



NATIONALES CENTRUM
FÜR TUMORERKRANKUNGEN
HEIDELBERG

getragen von:
Deutsches Krebsforschungszentrum
Universitätsklinikum Heidelberg
Thoraxklinik-Heidelberg
Deutsche Krebshilfe

www.nct-heidelberg.de

IHR THERAPIEBEGLEITER

HANDBUCH FÜR PATIENT:INNEN



UNIVERSITÄTS
KLINIKUM
HEIDELBERG

dkfz.

DEUTSCHES
KREBSFORSCHUNGSZENTRUM
IN DER HELMHOLTZ-GEMEINSCHAFT

Sehr geehrte/r Frau/Herr,

wir begrüßen Sie als Patientin und Patient im NCT Heidelberg. Wir sind ein interdisziplinäres Behandlungsteam und stehen Ihnen zur Seite. In den beiden Tageskliniken arbeiten erfahrene Gesundheits- und Krankenpfleger:innen mit onkologischer Fachweiterbildung, Zusatzqualifikationen in palliativer Pflege, naturheilkundlicher Pflege und schmerztherapeutischer Fachassistenz sowie Wund-, Stoma- und Portexpert:innen.

In enger Zusammenarbeit mit Ihren behandelnden Ärztinnen und Ärzten sowie den Beratungsdiensten versuchen wir, Sie in jeder Phase Ihrer Therapie bestmöglich zu unterstützen.

Mit diesem Handbuch möchten wir Sie umfassend informiert und gut beraten durch Ihre bevorstehende Krebstherapie begleiten.

*Wir sind für Sie da!
Ihr Behandlungsteam im NCT Heidelberg*

Überreicht durch:

The **NCT patient-handbook in English**
can be downloaded here:
www.nct-heidelberg.de/patient-handbook





Inhalt

Das Nationale Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) Heidelberg	5
Was Sie über Ihre Tumorthherapie wissen sollten	8
Chemotherapie	10
Zielgerichtete Krebstherapien	20
Orale Medikation	21
Gut zu wissen	22
Symptome, die Sie melden müssen	24
Beratungsdienste	26
A bis Z	30
Lageplan	32



Film ab!

**Das NCT Heidelberg ...
einfach erklärt.**

www.nct-heidelberg.de/film



DAS NATIONALE CENTRUM FÜR TUMORERKRANKUNGEN (NCT) HEIDELBERG

Das Nationale Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) Heidelberg ist eine gemeinsame Einrichtung des Deutschen Krebsforschungszentrums (DKFZ), des Universitätsklinikums Heidelberg (UKHD), der Medizinischen Fakultät Heidelberg und der Deutschen Krebshilfe. Ziel des NCT ist es, vielversprechende Ansätze aus der Krebsforschung möglichst schnell in die Klinik zu übertragen und damit den Patient:innen zugutekommen zu lassen. Dies gilt nicht nur für die Diagnose und Behandlung, sondern auch für die Nachsorge und Prävention. Die Tumorambulanz ist das Herzstück des NCT. Hier profitieren die Patient:innen von einem individuellen Therapieplan, den fachübergreifende Runden von Expert:innen, sogenannte Tumorboards, zeitnah erstellen. Die Teilnahme an klinischen Studien eröffnet den Zugang zu innovativen Therapien. Das NCT Heidelberg ist somit eine richtungsweisende Plattform zur Übertragung neuer Forschungsergebnisse aus dem Labor in die Klinik. Das NCT Heidelberg kooperiert mit Selbsthilfegruppen und unterstützt diese in ihrer Arbeit. Seit 2015 gibt es in Dresden einen zweiten NCT-Standort, seit Februar 2023 entstehen vier weitere Standorte in Deutschland. Weitere Informationen im Internet unter <https://nct.dkfz.de>.

Anschrift:

**Nationales Centrum für
Tumorerkrankungen (NCT) Heidelberg**
Im Neuenheimer Feld 460
69120 Heidelberg
06221 56-4801
www.nct-heidelberg.de

Im Erdgeschoss finden Sie:

Pforte / Information:

☎ 06221 56-4801

Tagesklinik 1:

☎ 06221 56-6469

Leitstelle A (Medizinische Onkologie):

☎ 06221 56-8819

Leitstelle B (Radiologische Ambulanz):

☎ 06221 56-7611

Im 1. Obergeschoss finden Sie:

Tagesklinik 2:

☎ 06221 56-7348

Leitstelle C (Dermatologie):

☎ 06221 56-8562

Leitstelle C (Neuroonkologie):

☎ 06221 56-6086

Leitstelle D (Gynäkologie):

☎ 06221 56-7985

Cafeteria

Öffnungszeiten: 8 – 16 Uhr

Patient:innen, die teilstationär behandelt werden, erhalten an ihrem Therapietag einen Verzehrbon bei der Anmeldung, den sie in der Cafeteria des NCT Heidelberg einlösen können.

Im 2. Obergeschoss finden Sie:

Den Sportraum und die Konferenzräume, in denen auch die Tumorboards stattfinden. Zudem befinden sich im 2. und 3. Obergeschoss administrative Bereiche.

Anfahrt

Das NCT Heidelberg befindet sich im Neuenheimer Feld in direkter Nachbarschaft zu den Kliniken des Universitätsklinikums Heidelberg. Die **Bushaltestelle „Studentenwohnheim“** der **RNV-Buslinien 31/32** ist direkt vor dem NCT Heidelberg.

Über die Ebene 99 sind die einzelnen Gebäude miteinander fußläufig verbunden. Auf der vorletzten Seite steht Ihnen ein **Lageplan** als Orientierungshilfe zur Verfügung.

Parken im Neuenheimer Feld

Das Parken im Neuenheimer Feld ist kostenpflichtig.

Die ersten zwei Stunden betragen pauschal 3 Euro, jede weitere angefangene Stunde kostet 1,70 Euro (Tageshöchstsatz 10 Euro). **Vergünstigte Fünfer- und Zehnertickets sind für 8 Euro pro Parkvorgang erhältlich.**

Patient:innen mit längerfristigem Aufenthalt am Klinikum (stationär oder ambulant mit wiederholten Besuchen) haben die Möglichkeit einen **Langzeitvertrag für 28 Tage** zu 60 Euro zzgl. 20 Euro Kautions für die Parkkarte abzuschließen. In dieser Zeit kann beliebig oft in das Parkareal ein- und ausgefahren werden. Am Ende des Aufenthalts wird der Langzeitvertrag exakt abgerechnet und das Restguthaben ausgezahlt.

Schwerbehinderte mit Ausweis G oder aG können ebenfalls einen **Langzeitvertrag** zu o.g. Bedingungen nutzen. Bei manchen Krankenkassen besteht die Möglichkeit, sich die Parkgebühren im Nachhinein erstatten zu lassen.

Die vergünstigten Fünfer- und Zehnertickets sowie die Langzeitverträge können ausschließlich an der Leit- und Informationszentrale im Gebäude 165 zwischen der Medizinischen Klinik und dem Parkhaus P160 erworben werden.

Fragen zur Fahrtkostenübernahme (zum Beispiel von Taxifahrten) durch die Krankenkasse beantwortet Ihnen der **Sozialdienst** des NCT Heidelberg:

☎ 06221 56-4477

✉ sozialarbeit@nct-heidelberg.de

Die Tageskliniken

Terminvergabe

Die Terminvergabe in den Tageskliniken folgt logistischen Faktoren wie der Patientenzahl, der Therapiedauer und weiteren organisatorischen Abläufen. Wir versuchen, Ihre Terminwünsche zu berücksichtigen, können dies aber nicht immer gewährleisten. Bei Verschiebungen oder Absagen bitten wir Sie, frühzeitig mit der Patientenmeldung Kontakt aufzunehmen. Wir sind bemüht, Ihre Verweildauer in den Tageskliniken so kurz und effizient wie möglich zu halten. Jedoch können beispielsweise veränderte Befunde oder Symptome, wie auch unvorhergesehene Situationen zu verlängerten Wartezeiten führen. Wir bitten Sie, dies bei Ihrer Planung für Ihren Therapietag mit einzukalkulieren.

Mobilfunktelefone

Handynutzung in den Tageskliniken ist prinzipiell gestattet. Wir bitten allerdings aus Rücksichtnahme auf andere Patient:innen, den Klingelton leise zu stellen und Telefonate in reduzierter Lautstärke zu führen.

Internet

Im Klinikum wird kostenloses WLAN angeboten. Sie nutzen Ihr eigenes WLAN-fähiges Endgerät (Laptop, Tablet, Smartphone). Nach Auswahl des Netzwerks „Patienten-Internet“ und Öffnen des Internetbrowsers erscheint nach kurzer Zeit die Login-Maske (falls nicht: <https://controller.access.network>). Nach Bestätigung der AGB ist die Internetnutzung freigeschaltet. Bei Fragen: Hotline ☎ 06221 56-7375.

Fernsehen und Radio

An Ihrem Sitzplatz in der Tagesklinik besteht die Möglichkeit, über einen kleinen Monitor fernzusehen oder Radio zu hören. Sie können hierzu Ihre eigenen Kopfhörer verwenden oder erhalten ein Paar von uns kostenfrei. Um Müll zu vermeiden, bitten wir um Wiederverwendung. Bitte sprechen Sie uns an.

Speisen und Getränke

Sie können Speisen und Getränke in den tagesklinischen Bereich mitbringen. Bitte vermeiden Sie, aus Rücksicht auf Mitpatient:innen, Zubereitungen, zum Beispiel mit Fisch oder Knoblauch.



WAS SIE ÜBER IHRE TUMORTHERRAPIE WISSEN SOLLTEN



Sie beginnen in der nächsten Zeit eine Krebstherapie am NCT Heidelberg. Die Medikamente können neben der gewünschten Wirkung gegen die Krebszellen unterschiedliche Nebenwirkungen hervorrufen. Diese sind nicht in allen Fällen vermeidbar, aber es gibt inzwischen viele Möglichkeiten, um Nebenwirkungen vorzubeugen oder zu lindern.

Das Patientenhandbuch bietet Ihnen Information und Hilfe für folgende Therapieformen:

- **Chemotherapie**
- **Zielgerichtete Therapie**

Chemotherapeutische Substanzen wirken auf alle Körperzellen, insbesondere auf die sich schnell teilenden. Daraus resultieren die häufigsten allgemeinen Nebenwirkungen, über die wir Sie ab Seite 11 informieren. Die von uns empfohlenen Maßnahmen können nach unserer Erfahrung Nebenwirkungen lindern und bestenfalls sogar verhindern. Sollten diese Maßnahmen nicht ausreichen und Nebenwirkungen trotzdem auftreten oder sich verschlimmern, informieren Sie uns bitte. Eigentherapie ist nicht zu empfehlen. Eine Reihe von unterstützenden Medikamenten und auch komplementärmedizinischen Anwendungen stehen zur Verfügung, um die Beschwerden zu lindern. Neben den allgemeinen Nebenwirkungen hat jede chemotherapeutische Substanz entsprechend ihres Wirkstoffs spezifische Nebenwirkungen, die Sie kennen sollten. Sie werden vor Beginn der Tumorthherapie von ärztlicher und pflegerischer Seite ausführlich darüber aufgeklärt. Ob und wie stark Nebenwirkungen auftreten, ist individuell sehr verschieden. Das Ausbleiben von Nebenwirkungen sagt nichts über die Wirksamkeit der Therapie aus.

Sogenannte **zielgerichtete Therapien** sind medikamentöse Behandlungen, die passgenau bestimmte Merkmale des Tumors oder Tumoreigenschaften angreifen, die das Wachstum der Krebszellen fördern. So wird das Tumorstadium gehemmt. Nur wenn der Tumor solche Eigenschaften hat, kann eine Patientin oder ein Patient von einer zielgerichteten Behandlung profitieren. Daher sind diese Therapien nicht für jede Tumorart und jede Patientin oder jeden Patienten geeignet. Zielgerichtete Therapien werden allein oder in Kombination mit einer Chemo- oder Strahlentherapie eingesetzt. Auch zielgerichtete Therapien können Nebenwirkungen hervorrufen, die sich allerdings von denen einer Chemotherapie unterscheiden. Ihr behandelnder Arzt oder Ihre Ärztin informiert Sie detailliert über die anstehende Behandlung. Auf Seite 20 werden Wirkweisen und daraus entstehende Nebenwirkungen der zielgerichteten Therapien erklärt.

Zusätzliche Informationen erhalten Sie durch das Behandlungsteam und über den **Krebsinformationsdienst (KID)** des Deutschen Krebsforschungszentrums (DKFZ) unter:

🌐 www.krebsinformationsdienst.de

☎ 0800 4203040 täglich 8–20 Uhr, Anruf kostenlos.

✉ krebsinformationsdienst@dkfz.de

CHEMOTHERAPIE



Allgemeine Nebenwirkungen

Haarausfall

Ob Haarausfall auftritt, ist therapieabhängig. Er tritt circa 2–4 Wochen nach der ersten Zytostatika-Gabe auf und kann alle Haarregionen des Körpers betreffen, auch Wimpern, Augenbrauen und Bartwuchs. Nach Abschluss der Therapie beginnt der Haarwuchs frühestens nach circa 2–4 Wochen. Das Kopfhaar wächst circa einen Zentimeter pro Monat. Es kann in Struktur und Farbe Veränderungen zum ursprünglichen Haar aufweisen.

Wir empfehlen:

- Die haarlose Kopfhaut sollte vor Wärme – speziell durch Sonneneinstrahlung – und Kälte geschützt werden. Auch die Kopfhaut benötigt Hautpflege mit einem ihrem Hauttyp entsprechenden Produkt, zum Beispiel einer feuchtigkeitsspendenden und leicht fettenden Lotion.
- Sie erhalten von uns auf Wunsch ein Rezept für eine Perücke. Wir empfehlen Ihnen, dies bereits bei Therapiestart in Anspruch zu nehmen und zeitnah eine Perücke anfertigen zu lassen.

Übelkeit und Erbrechen

Übelkeit und Erbrechen sind Schutzmechanismen des Körpers, die ihn vor Vergiftungen bzw. Schädigungen durch Ungenießbares bewahren sollen. Die Chemotherapie kann eine solche Reaktion des Körpers auslösen.

Der zu erwartende Grad der Übelkeit hängt maßgeblich von der Substanz und der Dosierung der Therapie ab. Aber auch individuelle persönliche Faktoren können einen Einfluss haben.

Es gibt mittlerweile zahlreiche sehr gute Medikamente, mit denen sich Übelkeit und Erbrechen vorbeugend und lindernd behandeln lassen.

Die meisten Patient:innen vertragen diese supportive (= unterstützende) Behandlung gut. Im Vergleich dazu ist eine unbehandelte Übelkeit deutlich belastender für den Körper und kann zu negativen Folgeerscheinungen wie Gewichtsverlust, Mineralstoffmangel, Kraftlosigkeit, Magenschmerzen etc. führen.

Ist Übelkeit erst einmal aufgetreten, lässt sie sich deutlich schlechter lindern, als wenn man sie vorbeugend medikamentös unterdrückt.

Auf die vorbeugenden Medikamente zu verzichten, kann zudem dazu führen, dass der Körper Übelkeit und Erbrechen „erlernt“. Schon geringe Reize wie das Betreten des Krankenhauses oder der Gedanke an Chemotherapie können dann Übelkeit oder Erbrechen hervorrufen.

Dieser Mechanismus der „antizipatorischen Übelkeit“ ist schwer zu therapieren, daher möchten wir ihn unbedingt durch Vorbeugung vermeiden.

Wir empfehlen:

- Nehmen Sie vor der Therapie leicht verdauliche Speisen ein. Kommen Sie möglichst nicht mit leerem Magen.
- Versuchen Sie, sich für die Dauer der Chemotherapie eine entspannte Atmosphäre einzurichten. Lesen, Musik hören oder fernsehen kann Sie entspannen und ablenken.
- Nehmen Sie mehrmals täglich kleine Mahlzeiten ein, wählen Sie eher kühle und trockene Lebensmittel oder Saftwürfel.
- Trinken Sie, wenn Sie es mögen, frischen Ingwertee: Einen Teelöffel frischen Ingwer geschält und in dünne Scheiben geschnitten in einen Liter kaltes Wasser geben und köcheln lassen. Danach absieben und über den Tag verteilt trinken. Keine Anwendung empfohlen bei Hitzewallungen, Fieber, Bluthochdruck und Schlafstörungen.
- Nehmen Sie die für zu Hause rezeptierten Medikamente wie verschrieben ein. Wichtig ist auch, dass Sie uns Rückmeldung geben, inwieweit die Medikation für Sie ausreichend ist. Bei Bedarf können Ihnen zusätzliche Medikamente verordnet werden.
- Zusätzliche Maßnahmen wie Akupressur, Akupunktur, Aromatherapie und Entspannungsverfahren können sehr gut unterstützend wirken, ersetzen aber nicht die Therapie durch Medikamente.

Appetitverlust

Häufig verändert sich der Geschmacks- und Geruchssinn durch die Medikamente, was dazu führen kann, dass Ihnen gewohnte Lebensmittel nicht mehr so schmecken wie bisher. Betroffene beschreiben oft, dass Vieles nach Metall, zu süß oder zu salzig schmecke.

In der Regel kehren Geschmacks- und Geruchssinn nach Beendigung der Therapie zurück.

Durch Geschmacksveränderungen bedingte Appetitlosigkeit kann zu Gewichtsverlust führen, dem vorgebeugt werden sollte. **Eine mangelhafte Ernährung schwächt Ihren Körper und kann die Wirksamkeit der Therapie einschränken.**

Nehmen Sie Hilfe in Anspruch!

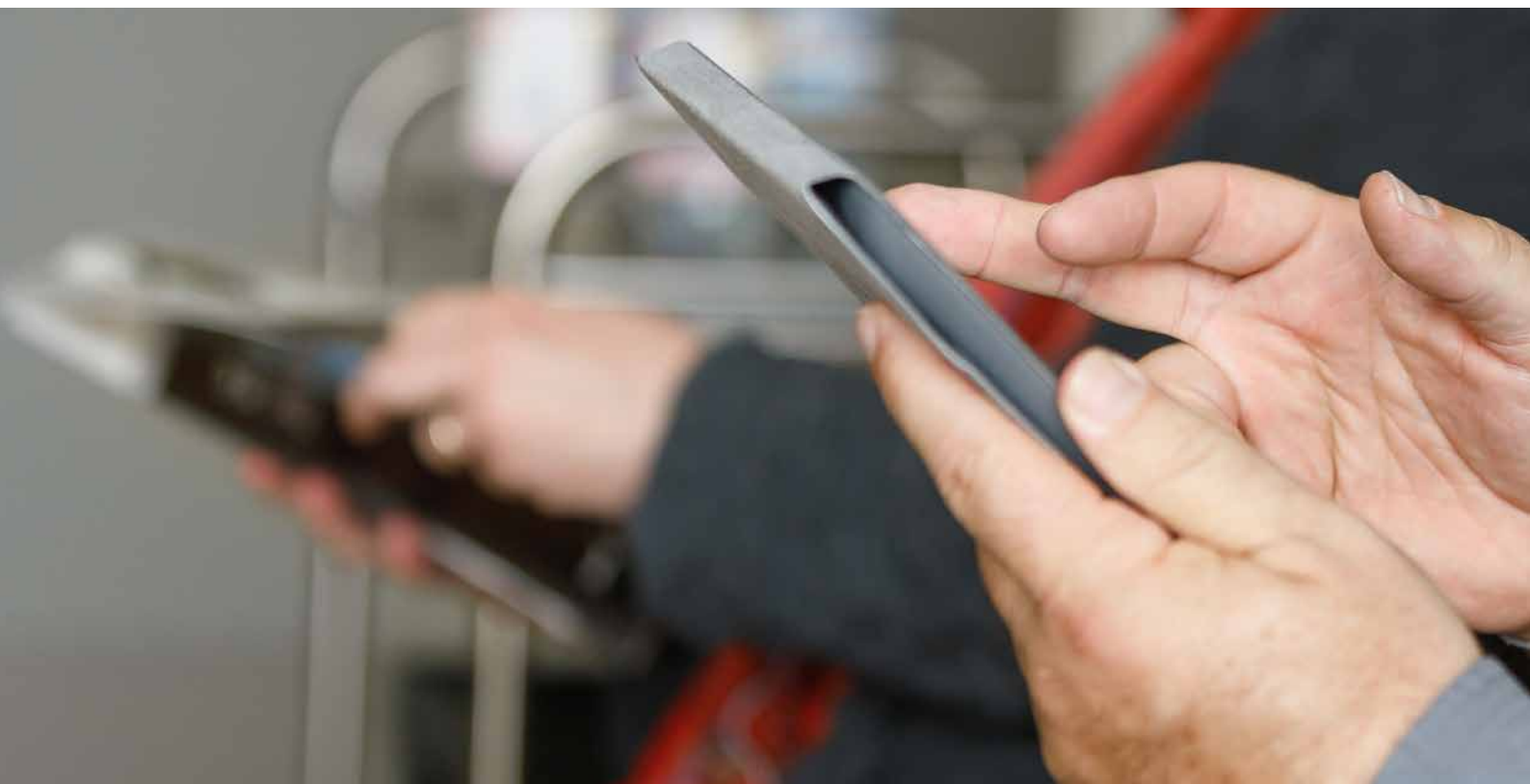
Ernährungstherapie

☎ 06221 56-37229

✉ ernaehrungstherapie@nct-heidelberg.de

Wir empfehlen:

- Kontrollieren Sie regelmäßig Ihr Gewicht und lassen Sie sich frühzeitig zum Thema Ernährung durch das Team der Ernährungstherapie beraten.
- Spülen Sie vor dem Essen den Mund aus und reinigen Sie die Zunge.
- Lauwarme und kalte Gerichte riechen und schmecken weniger intensiv als heiße Speisen.
- Unangenehme Aromen können durch die Verwendung von Zitronensaft, frischen Kräutern, Sahne, Crème fraîche oder Naturjoghurt neutralisiert werden.
- Durch Dünsten entstehen weniger Aromastoffe als durch Braten. Lüften Sie während der Zubereitung gründlich.
- Trinken Sie zu den Mahlzeiten. Bittere Getränke, z.B. Tonic Water, können hierbei einen unangenehmen Geschmack verhindern.
- Verwenden Sie Besteck aus Kunststoff statt aus Metall.
- Annahmen, dass sogenannte Krebsdiäten den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen oder den Krebs aushungern würden, entbehren jeglicher Erfahrung und wissenschaftlicher Grundlage.



Ausscheidungen

Zytostatika werden über die Niere ausgeschieden. Zur Unterstützung Ihrer Nierenfunktion ist es wichtig, dass Sie auf eine ausreichende Trinkmenge achten.

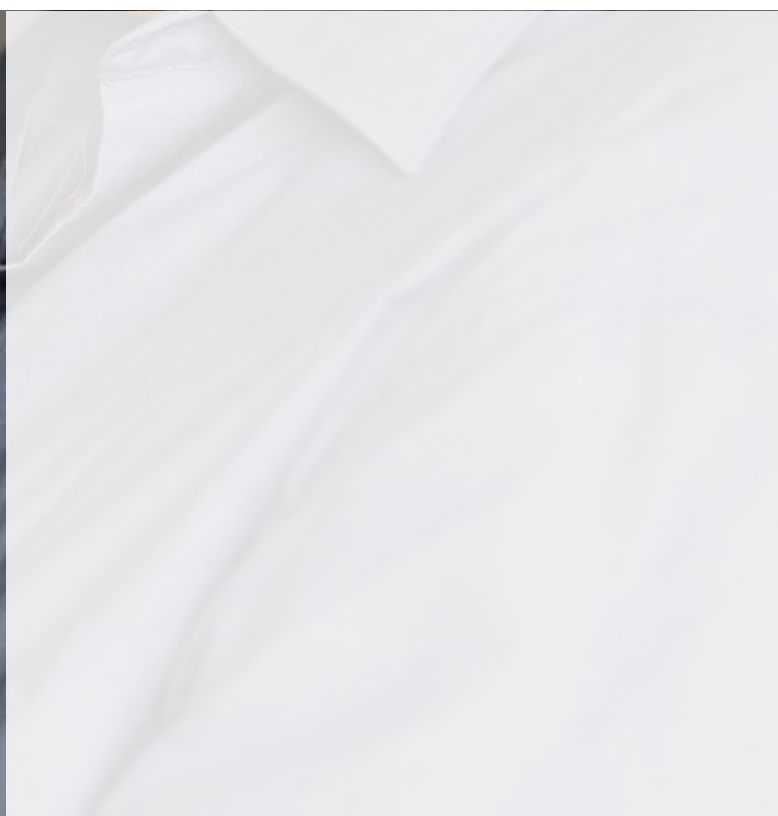
Einige Zytostatika enthalten Farbstoffe. Daher verfärbt sich bereits während der Verabreichung der Infusion und bis zu 96 Stunden danach der Urin zum Beispiel rot.

Tumorthérapien, aber auch die Begleitmedikation oder die Erkrankung selbst können zu Stuhlveränderungen führen. Durchfälle und Verstopfung können die Lebensqualität stark beeinträchtigen und darüber hinaus schwerwiegende Komplikationen verursachen. Daher sollten Sie uns frühzeitig über Stuhlveränderungen informieren, so dass wir Sie rechtzeitig beraten und therapeutisch begleiten können.

Tumorthérapeutika werden über Körperflüssigkeiten wie Urin, Stuhl, Erbrochenes und in geringem Maße auch Schweiß ausgeschieden. Schützen Sie sich und die Menschen in Ihrer Umgebung, insbesondere Schwangere und Stillende, vor Kontakt mit diesen Ausscheidungen.

Wir empfehlen:

- *Achten Sie auf eine Trinkmenge von mindestens 1,5 Liter/Tag.*
- *Längerer Hautkontakt mit Ausscheidungen, zum Beispiel bei der Verwendung von Inkontinenzvorlagen, ist zu vermeiden. Ein häufiges Wechseln der Vorlagen ist hier nötig.*
- *Falls Sie viel schwitzen, benutzen Sie eigene Handtücher und wechseln Sie gegebenenfalls die Bettwäsche häufiger.*
- *Eine separate Toilette ist nicht erforderlich, kann aber einen zusätzlichen Schutz für andere Menschen in Ihrem Haushalt darstellen. Spritzverunreinigungen sind zu vermeiden, daher sollte jeder Toilettengang im Sitzen erfolgen und anschließend bei geschlossenem Toilettendeckel gespült werden.*
- *Entsorgen Sie Erbrochenes über die Toilette (mehrmals nachspülen) oder gut verpackt über den Hausmüll. Reinigen Sie verschmutzte Flächen gründlich, wechseln Sie verunreinigte Kleidung sofort und waschen diese separat. Tragen Sie bei der Entsorgung und Reinigung Einmalhandschuhe, die anschließend ebenfalls entsorgt werden.*
- *Bei Fragen oder Schwierigkeiten im Umgang mit einer Stomaanlage nehmen Sie unsere pflegerische Stoma-Beratung in Anspruch.*



Schleimhautveränderungen

Schleimhäute befinden sich im Bereich der Augen, der Nase und der Atemwege, im Mund und dem gesamten Verdauungstrakt sowie in den Harnwegen und im Intimbereich.

Schleimhäute sind durch ihre schnelle Zellteilung besonders anfällig für eine Schädigung durch Zytostatika. Die Schädigung kann dort eine Entzündung hervorrufen.

Verschlimmernd wirken dabei alle zusätzlichen Reizungen und Verletzungen. Eine herabgesetzte Immunabwehr kann eine Infektion der Schleimhaut zur Folge haben. Ein verminderter Ernährungszustand begünstigt durch Nährstoff- und Vitaminmangel die Anfälligkeit der Schleimhaut.

Die Schleimhautschädigungen können in unterschiedlichen Schweregraden auftreten, in Form von Rötungen, Schwellungen oder gar blutenden Läsionen. In jedem Fall ist eine Schleimhautschädigung schmerzhaft und kann Sie zum Beispiel bei der Nahrungsaufnahme stark beeinträchtigen. Inspizieren Sie alle Bereiche der Schleimhaut und informieren Sie uns über Veränderungen, damit wir Ihnen passende Maßnahmen empfehlen können.

Wir empfehlen:

- Achten Sie auf eine gute und schonende Mundhygiene. Reinigen Sie möglichst auch die Zunge.
- Halten Sie die Schleimhäute feucht durch häufiges Mundspülen mit Wasser.
- Verwenden Sie weiche Zahnbürsten und zahnreinigende zuckerfreie Kaugummis zur Speichelanregung. Wir empfehlen den vorsichtigen Gebrauch von Zahnseide und Interdentalbürstchen.
- Wenn Sie es mögen, spülen Sie den Mund mit Kamillen- oder Salbeitee: Zwei Teelöffel Kamillenblüten beziehungsweise Salbei mit 300 ml heißem Wasser übergießen, abgedeckt drei Minuten ziehen lassen, dann absieben. Greifen Sie auf Heiltee aus der Apotheke zurück. Keine Anwendung von Salbeitee empfohlen bei Epilepsie.



- Meiden Sie Nikotin und Alkohol.
- Meiden Sie zu heiße und scharfkantige Nahrungsmittel.
- Bevorzugen Sie kalte Lebensmittel beziehungsweise gefrorene Getränke.
- Achten Sie auf eine gründliche und sanfte Intimhygiene mit milden, pH-neutralen Waschlotionen, eventuell kamillehaltigen Lösungen und weichen Waschlappen.
- Verwenden Sie möglichst keine Tampons.
- Meiden Sie Intimsprays und tragen Sie Unterwäsche aus Baumwolle.

Neben Schleimhautveränderungen können auch andere körperliche sowie seelische Ursachen Veränderungen in Ihrer Sexualität bringen. [Scheuen Sie sich nicht, Schwierigkeiten diesbezüglich in einem geschützten Rahmen mit Ihrem behandelnden Arzt oder Ihrer Ärztin oder dem psychoonkologischen Beratungsteam anzusprechen.](#)

Haut- und Nagelveränderungen

Zu den häufigsten Nebenwirkungen der Therapien mit Zytostatika gehören vielfältige Veränderungen der gesamten Haut, einzelner Hautpartien oder der Nägel.

Allgemein gilt, dass die Haut während der Tumorthherapie hochsensibel gegenüber UV-Licht ist und daher direkte Sonneneinstrahlung vermieden werden soll.

Zudem kann es zu Verfärbungen der Haut (Hyperpigmentation) kommen, die nicht vorbeugend behandelt werden können, aber in der Regel nach Beendigung der Therapie wieder verschwinden.

Auch sehr häufig zu beobachten sind Hauttrockenheit und Juckreiz. Es gibt eine große Anzahl an pflegenden und lindernden Produkten. Ärzte und Ärztinnen sowie Pflegepersonal können Sie hierzu individuell beraten.



Wir empfehlen:

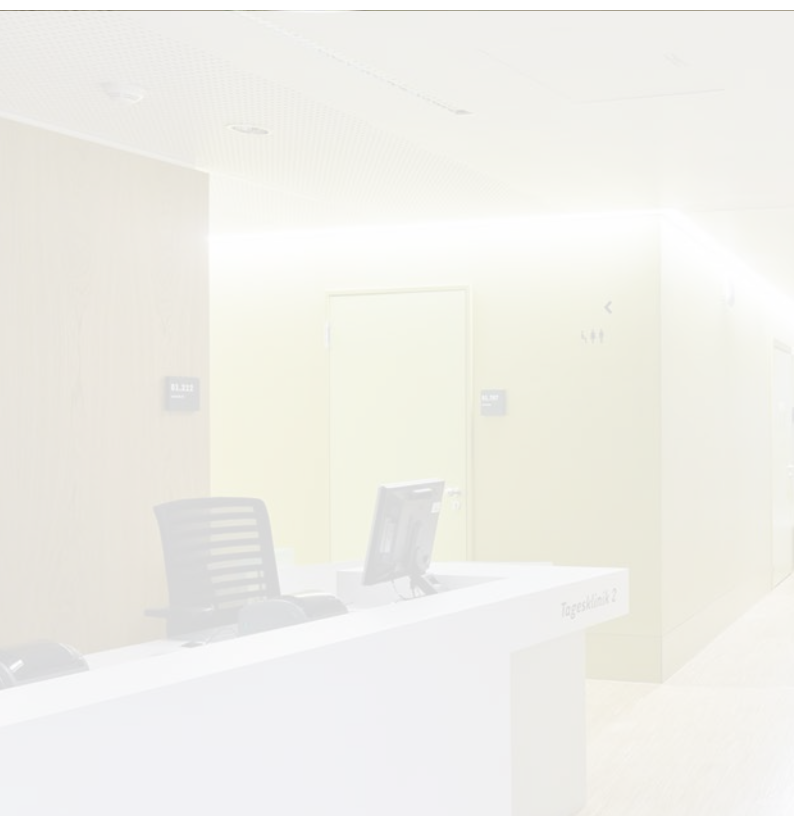
- Verwenden Sie pH-5 neutrale Bade- und Duschöle sowie harnstoffhaltige (5–10-prozentige) Produkte.
- Waschen bzw. duschen Sie sich mit lauwarmem Wasser ohne intensives Reiben. Empfindliche Haut sollte trocken getupft statt frottiert werden.
- Vermeiden Sie möglichst den Hautkontakt mit scharfen Putzmitteln und alkoholhaltigen Kosmetika (Parfüm, Aftershave).
- Schützen Sie sich vor direkter Sonneneinstrahlung zu jeder Jahreszeit und verwenden Sie UV-Schutz (mindestens Lichtschutzfaktor 50).

Zytostatika können die Zellen in der Nagelfalz schädigen, wodurch gelegentlich Wachstumsveränderungen und Verfärbungen von Finger- und Fußnägeln auftreten. Es kann zu brüchigen Nägeln, Nagelbettentzündungen und in seltenen Fällen zu einer Ablösung des kompletten Nagels kommen. Spätestens nach Beendigung der Therapie wachsen die Nägel wieder nach. Die Nägel sollten generell vor mechanischen Schäden und UV-Einstrahlung geschützt werden.

Wir empfehlen:

- Achten Sie auf eine sorgfältige Nagelpflege, tägliches Säubern und Pflegen mit einer Creme.
- Schneiden Sie Ihre Nägel nach einem lauwarmen Hand- und Fußbad gerade und kurz.
- Verwenden Sie, wenn möglich, eine Wegwerfnagelfeile. Sie ist weniger rau als eine Metallfeile. Achten Sie darauf, dass Sie den Nagel von unten nach oben feilen.
- Schieben Sie die Nagelhäute nicht zurück, vermeiden Sie Nägelkauen.
- Zum Schutz bei Unebenheiten tragen Sie eventuell Baumwollhandschuhe.
- Tragen Sie gegebenenfalls Nagellack oder Nagelhärter mit UV-Schutz auf.
- Nehmen Sie gegebenenfalls eine professionelle Hand- und Fußpflege in Anspruch.

Bestimmte Zytostatika sind für ihre besonders nagelschädigende Wirkung bekannt. Wenn Sie diese Therapie erhalten, bieten wir Ihnen an, die Hände während der Infusion mit tiefgefrorenen Coldpacks zu kühlen. Ziel ist es, durch kältebedingte Verengung der Blutgefäße in den Fingern den schädigenden Einfluss der Chemotherapie im Nagelbett zu verringern.



Hand-Fuß-Syndrom

Gesondert erwähnt werden muss das Hand-Fuß-Syndrom, **kurz HFS**. Es tritt als spezifische Nebenwirkung bestimmter Zytostatika vor allem an den Innenflächen der Hände und den Fußsohlen auf. Je nach Schweregrad sind die Symptome Gefühlsstörungen, Kribbeln, Rötung, Überwärmung, Spannung, Schwellung und Schälern der Haut. Es können sich Geschwüre bilden und Gewebe kann bleibend geschädigt werden. Die Behandlung des HFS muss individuell abgestimmt werden. Wichtig ist auch hier, dass Sie uns informieren, wenn sich bei Ihnen Symptome des Hand-Fuß-Syndroms zeigen beziehungsweise verändern.

Wir empfehlen:

- *Pflegen Sie Hände und Füße mit feuchtigkeitsspendender Lotion beziehungsweise harnstoffhaltigen (5–10-prozentigen) Produkten.*
- *Verwenden Sie keine Pflegepräparate, die ätherische Öle enthalten oder stark parfümiert sind.*
- *Vermeiden Sie Reibung und Druck auf der Haut, zum Beispiel durch enge Schuhe, einschnürende Kleidung, raue Stoffe.*
- *Vermeiden Sie starken Druck auf Hände und Füße, zum Beispiel Geige- oder Klavierspielen, Bogenschießen, Bowling. Öffnen Sie Drehverschlüsse auf Gläsern und Flaschen nicht mit bloßen Händen.*
- *Vermeiden Sie den Kontakt mit Haushaltsreinigern, Spül- und Waschmitteln.*
- *Vermeiden Sie extreme Temperaturen wie heißes Wasser, Sauna oder Dampfbad.*
- *Sportarten, bei denen Sie stark schwitzen, sollten während und zwischen den Chemotherapie-Zyklen nicht ausgeübt werden.*
- *Gehen Sie nicht barfuß.*
- *Nehmen Sie eine professionelle Hand- und Fußpflege in Anspruch.*

Polyneuropathie

Bestimmte Zytostatika können eine Schädigung des Nervensystems hervorrufen. Die Symptome hierbei sind vielfältig. Es können Missempfindungen, Taubheitsgefühl, Muskelkrämpfe, Feinmotorikstörung, Spontanschmerz in Ruhe, Bewegungsschmerz, Berührungsschmerz und Hautveränderungen auftreten. Zudem kann es zu Kraftverlust sowie motorischen Beeinträchtigungen im Stand oder Gang kommen. Typisch sind an den Fingerspitzen und Zehen beginnende Symptome, die sich im Verlauf hand-schuh- beziehungsweise strumpfförmig ausbreiten.

Wir bieten Ihnen als Prophylaxe die Kompression beziehungsweise Kühlung der Hände während der Therapie an. Beide Methoden haben sich in einer am NCT Heidelberg durchgeführten Studie als gleichermaßen hochwirksam gezeigt.

Wir empfehlen:

- *Nehmen Sie professionelle und spezifische Physiotherapie, Sport- und Bewegungstherapie in Anspruch.*
- *Bleiben Sie aktiv und versuchen Sie, Tiefensensibilität und Feinmotorik, insbesondere der Finger und Zehen, im Alltag zu trainieren..*
- *Lassen Sie sich von uns zu sensorischen, motorischen und koordinativen Übungen beraten, die Sie zu Hause im Selbstmanagement durchführen können, z.B. Bohnenbad, Igelball oder Balancetraining..*
- *Kontrollieren Sie regelmäßig die Haut auf Verletzungen und Druckstellen, Vorsicht beim Kürzen der Nägel.*
- *Wenn Sie es mögen, wenden Sie ein Zucker-Öl-Peeling an: Einen Teelöffel Zucker mit einem Teelöffel Olivenöl mischen und damit die Hände und/oder Füße 1–2 mal pro Woche für 5–10 Minuten einreiben. Achtung Rutschgefahr bei Fußereinreibung!*
- *Lassen Sie sich von uns komplementärmedizinisch beraten zur Anwendung von zum Beispiel Aconit Schmerz-Öl.*

Informieren Sie Ihr Behandlungsteam bei Auftreten beziehungsweise Veränderung der oben genannten Symptome.

Nehmen Sie Hilfe in Anspruch!

Bewegung, Sport und Krebs

🌐 www.nct-heidelberg.de/bewegung

☎ 06221 56-5918

✉ krebssport@nct-heidelberg.de

Fatigue

Fatigue ist eine anhaltende, schwer zu überwindende Müdigkeit, die emotional, geistig und körperlich ein Gefühl totaler Erschöpfung hinterlässt. Diese Art Müdigkeit ist dadurch gekennzeichnet, dass ihr Auftreten in keinem Zusammenhang zum persönlichen Tagesrhythmus oder vorangegangener Anstrengung steht. Schlafen oder Ruhen bringen keine wesentliche Besserung.

Viele Patient:innen leiden im Verlauf ihrer Krankheit und Therapie an Fatigue und fühlen sich oftmals in ihrer Lebensqualität stark beeinträchtigt. Die Ursachen sind vielfältig. Die Tumorerkrankung selbst kann Fatigue hervorrufen. Aber auch die Behandlungen, wie Chemotherapie, Bestrahlung und Operation, können dafür verantwortlich sein. Krankheitsbedingte Begleitscheinungen wie Blutarmut, Schmerzen, Mangelernährung, hormonelle Veränderungen oder Infekte, können ursächlich sein. Nicht zuletzt spielt auch die psychische Belastung eine Rolle in der Entstehung von Fatigue. Auch wenn sie Wochen bis Monate anhalten kann, bessert sich Fatigue in aller Regel im Zeitverlauf. So unterschiedlich die Ursachen sein können, so unterschiedlich werden auch die Therapieempfehlungen aussehen. Daher können wir an dieser Stelle lediglich einige allgemeine Tipps geben. Je nachdem, ob emotionale oder körperliche Erschöpfung im Vordergrund steht, empfehlen wir Ihnen, sich gegebenenfalls an die psychoonkologische Ambulanz oder die Abteilung „Bewegung und Krebs“ des NCT Heidelberg zu wenden.

Wir empfehlen:

- *Versuchen Sie, ein ausgewogenes Gleichgewicht zwischen Aktivitätsphasen und Ruhephasen zu finden.*
- *Schlafen macht nicht immer munter. Verzichten Sie tagsüber auf langes Schlafen mit Tiefschlafphasen.*
- *Bauen Sie leichte körperliche Betätigung als regelmäßige Gewohnheit in Ihren Tagesablauf ein. Bleiben Sie dabei im Rahmen Ihrer Möglichkeiten.*
- *Regelmäßige Spaziergänge an der frischen Luft sorgen für zusätzliche Sauerstoffzufuhr und generieren Energie.*
- *Leichte sportliche Aktivitäten, wie Walking, Radfahren und Schwimmen, können die Müdigkeit reduzieren. Verlangen Sie sich keine Spitzenleistungen ab, die Sie vielleicht vor Ihrer Erkrankung erreicht haben.*

Nehmen Sie Hilfe in Anspruch!

Psychoonkologie

- 🌐 www.nct-heidelberg.de/fuer-patienten/beratungsangebote/psychoonkologische-beratung
- ☎ 06221 56-4727
- ✉ psychoonkologie@nct-heidelberg.de

Bewegung, Sport und Krebs

- 🌐 www.nct-heidelberg.de/bewegung
- ☎ 06221 56-5918
- ✉ krebssport@nct-heidelberg.de



Veränderungen im Blutbild

Tumorthérapien können die Blutbildung im Knochenmark beeinträchtigen.

Dies gilt auch für:

- Die weißen Blutkörperchen (Leukozyten), wodurch das Infektionsrisiko erhöht ist.
- Die roten Blutkörperchen (Erythrozyten), was gleichbedeutend ist mit Blutarmut (Anämie) und zu rascher Ermüdung und Erschöpfung führen kann.
- Die Blutplättchen (Thrombozyten), wodurch die Blutungsneigung erhöht ist.

Veränderungen des Blutbildes können Sie nicht selbst durch Verhaltensmaßnahmen entgegenwirken. Entsprechende Maßnahmen leitet Ihr Arzt ein.

Infektionsrisiko

Wie erwähnt, kann es unter Chemotherapie zu einer Leukopenie, das heißt einer verminderten Produktion weißer Blutkörperchen, kommen. Dies hat zur Folge, dass ein erhöhtes Infektionsrisiko für Sie besteht. Ein erstes Anzeichen für eine Infektion kann Fieber sein.

Sollte Ihre Körpertemperatur auf über 38 °C ansteigen oder Schüttelfrost auftreten, müssen Sie sich umgehend mit Ihrem Behandlungsteam in Verbindung setzen (siehe „Symptome, die Sie melden müssen“, Seite 24). In den meisten Fällen werden wir Sie bitten, zur Diagnostik und Behandlung zu uns in die Klinik zu kommen. Eine Infektion muss schnellstmöglich behandelt werden, da es bei einer Verschleppung im schlimmsten Fall zu einer lebensbedrohlichen Situation kommen kann.



ZIELGERICHTETE KREBSTHERAPIEN

Zielgerichtete Therapien sind neue Arten der medikamentösen Krebstherapie. Sie sind Bestandteil einer Behandlungsform, die häufig als personalisierte Therapie bezeichnet wird. Sie greifen passgenau bestimmte Merkmale des Tumors oder Tumoreigenschaften an und können so das Tumorwachstum blockieren, den Stoffwechsel bremsen oder das Immunsystem aktivieren.

Sie sind auf biologische Eigenschaften des Tumors ausgerichtet. Man bezeichnet eine solche veränderte Eigenschaft im Vergleich zu einer gesunden Zelle auch als Biomarker.

Nur wenn der Tumor eine solche Eigenschaft hat, kann eine Patientin oder ein Patient von einer zielgerichteten Behandlung profitieren. Nicht für jede Tumorart steht diese Behandlung daher zur Verfügung. Zielgerichtete Therapien sollen möglichst nur die Krebszellen angreifen. Die Zielstrukturen der neuen Wirkstoffe kommen jedoch auch teilweise in gesunden Zellen vor. Deshalb haben auch diese Therapien Nebenwirkungen.

Zusätzliche Hintergrundinformationen erhalten Sie auch durch den **Krebsinformationsdienst (KID)** des Deutschen Krebsforschungszentrums unter

🌐 www.krebsinformationsdienst.de

☎ 0800 4203040 täglich 8–20 Uhr, Anruf kostenlos.

✉ krebsinformationsdienst@dkfz.de

Antikörpertherapien

Wirkung

Therapien mit Antikörpern richten sich gegen bestimmte Merkmale der Tumorzelle oder sollen das Wachstum beziehungsweise die Versorgung der Tumorzelle unterbinden.

Nebenwirkungen

Antikörpertherapien erkennen im Idealfall nur Tumorzellen. Die Merkmale der Tumorzellen, die angegriffen werden, kommen jedoch auch teilweise in gesunden Zellen vor. Daher können diese Therapien Nebenwirkungen verursachen. Die Nebenwirkungen sind abhängig von der Therapiesubstanz. Ihr behandelnder Arzt oder Ihre Ärztin wird Ihnen Wirkweise und mögliche Nebenwirkungen genau erklären.

Immuntherapien

Wirkung

Immuntherapien sollen die körpereigene Immunabwehr gezielt unterstützen oder aktivieren, um Krebszellen aufzuspüren und anzugreifen.

Nebenwirkungen

Eine besondere Aktivierung des Immunsystems birgt die Gefahr, dass sich die Abwehrzellen auch gegen gesunde Zellen des Körpers richten und eine Autoimmunreaktion auslösen. Nebenwirkungen können Entzündungen sein, beispielsweise der Haut, Lunge, Leber, Schilddrüse, Niere oder des Magen-Darm-Trakts. Die möglichen Reaktionen sind abhängig von der Therapiesubstanz und werden Ihnen von Ihrem behandelnden Arzt oder Ihrer Ärztin genau erklärt. Außerdem erhalten Patient:innen einen Notfallausweis unter Behandlung mit Immuntherapeutika.

ORALE TUMORTHERAPIEN

Viele Tumorthérapien gibt es in oraler Form als Tabletten oder Kapseln. Es handelt sich hierbei um hochwirksame Medikamente und ihre Anwendung erfordert Sorgfalt und Sicherheit im Umgang.

Folgende Informationen dienen Ihrem eigenen Schutz und dem der Menschen in Ihrem Umfeld:

- Die Tabletten bzw. Kapseln müssen in ihrer Originalverpackung aufbewahrt und gemäß der Anweisung des Herstellers sowie für Kinder unerschbar gelagert werden.
- Tabletten dürfen nicht geteilt und Kapseln nicht geöffnet werden!
- Vermeiden Sie nach Möglichkeit ein vorbereitendes Umfüllen in Wochen- oder Tagesboxen, um die Medikamente vor Licht, Feuchtigkeit und Abrieb zu schützen. Sollte dies nicht möglich sein, richten Sie die Tumormedikamente in eine separat gekennzeichnete Dosierbox und belassen sie dabei in ihrer Blisterverpackung, die zu diesem Zweck zurechtgeschnitten werden kann.
- Verwenden Sie beim Ausblistern der Tagesdosis Einmalhandschuhe, um Hautkontakt mit dem Medikament zu vermeiden. Einmalbecher als Auffangbehälter stellen eine sichere Möglichkeit dar, die Medikamente einzunehmen, ohne damit in Berührung zu kommen. Alle Hilfsmittel können in einem gut verschlossenen Plastikbeutel über den Hausmüll entsorgt werden. Waschen Sie anschließend die Hände gründlich mit Seife.
- Falls es dennoch zu Hautkontakt kommt:
 - Sofort die betroffene Stelle mit kaltem Wasser für mehrere Minuten abspülen.
 - Anschließend die Stelle mit Seife und kaltem Wasser reinigen.
 - Bei verletzter Haut umgehend einen Arzt aufsuchen.

- Bei unbeabsichtigtem Zerschneiden einer Tablette bzw. Kapsel, vermeiden Sie das Verteilen von Medikamentenstäuben. Bedecken Sie dafür die Bruchstücke von oben mit einem feuchten Tuch und nehmen Sie möglichst alles in einem auf. Tragen Sie dabei Einmalhandschuhe und entsorgen Sie alles in einem gut verschlossenen Plastikbeutel über den Hausmüll. Waschen Sie anschließend die Hände gründlich mit Seife.
- Sollte es zu Erbrechen kommen, nehmen Sie keine weitere Tablette ein, sondern führen Sie die Therapie am nächsten Tag wie geplant fort.
- Tumortheraeutika werden über Körperflüssigkeiten wie Urin, Stuhl, Erbrochenes und auch Schweiß ausgeschieden. Zu Ihrem eigenen Schutz und dem der Menschen Ihrer Umgebung beachten Sie unsere Empfehlungen zum Thema Ausscheidungen (S. 13).
- Insbesondere Schwangere und Stillende sollen nicht in Kontakt mit oralen Tumortheraeutika kommen, dies gilt auch für die zugehörigen Ausscheidungen.
- Verfallene oder nicht mehr benötigte Tumortheraeutika können gut verschlossen in der Apotheke abgegeben werden. Bitte weisen Sie darauf hin, dass es sich um Tumortheraeutika handelt.

Die Medikamente sind nur für Sie bestimmt und keinesfalls anderen Menschen zur Einnahme zu überlassen. Nehmen Sie die Medikamente entsprechend der ärztlichen Verordnung ein, fragen Sie bei eventuellen Unklarheiten nach. Informieren Sie Ihr Behandlungsteam über Nebenwirkungen bzw. Veränderungen, die Ihnen an sich auffallen.

GUT ZU WISSEN ...

Selbstmedikation

Einige Medikamente, auch scheinbar ungefährliche pflanzliche Stoffe, können die Wirkungen und Nebenwirkungen von Tumorthérapien erheblich beeinflussen.

Dies gilt auch für:

- Arzneimittel, die Sie in Ihrer Hausapotheke haben, zum Beispiel Kopfschmerz- oder Schlafmedikamente.
- Arzneien, die Sie im Rahmen einer anderen Erkrankung einnehmen, zum Beispiel Herz-Kreislauf- oder Diabetes-Medikamente.
- Sogenannte natürliche Heilmittel und Inhaltsstoffe auf pflanzlicher Basis, zum Beispiel Johanniskraut, Grapefruit, Echinacea, Ginkgo.
- Nahrungsergänzungsmittel, zum Beispiel Vitamine, Spurenelemente, Enzyme.

Informieren Sie Ihr Behandlungsteam rechtzeitig über Ihre Selbstmedikation, am besten vor oder mit Beginn der Tumorthérapie und jederzeit bei Veränderung.

Komplementäre und alternative Heilmethoden

Der Wunsch, selbst aktiv zu werden und zu einem Therapieerfolg beizutragen, führt viele Patient:innen zu ergänzenden Therapiemethoden. Hierbei ist es wichtig zu unterscheiden zwischen Komplementärmedizin, die unterstützend wirkt und wissenschaftlich belegt (evidenzbasiert) ist, und Alternativmedizin, der diese Belege oft fehlen und die daher als unseriös einzustufen ist.

Nicht alles, was pflanzlich oder natürlich ist, ist auch bedenkenlos anzuwenden. Es können auch hierbei schwere Nebenwirkungen und Wechselwirkungen auftreten.

Lassen Sie sich von Ihrem Behandlungsteam zu Ihrem Interesse beziehungsweise Wunsch nach unterstützenden Maßnahmen beraten und nehmen Sie das Beratungsangebot der Integrativen Onkologie am NCT Heidelberg in Anspruch.

Integrative Onkologie

☎ 06221 56-32057

✉ integrative-onkologie@med.uni-heidelberg.de

Wählen Sie zur Entscheidungsfindung Informationsdienste aus wie www.krebsinformationsdienst.de oder www.prio-dkg.de

Informieren Sie Ihr Behandlungsteam über unterstützende Therapien, die Sie wahrnehmen wollen oder bereits angewandt haben.

Die richtige Dosis

Die meisten Tumortherapien sind in ihrer Dosierung genau auf Sie als Patient:in abgestimmt. Mit der richtigen Dosierung soll der bestmögliche therapeutische Erfolg erzielt werden.

Die Dosierung wird an Ihre Körperoberfläche in m² angepasst, die sich aus Ihrer Körpergröße und Ihrem Körpergewicht errechnet.

Daher ist es notwendig, Ihre tatsächliche Körpergröße zu Therapiebeginn zu kennen und uns anzugeben. Da Ihr Körpergewicht Schwankungen unterliegen kann, ist es unerlässlich, dass Sie am Tag der Therapie morgens Ihr aktuelles Körpergewicht ermitteln und uns mitteilen.

Bei starken Gewichtsschwankungen muss eventuell eine Dosisanpassung Ihrer Therapie vorgenommen werden.

Blutzuckerschwankungen

Tumortherapien und ihre Begleitmedikation können extreme Blutzuckerschwankungen mit teilweise gefährlichen Folgen hervorrufen.

Falls Sie Diabetiker:in sind oder in Ihrer Familie Diabetes gehäuft vorkommt oder Sie übergewichtig sind, kontrollieren Sie Ihre Blutzuckerwerte regelmäßig selbst oder durch die Hausärztin oder den Hausarzt

Erste Anzeichen für Diabetes können z.B. übermäßiges Durstgefühl, Mundtrockenheit, häufiges nächtliches Wasserlassen, innere Unruhe, Gewichtsverlust und plötzlich auftretende Sehstörungen sein.

Informieren Sie Ihr Behandlungsteam zeitnah über Veränderungen und nehmen Sie unsere pflegerische Diabetes-Beratung in Anspruch.

Portkatheter

Wir empfehlen im Allgemeinen zur sicheren Verabreichung von Zytostatika eine Portanlage.

Bei Verabreichung von Zytostatika über periphere Verweilkanülen (Braunülen) kann es zu Venenreizungen oder -entzündungen und dauerhaften Schädigungen kommen.

Bitte informieren Sie sich gut über den für Sie geeigneten Weg zur Verabreichung Ihrer Therapie.

Nehmen Sie Hilfe in Anspruch!

Port-Sprechstunde

☎ 06221 56-6220

🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de/portzentrum

🌐 Video über Abbau einer Medikamentenpumpe
www.youtube.com/channel/UC779k72loO_c5S8zmbMDaMA

Zahnärztliche Behandlungen

Wir empfehlen Ihnen, Ihre Zahnärztin oder Ihren Zahnarzt darüber zu informieren, dass Sie sich wegen einer Krebserkrankung mit Chemotherapie behandeln lassen. Wichtig ist, dass Sie mit uns Rücksprache halten, bevor es zu größeren zahnärztlichen Eingriffen kommt. Hierzu zählen das Entfernen einzelner oder mehrerer Zähne, Wurzelbehandlungen sowie das Einsetzen von Implantaten.

In einigen Fällen muss auf Grund der genannten Eingriffe eine Therapiepause erfolgen, da es sonst zu verzögerter Wundheilung oder einer schweren Infektion kommen kann.

Späte Nebenwirkungen

Es gibt Nebenwirkungen, die erst nach Wochen bis Jahren auftreten können.

Sollten Sie aufgrund von Beschwerden eine Ärztin oder einen Arzt aufsuchen, ist es wichtig, ihn über Ihre Tumorthherapie zu informieren, auch wenn diese bereits abgeschlossen ist beziehungsweise mehrere Jahre zurückliegt.

SYMPTOME, DIE SIE MELDEN MÜSSEN

Bitte melden Sie die **orange** hervorgehobenen Symptome sofort telefonisch Ihrem Behandlungsteam.

Außerhalb der Öffnungszeiten des NCT Heidelberg, in der Nacht oder an den Wochenenden sollten Sie sich in einer der Notfallambulanzen des Universitätsklinikums Heidelberg melden:

Medizinische Klinik ☎ 06221 56-8611

Frauenklinik/Hautklinik ☎ 06221 56-4002

Kopfkrank ☎ 06221 56-6999

Wichtige Informationen für das Behandlungsteam im NCT Heidelberg, welche Sie bei Ihrem nächsten Termin angeben sollten, sind nebenstehend **grün** aufgeführt.

Fieber	> 38 °C Schüttelfrost
Lunge	Atemnot erschwertes Atmen Schmerzen beim Atmen Husten Erkältungszeichen
Blase	Blasenkrämpfe Schmerzen beim Wasserlassen Blut im Urin sehr dunkler Urin übel riechender Urin kleine Urinportionen
Nerven	Kribbeln in den Händen, Fingern oder Füßen Taubheitsgefühle Lähmungserscheinungen Krampfanfälle akute Schmerzen chronische Schmerzen
Magen-Darm-Trakt	Bauchschmerzen Durchfall (> 6x / Tag oder schwere Krämpfe) Blut im Stuhl Erbrechen (> 5x / Tag) Magenbrennen Schluckbeschwerden
Haut	Hautrisse großflächige Rötungen oder Ausschlag Hautblasen eitrige Pickel Gelbsucht
Wassereinlagerungen	geschwollene Arme, Beine
Mundschleimhaut	Läsionen (Verletzungen) Brennen Beläge, die sich nicht wegspülen lassen Trockenheitsgefühl

BERATUNGS- DIENSTE



Als Patient:in unserer Tagesklinik stehen Ihnen nicht nur unsere Ärztinnen und Ärzte sowie die Pflegekräfte mit Rat und Tat zur Seite, sondern auch die Mitarbeiter:innen der Beratungsdienste des NCT Heidelberg.

Jede:r Patient:in hat eine individuelle Geschichte und sucht deshalb Antworten auf seine oder ihre ganz eigenen Fragen. Diese können, neben der Erkrankung und der Behandlung, auch ganz andere Lebensbereiche betreffen. Ob es sich dabei um Fragen der Ernährung, um Ängste und Sorgen im Zusammenhang mit der Erkrankung oder um ganz konkrete Alltagsprobleme handelt, etwa die Versorgung von Kindern, finanzielle oder berufliche Belastungen: Wir, die Mitarbeiter:innen der Beratungsdienste am NCT Heidelberg, nehmen uns die notwendige Zeit, um Sie bei Bedarf angemessen zu informieren, zu beraten und zu unterstützen.

Dabei stehen wir nicht nur Patient:innen, sondern auch Angehörigen als kompetente Gesprächspartner:innen zur Verfügung und suchen gemeinsam mit Ihnen Lösungsmöglichkeiten für Ihre Fragen.

Wenden Sie sich bei Fragen an die Pflegekräfte Ihrer Tagesklinik oder nehmen Sie unmittelbar mit uns Kontakt auf.

Die Kontaktdaten des jeweiligen Beratungsdienstes finden Sie hier im Handbuch auf der folgenden Seite.



ANKKER – Angebot für Kinder

krebskranker Eltern

NCT Heidelberg

Im Neuenheimer Feld 460

69120 Heidelberg

☎ 06221 56-4727

✉ psychoonkologie@nct-heidelberg.de

🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de/sonstige-seiten/kinder-krebskranker-eltern

Bewegung und Sport

NCT Heidelberg

Im Neuenheimer Feld 460

69120 Heidelberg

☎ 06221 56-5918

✉ krebssport@nct-heidelberg.de

🌐 www.nct-heidelberg.de/fuer-patienten/beratungsangebote/bewegung

Brückenpflege

NCT Heidelberg

Im Neuenheimer Feld 305

69120 Heidelberg

☎ 06221 56-6331

✉ brueckenpflege@med.uni-heidelberg.de

🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de/organisation/pflege/pflegedienst-am-ukhd/pflege-in-den-kliniken/pflegedienst-nationales-centrum-fuer-tumorerkrankungen-nct/brueckenpflege

Ernährungstherapie

NCT Heidelberg

Im Neuenheimer Feld 460

69120 Heidelberg

☎ 06221 56-37229

✉ ernaehrungstherapie@nct-heidelberg.de

🌐 www.nct-heidelberg.de/fuer-patienten/beratungsangebote/ernaehrung

Heidelberger Selbsthilfebüro

Alte Eppelheimer Straße 38

69115 Heidelberg

☎ 06221 184290

✉ info@selbsthilfe-heidelberg.de

🌐 www.selbsthilfe-heidelberg.de

Integrative Onkologie –

komplementäre-naturheilkundliche Beratung

NCT Heidelberg

Im Neuenheimer Feld 460

69120 Heidelberg

☎ 06221 56-32057

✉ integrative-onkologie@med.uni-heidelberg.de

🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de

🌐 www.nct-heidelberg.de/fuer-patienten/beratungsangebote/integrative-onkologie

Krebsinformationsdienst (KID)

des Deutschen Krebsforschungszentrums

Kostenfreie telefonische Beratung:

täglich 8 – 20 Uhr unter

☎ 0800 4203040

✉ krebsinformationsdienst@dkfz.de

🌐 www.krebsinformationsdienst.de

Klinische Ethikberatung

Medizinische Klinik

Im Neuenheimer Feld 410

69120 Heidelberg

☎ 06221 56-37922

✉ beate.herrmann@med.uni-heidelberg.de

🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de/ethikberatung

Psychoonkologie

NCT Heidelberg

Im Neuenheimer Feld 460

69120 Heidelberg

☎ 06221 56-4727

✉ psychoonkologie@nct-heidelberg.de

🌐 www.nct-heidelberg.de/fuer-patienten/beratungsangebote/psychoonkologische-beratung

Palliative-Care-Team SAPHiR

Im Neuenheimer Feld 305

69120 Heidelberg

☎ 06221 56-35610

✉ NCT.SAPHiR@med.uni-heidelberg.de

🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de/organisation/pflege/pflegedienst-am-ukhd/pflege-in-den-kliniken/pflegedienst-nationales-centrum-fuer-tumorerkrankungen-nct/palliative-care-team-saphir

Palliativmedizinische Ambulanz und Sprechstunde

NCT Heidelberg

Im Neuenheimer Feld 460

69120 Heidelberg

☎ 06221 56-35609

✉ ambulanzen.palliativmedizin@med.uni-heidelberg.de

🌐 www.nct-heidelberg.de/fuer-patienten/beratungsangebote/palliativmedizin

🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de/kliniken-institute/kliniken/klinik-fuer-palliativmedizin

Seelsorge

Medizinische Klinik I-IV, Innere Medizin

Im Neuenheimer Feld 410

69120 Heidelberg

🌐 www.nct-heidelberg.de/fuer-patienten/beratungsangebote/klinikseelsorge

Katholische Klinikseelsorge:

☎ 06221 56-36599

Evangelische Klinikseelsorge:

☎ 06221 56-36546

Islamische Klinikseelsorge:

arabisch-deutsch ☎ 0179 9120631

türkisch-deutsch ☎ 0152 54648499

In dringenden Fällen ist die Vermittlung eines Seelsorgemitglieds verschiedener Religionsgemeinschaften über die Pforte der Universitäts-Frauenklinik ☎ 06221 56-7856 möglich.

Sozialdienst

NCT Heidelberg

Im Neuenheimer Feld 460

69120 Heidelberg

☎ 06221 56-4477

✉ sozialarbeit@nct-heidelberg.de

🌐 www.nct-heidelberg.de/fuer-patienten/beratungsangebote/sozialdienst

Brustzentrum der**Universitäts-Frauenklinik**

Im Neuenheimer Feld 440

69120 Heidelberg

☎ 06221 56-7883

🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de/frauenklinik-zentrum/sektion-senologie/brustzentrum/willkommen

Portzentrum

Ambulanz der Chirurgischen Universitätsklinik

Im Neuenheimer Feld 110

69120 Heidelberg

☎ 06221 56-6220

🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de/portzentrum

Thoraxklinik

des Universitätsklinikums Heidelberg

Amalienstraße 5

69126 Heidelberg

☎ 06221 396-0

🌐 www.thoraxklinik-heidelberg.de

Zentrum für Schmerzmedizin

des Universitätsklinikums Heidelberg

Im Neuenheimer Feld 131

69120 Heidelberg

☎ 06221 56-6254

✉ schmerzszentrum@med.uni-heidelberg.de

🌐 www.klinikum.uni-heidelberg.de/kliniken-institute/kliniken/klinik-fuer-anaesthesiologie/ueber-uns/sektion-schmerzmedizin/schmerzszentrum

A bis Z

Manches, mit dem Sie durch Ihre Erkrankung konfrontiert werden, hören Sie vielleicht zum ersten Mal. Nachfolgend finden Sie einige medizinische Fachbegriffe, die Ihnen im Rahmen Ihrer Therapie eventuell begegnen werden. Prinzipiell gilt: Wenn Sie etwas nicht verstanden haben, fragen Sie bitte nach.

Adjuvante Therapie

Behandlung im Anschluss an die operative Entfernung des Tumors mit dem Ziel, potentielle Mikrometastasen zu zerstören.

Alopezie

Haarausfall

Anämie

„Blutarmut“, Verminderung der roten Blutkörperchen

Antihormontherapie

Medikamentöse Behandlung, die die Geschlechtshormone unterdrückt. Behandelt werden Tumoren, bei denen Hormone als Wachstumsreiz wirken.

Antikörpertherapie

Gezielte Therapie mit Antikörper-Medikamenten, die auf bestimmte Strukturen auf der Oberfläche von Krebszellen wirkt.

Aszites

Flüssigkeitsansammlung in der Bauchhöhle, zum Beispiel durch Tumorbefall des Bauchfells

Benigne

Gutartig

Biopsie

Entnahme von Körpergewebe für eine feingewebliche Untersuchung, um eine genaue Diagnose zu stellen.

Diarrhoe

Durchfall

Emesis

Erbrechen



Erythrozyten

Rote Blutkörperchen, die dem Transport von Sauerstoff dienen.

Hämoglobin, Hb

Eiweißbaustein, der in den roten Blutkörperchen Sauerstoff bindet. Ist der im Blutbild gemessene Hb-Wert zu niedrig, liegt eine Anämie vor.

Karzinom, Ca

Bösartiger Tumor, Krebs

Kurative Behandlung

Behandlung mit dem Ziel der Heilung

Leukozyten

Weiße Blutkörperchen, die ihre Funktion in der Abwehr von Krankheitserregern und körperfremden Strukturen haben. Sie sind Teil des Immunsystems.

Maligne

Bösartig

Metastase, Filia

Tochtergeschwulst eines bösartigen Tumors, die durch Streuung von Krebszellen aus dem Ursprungstumor (Primärtumor) entsteht.

Nausea

Übelkeit, Brechreiz

Neoadjuvante Therapie

Behandlung vor einer geplanten operativen Entfernung des Tumors mit dem Ziel, diesen zu verkleinern und potentielle Mikrometastasen frühzeitig abzutöten. Außerdem kann das Ansprechen des Tumors auf die Therapie beurteilt werden.

Neuropathie

Erkrankung der Nerven, die Missempfindungen wie Kribbeln, Stechen oder Taubheitsgefühl verursacht.

Ödeme

Wassereinlagerungen ins Gewebe, bevorzugt an Hand- und Fußgelenken sowie den Augenlidern.

Palliative Therapie

Behandlung mit dem Ziel der Linderung von Symptomen und zur Verbesserung der Lebensqualität

Pleuraerguss

Flüssigkeitsansammlung im Spalt zwischen Lunge und Brustwand, zum Beispiel durch Tumorbefall des Brustfells.

Portkatheter, Port

Dauerhafter, unter die Haut implantierter Zugang zum venösen Blutkreislauf zur Verabreichung von Infusionen und zur Blutentnahme.

Rezidiv

Rückfall; erneutes Auftreten des Tumors nach vorangegangener Behandlung

Sentinel-Lymphknoten

„Wächter“-Lymphknoten. Der erste Lymphknoten innerhalb eines bestimmten Lymphabflussgebietes. Seine Untersuchung auf Krebszellen gibt Aufschluss über weitere Lymphknotenmetastasen.

Staging

Beurteilung der Tumorausdehnung, zum Beispiel durch Oberbauchsonographie, Skelettszintigraphie, Thoraxröntgen, Computertomographie (CT), Kernspintomographie (MRT)

Supportiva

Supportive Therapie; Sammelbegriff für Medikamente und Maßnahmen, die zur Vermeidung oder Linderung von Beschwerden und Nebenwirkungen einer Behandlung (zum Beispiel Chemotherapie) eingesetzt werden.

Thrombozyten

Blutplättchen, die eine wichtige Funktion in der Blutstillung und Wundheilung haben

Tumormarker

Vom Tumor produzierte Eiweißstoffe, die sich im Blut nachweisen lassen.

Zyklus

Im Zusammenhang mit der Tumorthherapie ist damit die Abfolge von Behandlungsphasen gemeint.

Zytostatika

Medikamente in Form von Infusionen oder Tabletten, die bösartige Zellen in ihrem Wachstum hemmen oder zerstören sollen. Eine Behandlung mit Zytostatika heißt Chemotherapie.





P Parkplätze für Patient:innen und Besucher:innen

Im Neuenheimer Feld (INF)

32

H

Schwimmbad

P

H

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

H

P 699

Heidelberg, Neuenheim

- | | | | |
|----|--|-------|----------------|
| 1 | Kopfkl. | _____ | INF 400 |
| 2 | Medizinische Klinik | _____ | INF 410 |
| 3 | Kinderklinik | _____ | INF 430 |
| 4 | Schmerz | _____ | INF 131 |
| 5 | Chirurgische Klinik | _____ | INF 420 |
| 6 | Pathologisches Institut | _____ | INF 224 |
| 7 | DKFZ | _____ | INF 280 |
| 8 | Institut für Humangenetik | _____ | INF 366 |
| 9 | Ionenstrahl-Therapiezentrum HIT | _____ | INF 450 |
| 10 | NCT Heidelberg | _____ | INF 460 |
| 11 | Kinder, Frauen- und Hautklinik,
Genetische Poliklinik | _____ | INF 440 |

Heidelberg, Rohrbach (im Plan nicht verzeichnet)

Thoraxklinik Heidelberg _____ Röntgenstraße 1





Stark durch starke Partner

Im Nationalen Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) Heidelberg bündeln das Deutsche Krebsforschungszentrum (DKFZ) und das Universitätsklinikum Heidelberg (UKHD) ihre Kräfte zum Wohle der Patienten. Die Deutsche Krebshilfe fördert das NCT Heidelberg als Onkologisches Spitzenzentrum.

www.nct-heidelberg.de

Das Nationale Centrum für Tumorerkrankungen Heidelberg



UNIVERSITÄTS
KLINIKUM
HEIDELBERG

Das **Universitätsklinikum Heidelberg (UKHD)** ist eines der bedeutendsten medizinischen Zentren in Deutschland. Die Medizinische Fakultät zählt zu den international renommierten biomedizinischen Forschungseinrichtungen. Gemeinsames Ziel ist die Entwicklung innovativer Diagnostik und Therapien sowie die rasche Umsetzung für den Patienten. Klinikum und Fakultät beschäftigen rund 13.000 Mitarbeiter, beinahe 4.000 Studenten werden ausgebildet. In mehr als 50 klinischen Fachabteilungen mit fast 2.000 Betten werden jährlich rund 65.000 Patienten vollstationär, 56.000 mal Patienten teilstationär und mehr als 1.000.000 mal Patienten ambulant behandelt.



Das **Deutsche Krebsforschungszentrum (DKFZ)** ist mit mehr als 3.000 Mitarbeitern die größte biomedizinische Forschungseinrichtung in Deutschland. Über 1.000 Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler erforschen im DKFZ, wie Krebs entsteht, erfassen Krebsrisikofaktoren und suchen nach neuen Strategien, die verhindern, dass Menschen an Krebs erkranken. Das DKFZ wird zu 90 Prozent vom Bundesministerium für Bildung und Forschung und zu zehn Prozent vom Land Baden-Württemberg finanziert und ist Mitglied in der Helmholtz-Gemeinschaft Deutscher Forschungszentren.



Deutsche Krebshilfe
HELLEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.

Die **Deutsche Krebshilfe** wurde 1974 von Dr. Mildred Scheel gegründet. Ziel der gemeinnützigen Organisation ist es, die Krebskrankheiten in all ihren Erscheinungsformen zu bekämpfen. Die Deutsche Krebshilfe ist der wichtigste private Geldgeber auf dem Gebiet der Krebsforschung in Deutschland.



Unterstützen Sie die Arbeit des NCT Heidelberg

Unser Ziel ist es, den Krebs zu besiegen. Mit Ihrer Unterstützung werden wir dieses Ziel früher erreichen.

Besuchen Sie unsere Spendenseite unter
www.nct-heidelberg.de/spenden.

Kontakt

Im Neuenheimer Feld 460,
 69120 Heidelberg

☎ 06221 56-5755

✉ spenden@nct-heidelberg.de

NCT Heidelberg Spendenkonto

Nationales Centrum für
 Tumorerkrankungen Heidelberg
 LBBW Stuttgart
 IBAN: DE64 6005 0101 7421 5004 29
 Betreff (bitte angeben): D 100 70680 P



Impressum

Herausgeber

NCT Heidelberg Im Neuenheimer Feld 460, 69120 Heidelberg
www.nct-heidelberg.de

Idee

Eva Klein Fachkrankenschwester für Onkologie und Palliative Care, Breast Care Nurse, NCT Heidelberg, **Nicole Ludwig** Fachkrankenschwester für Onkologie

Redaktion und Projektleitung

Eva Klein Fachkrankenschwester für Onkologie und Palliative Care, Breast Care Nurse, NCT Heidelberg, **Dr. Friederike Fellenberg** Pressereferentin, Universitätsklinikum Heidelberg, **Dr. Martin Staiger** Leiter Kommunikation und Veranstaltungen, NCT Heidelberg

Fachberatung

Dr. Tilman Schöning und **Daniel Seebach-Schielzeth** Pharmazeutisch-onkologischer Service der Apotheke, Universitätsklinikum Heidelberg, **Prof. Dr. Andreas Schneeweiss** Sektionsleitung Gynäkologische Onkologie, NCT Heidelberg, **Jürgen Walther** Leitung Sozialdienst, NCT Heidelberg

Mit freundlicher Unterstützung und Genehmigung von

Prof. Dr. Stefan Fröhling Geschäftsführender Direktor, NCT Heidelberg/Leiter Translationale Medizinische Onkologie, **Markus Hoffmann** Abteilungspflegedienstleitung, NCT Heidelberg, **Prof. Dr. Dirk Jäger** Geschäftsführender Direktor, NCT Heidelberg/Leiter Medizinische Onkologie, **Edgar Reisch** Pflegedirektor, Universitätsklinikum Heidelberg

Quellen

A. Margulies, Th. Kroner, A. Gaisser, I. Bachmann-Mettler (2017) *Onkologische Krankenpflege*. Springer-Verlag, Th. Kroner, **A. Margulies, Ch. Taverna, C. Studer** (2020) *Medikamente in der Tumorthherapie: Handbuch für die Pflegepraxis*. Springer-Verlag, **Krebsinformationsdienst am DKFZ Heidelberg, PRIO Prävention und Integrative Onkologie, eine Arbeitsgemeinschaft der Deutschen Krebsgesellschaft DKG**.

Gestaltung

Unit Werbeagentur GmbH, Weinheim

Druck

Dewitz + Brill Druck GmbH, Mannheim

Bildnachweis

NCT Heidelberg, Philip Benjamin, Frank Ockert, pixabay.com, 123rf.de



NATIONALES CENTRUM
FÜR TUMORERKRANKUNGEN
HEIDELBERG

getragen von:
Deutsches Krebsforschungszentrum
Universitätsklinikum Heidelberg
Thoraxklinik-Heidelberg
Deutsche Krebshilfe

www.nct-heidelberg.de



UNIVERSITÄTS
KLINIKUM
HEIDELBERG

dkfz.

DEUTSCHES
KREBSFORSCHUNGSZENTRUM
IN DER HELMHOLTZ-GEMEINSCHAFT

