell zurückziehen. Ein akuter Schmerz zeigt auch eine drohende Krankheit an.

Fortsetzung von Seite 2

che von gewissen Krebszellen ganz bestimmte Rezeptoren vorhanden sind. Herceptin passt wie ein Schlüssel zu diesem Molekül. Wenn es sich daran bindet, ist der Rezeptor blockiert. Dies hat in unserem Fall zur Folge, dass das Wachstum der Krebszelle gehemmt ist. Zugleich wird das körpereigene Immunsystem angeregt, die mit Herceptin markierten Zellen abzutöten.

Je mehr über die komplizierten chemischen Abläufe bekannt wird, die in einer Krebszelle ablaufen, desto spezifischer kann eine Chemotherapie werden und umso geringer werden deren Nebenwirkungen sein. Die Idee, unser Immunsystem auf Krebszellen zu sensibilisieren und diese somit schon vor der optischen Entstehung des Krebses zu inaktivieren, tönt vielversprechend.

Die Frage, ob bald alle Krebsarten geheilt werden können, muss leider mit «nein» beantwortet werden.

Chronische Schmerzen hingegen beginnen meist schleichend. Oft können wir uns nicht einmal mehr ans erste Auftreten erinnern. Diese Schmerzen warnen und schützen nicht mehr, sondern sind meist die Folge einer bereits bestehenden Grundkrankheit.

Unbehandelte Schmerzen können weitere Schmerzen auslösen. So führt die Schonhaltung des Körpers zu Verkrampfungen und zu zusätzlichen Schmerzen. Die pausenlose Tortur von chronischen Schmerzen verdrängt alle anderen Gedanken und nimmt dem Betroffenen Freiheit, Selbständigkeit, Würde und Qualität des Lebens. Schmerzen bei Krebs können immer gelindert und in vielen Fällen ganz behoben werden. Man darf sie allerdings nicht verschweigen, sondern soll sie gemeinsam mit dem Arzt anpacken.

Wie können Schmerzen behandelt werden?

Die beste Behandlung von tumorbedingten Schmerzen ist die Behebung der Ursache, das heisst die Entfernung oder Verkleinerung des schmerzauslösenden Tumors durch eine Operation, durch eine Strahlentherapie oder durch medikamentöse Behandlung. Zusätzlich zur eigentlichen Tumortherapie sollten Schmerzen durch Schmerzmittel bekämpft werden. Wenn auch nicht immer eine völlige Schmerzfreiheit erreicht werden kann, so führt doch bereits eine Schmerzlinderung zu mehr Lebensqualität und damit zu Lebensfreude und Lebensenergie. Neben der richtigen Auswahl ist die regelmässige und rechtzeitige Einnahme, das heisst bevor die Schmerzen wieder auftreten, von grosser Bedeutung.

Angst vor Morphin

Zwei der wichtigsten Vorurteile gegenüber diesem starken Schmerzmittel sind die Angst vor Sucht und Abhängigkeit und die Angst, dass Morphin erst vor dem baldigen Tod gegeben werde. Im Unterschied zu Süchtigen, die Morphin nehmen um sich in einen euphorischen Rausch zu versetzen, nimmt der Schmerzpatient Morphin ausschliesslich zur Schmerzbekämpfung ein, was nicht zur psychischen Abhängigkeit führt. Morphin hat nichts mit dem Krebsstadium zu tun, sondern nur mit der Schmerzintensität. Wenn ein Patient dank Morphin weniger Schmerzen hat, kann er sich auch besser gegen seine Krankheit wehren.

Seelische Schmerzen

Seelische Schmerzen können körperliche verstärken und umgekehrt. Zu einer guten Schmerzbehandlung gehört deshalb auch, dass man zur Seele Sorge trägt und versucht, sie zu entlasten. Ein Gespräch mit einer psychotherapeutisch geschulten Person oder einem Seelsorger kann Wunder wirken.

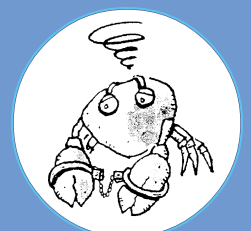
Körperliches und seelisches Wohlbefinden sind die Hauptziele einer Schmerztherapie.

Diese Kundenzeitung wurde durchgelesen und ergänzt durch Herrn Prof. Walter Weber, Spezialarzt für Onkologie, Basel.

Gutschein

Bei Abgabe dieses Gutscheins in Ihrer Conpharm-Apotheke erhalten Sie gratis das interessante Faltblatt «Wissen schützt vor Krebs»

Haben Sie gerade eine Frage zum Thema Krebs? Nutzen Sie die Gelegenheit und fragen Sie uns! Wir wissen Bescheid.



Fragen zu Krebs?

Eine Krebserkrankung wirft viele Fragen auf: Wie verläuft eine medikamentöse Behandlung? Beahlt die Krankenkasse den Wiederaufbau der Brust? Was kann ich gegen Schluckbeschwerden tun?

Krebstelefon - kostenlos und diskret

Beim Krebstelefon der Schweizerischen Krebsliga erhalten Sie Antwort. Es vermittelt auch Adressen von Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen. Wenn Sie Fragen zur Krebsprävention haben, wird man Ihnen ebenfalls Auskunft geben können.

Krebstelefon 0800 55 88 38

allô cancer 0800 55 42 48

Montag bis Freitag 15 bis 19 Uhr,

Mittwoch 10 bis 19 Uhr

Bibliothek - auch für den Fernverleih

Rund 2000 Titel und Themendossiers, von der Gesundheitsförderung bis zur Sterbebegleitung, von komplementären Massnahmen bis zur Hochdosistherapie, aber auch wissenschaftliche und populärmedizinische Fachzeitschriften sind in der Schweizerischen Krebsliga verfügbar. Kommen Sie vorbei, rufen Sie an oder schicken Sie ein Mail!

Schweizerische Krebsliga

Effingerstrasse 40

3001 Bern

Tel. Bibliothek: 031 389 91 14/15

Fax 031 389 91 60

E-Mail: library@swisscancer.ch

Öffnungszeiten Bibliothek:

Montag bis Donnerstag 9 bis 12 Uhr

und 14 bis 17 Uhr

Freitag geschlossen

Unser Tipp:

Zeitschrift "pflegen zu Hause"

Verlag "pflegen zu Hause" GmbH

Morgenstrasse 129

3018 Bern

Tel. 031 998 42 00

Fax 031 998 42 01

E-Mail:

pflegenzuhause@bluewin.ch

Gratis Broschüren

Das Angebot an Gratisbroschüren für Betroffene, Angehörige und weitere Interessierte wird laufend erweitert. Die Broschüren können helfen, den Alltag mit Krebs besser zu bewältigen und Anlaufstellen für eine persönliche Beratung zu finden.

Auskunft erhalten Sie bei den erwähnten Stellen, besonders aber auch bei der Beratungsstelle Ihrer kantonalen Krebsliga. Oder erkundigen Sie sich in Ihrer Conpharm-Apotheke, die eine Auswahl an Broschüren für Sie bereithält.

Persönliche Beratung und Unterstützung

In der ganzen Schweiz stehen Beratungsstellen der kantonalen Krebsligen offen.



Krebsliga beider Basel

Engelgasse 77

4052 Basel

Tel. 061 319 99 11

Fax 061 319 99 12

Zur Unterstützung der Angehörigen bei der Pflege von schwerkranken Patienten zu Hause stehen Pflegepersonal und Gemeindeschwestern zur Verfügung. Insbesondere für die Betreuung von Onkologiepatienten kann bei der spitalexternen Onkologiepflege (SEOP) um Hilfe gebeten werden

SEOP Basel-Stadt

Clarastrasse 4

4058 Basel

Tel. 061 686 95 85

SEOP Baselland

Erlenstrasse 20

4106 Therwil

Tel. 061 721 77 07

Fax 061 722 12 39

Bei allgemeinen Fragen über Gesundheit und Prävention empfehlen sich folgende Adressen:

Gesundheitsförderung Baselland

Rheinstrasse, 4410 Liestal

Tel. 061 925 62 87, Fax 061 925 69 34

Verein Gsünder Basel

Steinengraben 49, 4051 Basel

Tel. 061 267 65 07, Fax 061 267 61 90

Der Ernährungstipp

Sehr häufig tritt bei Menschen, die eine Chemotherapie durchführen, eine Einbusse des Geschmacks auf. Dies hat zur Folge, dass bei ihnen jedes Essen fad erscheint. Viele Patienten haben deswegen nur wenig Appetit und einige müssen sich sogar zum Essen zwingen. Erschwerend kommt dazu, dass die Patienten auf Gerüche sensibel reagieren, und saure, bittere oder harte Nahrungsmittel bei ihnen Ekel auslösen können. Was können Sie selbst oder Ihre Angehörigen tun, damit eine gute Ernährung sichergestellt ist?

- Sagen Sie, wonach es Ihnen gerade gelüftet. Ihre Angehörigen werden sich nach Möglichkeit danach richten.
- Das gewünschte Lieblingsessen in kleinen Portionen schön anrichten, denn: Das Auge isst mit.
- Der Kranke soll sich nicht verpflichtet fühlen, zu essen, denn der Appetit ist nicht vom Willen abhängig.
- Flexibel sein bezüglich Zeitpunkt des Essens. Darauf eingehen, wenn der Patient sein Mittagessen erst um 15 Uhr einnehmen will.
- Immer einige Leckerbissen bereit halten: Frische Himbeeren, ein Ananassorbet, der selbstgemachte Lieblingskuchen.

Name:

Vorname:

Strasse:

PLZ/Ort:

Telefon:

Ihre Conpharm-
Apotheke