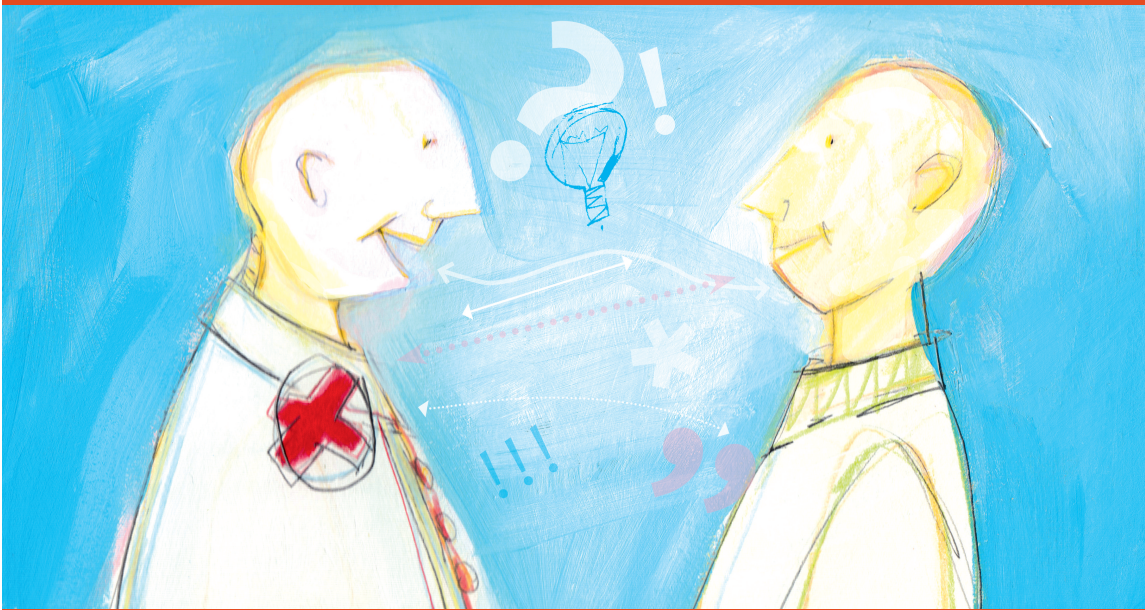




Arbeitsgemeinschaft für Krebsbekämpfung  
der Träger der gesetzlichen Kranken- und Rentenversicherung  
im Lande Nordrhein-Westfalen

## Ärztliche Betreuung/med. Behandlung im Rahmen einer Krebsrehabilitation



**Ärztliche Betreuung – ein Weg zu mehr Lebensqualität**

**Herausgeberin:**

Arbeitsgemeinschaft für Krebsbekämpfung NW  
Öffentlichkeitsarbeit  
Universitätsstraße 140  
44799 Bochum  
Telefon: 0234 8902-301/-302  
Fax: 0234 8902-519  
mail@argekrebsnw.de

**Fachliche Beratung:**

Dr. med. Volker König  
Chefarzt der Reha-Klinik Bad Oexen  
Oexen 27  
32549 Bad Oeynhausen  
Tel.: 05731 537716  
Fax: 05731 537736  
koenig@badoexen.de

**Sehr geehrte Patientin,  
sehr geehrter Patient,**

Ihr Krankenhausarzt, Hausarzt oder Facharzt hat Ihnen eine Rehabilitationsmaßnahme empfohlen.

Sie haben sich entschieden, dieses Angebot anzunehmen?

Sie sind noch unschlüssig?

Ob so oder so, wir möchten Ihnen mit dieser Broschüre einen Überblick darüber geben, was Sie in der Rehabilitationsklinik erwartet.

Alle Rehabilitationsmaßnahmen nach einer Krebserkrankung verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz. Das bedeutet, dass Körper, Geist und Seele bei den therapeutischen Angeboten gleichermaßen berücksichtigt werden.

Ziel jeder Reha-Maßnahme ist es, die bestmögliche Lebensqualität für den einzelnen Patienten und damit seine Wiedereingliederung in die Familie, den Beruf und das soziale Umfeld zu gewährleisten. Um das angestrebte Reha-Ziel zu erreichen, werden körperliche, psychische, soziale und berufliche Hilfen je nach persönlicher Bedürftigkeit gewichtet und durchgeführt.

Um die individuelle Bedürftigkeit festzustellen, beginnt jede Rehabilitationsmaßnahme mit dem Arzt-/Patienten-Gespräch und einer notwendigen Eingangsuntersuchung. Anhand der Ergebnisse und vorliegender medizinischer Unterlagen über die bisherige Behandlung legt der Arzt gemeinsam mit Ihnen das Reha-Ziel fest. Was dabei im einzelnen zu berücksichtigen ist, wollen wir Ihnen in dieser Broschüre erläutern.

Denken Sie bitte daran: Der Arzt verfolgt während der gesamten Reha-Maßnahme Ihre Entwicklung. Er ist und sollte deshalb stets Ihr Ansprechpartner sein, wenn Sie als Patient Wünsche hinsichtlich des Therapieplanes und des Reha-Zieles haben.

## Lokale Funktionsstörungen

| Erkrankung                      | Störung                                                                                                                                                        | Behandlung                                                                                                                                     |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Brustkrebs                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Einschränkung der Beweglichkeit im Schultergelenk auf der betroffenen Seite</li> <li>- Lymphstauung im Arm</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Schultergymnastik</li> <li>- Entstauungsgymnastik, Lymphdrainagen</li> </ul>                          |
| Prostatakrebs                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Harninkontinenz</li> </ul>                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Beckenbodengymnastik</li> </ul>                                                                       |
| Dickdarm-/ Mastdarmkrebs        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ernährungs-/Verdauungsstörungen</li> <li>- Künstlicher Darmausgang</li> </ul>                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Umstellung der Ernährung</li> <li>- Erlernen der Stomasebstversorgung</li> </ul>                      |
| Magen-/Bauchspeicheldrüsenkrebs | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ernährungs-/Verdauungsstörungen, Fettstuhl</li> </ul>                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Umstellung der Ernährung; Medikamente, die die Verdauung unterstützen</li> </ul>                      |
| Lungenkrebs                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Verringerung der Atemleistung (durch Lungenverlust)</li> </ul>                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Atemgymnastik</li> </ul>                                                                              |
| Krebs des Stimmapparates        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Verlust des Stimmapparates</li> </ul>                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Logopädische Behandlung (neusprechen lernen mit Hilfsgeräten oder der Speiseröhrensprache)</li> </ul> |
| Leukämie, Lymphom               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sensibilitätsstörungen der Feinmotorik</li> </ul>                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ergotherapeutische Behandlung</li> </ul>                                                              |

Nach der Diagnose einer Krebserkrankung ist eine Behandlung notwendig, in vielen Fällen durch Operation oder Strahlenbehandlung.

Dies kann zu körperlichen Störungen in der unmittelbaren Umgebung der behandelten Körperregion führen. Eine Reihe häufiger Störungen und deren Behandlung haben wir für Sie in der vorstehenden Tabelle dargestellt.

### **Allgemeine Funktionsstörungen**

Nach einer Krebsbehandlung (Operation, Bestrahlung und/oder Chemotherapie) tritt häufig eine allgemeine Schwächung des Organismus ein. Diese Schwächung betrifft in erster Linie das Herz- und Kreislaufsystem, die Atmung sowie die Muskulatur und sie entwickelt sich durch folgende Faktoren:

- Notwendige Bettruhe (Operation mit Narkose, intravenöse Gabe von Medikamenten, Komplikationen der Behandlung, Notwendigkeit einer künstlichen Ernährung etc.)
- Veränderungen von Seiten des Stoffwechsels/von hormoneller Seite (als Therapiefolge nach Bestrahlung, intensiver Chemotherapie oder als Folge einer antihormonellen Krebsbehandlung)
- Ernährungsstörungen im Zuge der Krebsbehandlung (Gewichtsverluste, Appetitlosigkeit, besonders bei Krebserkrankungen des Mund- und Rachenraumes, der Speiseröhre und des Magen-Darm-Traktes).

### **Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit durch aktive Therapie**

Zum Wiederaufbau der verlorenen Ausdauer ist ein aktives Behandlungsprogramm sehr empfehlenswert. Aktiv bedeutet, dass Sie unter Anleitung eines Therapeuten entweder einzeln oder auch in der Gruppe Übungen durchführen, die geeignet sind, durch die Erkrankung oder deren Behandlung entstandene Probleme, Funktionsstörungen und Behinderungen zu lindern oder zu beseitigen.

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass eine dosierte, auf niedrigem Niveau beginnende, vorsichtige Belastung (z. B. durch Spazieren gehen, Walken, Ergometerfahrradfahren, Gymnastik, Muskeltraining etc.) rascher zur Genesung führt als Schonung. Deshalb stehen aktive Therapiemaßnahmen im Zentrum der rehabilitativen Bemühungen. Voraussetzung ist allerdings, dass die Übungen in Häufigkeit und Anzahl korrekt angewendet werden.

Die Erstellung des Therapieplanes, Leitung der Therapie und deren Kontrolle ist Aufgabe des Arztes.

 Ihre Aufgabe als Patient ist es, die therapeutischen Bemühungen aktiv zu unterstützen, d. h. motiviert und engagiert an der Rehabilitation mitzuwirken, um so innerhalb der recht kurz bemessenen Zeit von nur drei bis vier Wochen einen möglichst guten Rehabilitationserfolg zu erreichen.

### **Passive Behandlungsmaßnahmen**

Ergänzt werden die aktiven Therapiemaßnahmen durch sogenannte passive Maßnahmen. Diese können insbesondere bei lokalen Beschwerden, z. B. Lymphödem, Schmerzen in einem Gelenk, Verspannung der Muskulatur usw. zum Einsatz kommen. Zu den passiven Maßnahmen zählen Lymphdrainagen, Strombehandlungen, Bäder, Massagen, Packungen etc.

Durch die passiven Therapiemaßnahmen sind keine Verbesserungen der Körperkondition bzw. der Ausdauer möglich. Sie stehen deshalb in der Regel nicht im Zentrum der Rehabilitation.

### **Ernährungstherapie**

Krebserkrankungen, insbesondere solche des Mund- und Rachen-

raumes, der Speiseröhre und des Magen-Darm-Traktes (Magen, Bauchspeicheldrüse, Darm, Leber, Gallenwege), können zu Ernährungsstörungen (Störungen der Energieverwertung, erhöhter Energiebedarf) mit ungewollten Gewichtsverlusten führen.

Aufgabe der in der Rehabilitationsklinik tätigen Ärzte und Ernährungstherapeuten ist es, Ernährungsstörungen soweit zu behandeln, dass eine ungestörte Nahrungsaufnahme (= Energiezufuhr) wieder möglich ist. Hierfür kann es erforderlich sein, den bisher gewohnten Ablauf der Mahlzeiten zu ändern, zu ergänzen oder zu erweitern. Es kann unter Umständen nötig sein, nicht drei Hauptmahlzeiten sondern fünf bis sechs kleinere Mahlzeiten über den Tag verteilt einzunehmen. In manchen Fällen ist auch eine spezielle Nahrungsmittelauswahl bzw. eine medikamentöse Unterstützung der Verdauung erforderlich.

Da in der Anfangsphase unmittelbar nach einer Operation, Bestrahlung und/oder Chemotherapie die Verträglichkeit der verschiedenen Nahrungsmittel noch nicht abschätzbar ist, ist ein vorsichtiger Kostaufbau unter Berücksichtigung von Erfahrungswerten hilfreich. Eine entsprechende intensive Information und Schulung erfolgt durch die Ärzte und Ernährungstherapeuten in der Rehabilitationsklinik.

### **Stomatherapie**

Aufgabe der in der Rehabilitationsklinik tätigen Ärzte und Stomatherapeuten ist es, nach Anlage eines künstlichen Darm- oder Blasenausgangs (Stoma) einzuschätzen, welche weitere Versorgung notwendig ist. Ist eine Wundbehandlung notwendig, so wird diese durchgeführt, evtl. noch liegende Fäden werden gezogen.

Um später unabhängig zu sein ist es wichtig, dass Sie den richtigen Umgang mit dem Stoma erlernen. Sie erhalten deshalb in der Rehabilitationsklinik durch die Stomatherapeuten eine entspre-





chende Anleitung für die Pflege und zum Verhalten bei Reizungen/Entzündungen usw..

### **Krankheitsverarbeitung**

Die Diagnose Krebs ist für die Betroffenen in aller Regel ein Schock, der verarbeitet sein will. Die Bewältigung der Krankheitsfolgen braucht Zeit, eigenen Willen und eine verständnisvolle Umwelt. Jeder Betroffene kann einen angemessenen Weg für sich selbst finden. Sich zurückzuziehen und nur noch sich selbst und die Krankheit zu sehen, ist keine Lösung. Viel günstiger ist es, - soweit es der Gesundheitszustand erlaubt - weiterhin aktiv am Leben teilzunehmen, seinen Interessen nachzugehen und, falls nötig, Angebote zur Unterstützung anzunehmen. Manche Krebserkrankungen belasten darüber hinaus das Selbstverständnis als Mann oder Frau (z. B. Prostatakrebs, Hodenkrebs, Eierstockkrebs, Gebärmutterkrebs oder Brustkrebs).

Aufgabe der Ärzte und Psychologen in der Rehabilitationsklinik ist es, Sie als Patient/Patientin bei der Krankheitsverarbeitung zu unterstützen und Ihnen geeignete psychologische Therapieangebote vorzuschlagen. Möglich sind sowohl Gruppenangebote als auch Einzelbehandlungen in Verbindung mit Informationsveranstaltungen zu Themen wie "Stress", "Ängste und Sorgen" oder "Kommunikation".

### **Wissen über „Krebs“**

Unter dem Begriff „Krebs“ werden eine Reihe komplizierter Erkrankungen zusammengefasst, die insgesamt schwer zu verstehen sind. Ärztliche Aufgabe in der Rehabilitation ist es deshalb, Sie zu Ihrer Krebserkrankung, zu möglichen (korrigierbaren) auslösenden Faktoren und den im Anschluss an die Rehabilitation notwendigen Verhaltensregeln zu informieren. Es erwartet Sie ein





Informations- und Schulungsprogramm, welches die verschiedenen Aspekte der häufigsten Krebserkrankungen berücksichtigt. Geboten wird Ihnen ein speziell auf Ihre Erkrankung ausgerichteter Informationsprogramm, welches durch allgemeine Hinweise zu verschiedenen interessierenden Themen wie z. B. Risikofaktoren, Ernährung, allgemeine Lebensgestaltung/Verhalten nach Abschluss der Rehabilitation usw. ergänzt wird.

Für den Fall, dass Sie Raucher sind: es ist wichtig, dass Sie diesem Laster entsagen! Rauchen ist ein Risikofaktor für die Entwicklung von Krebserkrankungen (z. B. für Lungenkrebs, Krebserkrankungen des Hals-Nase-Ohren-Bereichs, Speiseröhrenkrebs, Nieren- und Harnblasenkrebs sowie für Gebärmutterhals- und Brustkrebs). In der Rehabilitationsklinik sind durch die ärztliche Überwachung und die psychologische Anleitung zumeist bessere Voraussetzungen für eine erfolgreiche Entwöhnungsbehandlung gegeben als zu Hause.



Ärztliche Aufgabe in der Rehabilitation ist es deshalb, Sie bei einer möglichen Entwöhnungsbehandlung zu beraten, Sie dahingehend zu motivieren und zu unterstützen. Eine Raucherentwöhnungsbehandlung kann erfolgreich auch medikamentös erleichtert werden. Der Sie behandelnde Arzt in der Rehabilitationsklinik kann Ihnen diesbezüglich weitere Informationen geben.

### **Chemotherapie/Zusatzuntersuchungen**

Die bislang aufgeführten Punkte bezogen sich auf die rehabilitative Therapie (im weiteren Sinne), die Sie in einer onkologischen Rehabilitationsklinik erwarten dürfen.

Läuft bei Ihnen bereits eine Chemotherapie, die fortgesetzt werden muss, so ist dies ebenfalls ohne Schwierigkeiten möglich. Ärztliche Aufgabe in der Rehabilitationsklinik ist es deshalb auch, eine Chemo-

therapie mit den zur Therapiesteuerung notwendigen Zusatzuntersuchungen (Blut, Urinuntersuchungen etc.) durchzuführen. Zusätzlich zu Blut- und Urinuntersuchungen können bei Notwendigkeit auch weitere diagnostische Maßnahmen wie z. B. Röntgen-, Ultraschall-, Spiegelungs- sowie Funktionsuntersuchungen verschiedener Organe durchgeführt werden.

### **Berufliche Wiedereingliederung**

Für Berufstätige sind auch Fragen der beruflichen Wiedereingliederung im Zusammenhang mit der Krebsbehandlung von Wichtigkeit, denn nicht selten beeinträchtigen Folgestörungen nach der Behandlung die Rückkehr in den Beruf.

Aufgabe der Sozialarbeiter in der Rehabilitationsklinik ist es deshalb, Sie bei der Rückkehr in Ihre Berufstätigkeit zu beraten und zu unterstützen. Aufgabe der Ärzte in der Rehabilitationsklinik ist es, unter Berücksichtigung der verbleibenden Störungen abzuschätzen, ab wann und in welchem zeitlichen Ablauf die Aufnahme der beruflichen Tätigkeit wieder möglich ist. Häufig möglich und sinnvoll ist eine stufenweise Wiedereingliederung, die nach erfolgreichem Abschluss der Krebsbehandlung zumeist innerhalb von vier Wochen nach dem Ende der Rehabilitation beginnt.

### **Wissen anwenden/Übungen fortsetzen**

Betrachten Sie die Rehabilitation als Beginn eines Genesungsprozesses, der sich zu Hause fortsetzen muss. Das in der Rehabilitationsklinik erworbene Wissen sollte angewendet, erlernte Übungen sollten weitergeführt werden. Nur dann kann ein Erfolg der Rehabilitation erhalten und noch verbessert werden. Zum Ende einer Rehabilitation stellen sich deshalb folgende konkrete Fragen: Was muss ich tun, um Ernährungsempfehlungen einhal-

ten zu können? Wie kann ich ein erlerntes Entspannungsverfahren fortsetzen? Welche Übungen kann ich zu Hause (evtl. in abgewandelter Form) weiterführen? An welchen Wochentagen/zu welcher Uhrzeit kann ich mich meinem Übungsprogramm widmen? Wie muss dann evtl. meine Tagesorganisation abgeändert werden? In welcher Weise kann ich meinen Partner/meine Familienangehörigen mit einbeziehen?

Denken Sie bitte daran: Der Erfolg Ihrer Rehabilitation kann nur so gut sein wie Ihre eigene Mitwirkung es ist.



**Die Reha zeigt Ihnen den Weg,  
gehen müssen Sie ihn selbst.**

# Das bietet mir die Reha

Ärztliche Betreuung/med. Behandlung

Allgemeine Gesundheitsvermittlung

Ergotherapie

Ernährungsschulung

Logopädie

Physiotherapie

Psychologie

Sozialberatung

Stomatherapie



Diese Informationsbroschüren erhalten Sie kostenlos bei der

**Arbeitsgemeinschaft für Krebsbekämpfung NW**

Öffentlichkeitsarbeit

Universitätsstraße 140 | 44799 Bochum

Telefon: 0234 8902-301 (-302) | [mail@argekrebsnw.de](mailto:mail@argekrebsnw.de)

oder als Download unter: [www.argekrebsnw.de](http://www.argekrebsnw.de)