

## Angehörige finden ein Zuhause auf Zeit

**Silvia Kleinebeckel war selbst Krebspatientin und hat erlebt, welche Angst und Ohnmacht die Angehörigen der Betroffenen erfahren. Deshalb engagiert sie sich heute in der Angehörigenwohnung der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft in Lübeck.**

Die 74-jährige Silvia Kleinebeckel ist im Laufe ihres Lebens selbst an Blasen- und Lungenkrebs erkrankt. Das war eine schwierige Zeit – auch für ihren Mann. Silvia Kleinebeckel stellt fest: »Als Patientin wurde ich sofort eng betreut und entlastet. Aber mein Mann musste einfach stark sein.« Der Fokus liegt auf dem erkrankten Menschen. Viele Angehörige trauen sich nicht, ihre Sorgen auszusprechen. Sie nehmen sich zurück, obwohl sie in einer äußerst belastenden Lebenssituation sind.

Silvia Kleinebeckels Mann begleitete sie zu den Behandlungen. Gut ging es ihm aber nicht dabei. Seine Angst belastete umgekehrt Silvia Kleinebeckel. Deshalb weiß sie, wie wichtig das Wohlbefinden der Angehörigen während der Therapie ist. »Gerade wenn der Leidensweg länger dauert, muss die Familie ihre Ressourcen und Kräfte schonen«, sagt sie. »Nur so kann sie während der Krankheit eine Stütze sein.«

### Angehörige sollten entlastet werden

Silvia Kleinebeckel hatte Glück: Ihre Krebserkrankungen nahmen einen guten Verlauf. »Heute habe ich Kraft, mich zu engagieren«, sagt die Rentnerin, »das macht mich dankbar. Ich möchte etwas zurück-

geben.« Deshalb betreut sie seit Ende 2022 die Angehörigenwohnung in Lübeck als Teil des ehrenamtlichen Teams.

Oft können notwendige Untersuchungen, operative Eingriffe oder eine Chemotherapie nicht direkt am Wohnort realisiert werden. Angehörige von Krebspatientinnen oder -patienten, die in Kiel und Lübeck stationär behandelt werden, finden in der Angehörigenwohnung ein kostenloses Zuhause auf Zeit. Denn ist eine Behandlung außerhalb des Wohnortes nötig, bedeutet das zusätzlich zu den seelischen Belastungen tägliche Fahrten zum Therapieort. Oder Kosten für ein Hotelzimmer. Aus diesem Grund führt die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft zwei Angehörigenwohnungen in Kiel und Lübeck.

### Immer ein offenes Ohr für Betroffene

Die Wohnung in Lübeck liegt in Fußnähe der Kliniken. Sie ist hell und freundlich sowie behindertengerecht eingerichtet. Drei Schlafzimmer bieten verschiedenen Familien einen Rückzugsort. Das Betreuungsteam hat immer ein offenes Ohr. Denn die Unterstützung eines Krebspatienten oder einer -patientin ist mit großer Anstrengung verbunden. Manchmal ist die Verzweiflung spürbar.

**Betroffene, Angehörige oder Interessierte finden bei den Landeskrebsgesellschaften Unterstützung und Antworten. Zudem erhalten sie Adressen von Beratungsstellen in ihrer Nähe.**



**»Mir liegt die Situation der Angehörigen sehr am Herzen. Ich möchte ihre Position stärken, weil die Belastung für sie sehr groß ist. Hilfe für betroffene Familien ist dringend notwendig.«**

*Silvia Kleinebeckel*

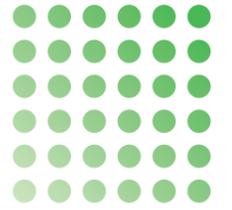
»Wir nehmen uns die Zeit, mit den Angehörigen zusammensitzen und ihnen Mut zuzusprechen«, sagt Silvia Kleinebeckel. »Es erfüllt mich, helfen zu können.« Viele Angehörige sind dankbar, in diesem Moment nicht allein zu sein. Wie gern das Angebot von betroffenen Familien angenommen wird, zeigen die berührenden Geschichten im Gästebuch. ●

### Bildnachweis

Titelseite: Shutterstock.com/Ground Picture; S. 2: z. Vfg. Alexander Krüger und Shutterstock.com/Ground Picture; S. 3: z. Vfg. Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft; S. 4: z. Vfg. Silvia Kleinebeckel.

### Herausgeber

Landeskrebsgesellschaften der Deutschen Krebsgesellschaft e.V.  
Redaktion Periskop  
Postfach 1780, 53587 Bad Honnef  
info@redaktionperiskop.de  
www.krebsgesellschaft.de



**3–4 Minuten**  
dauert der Selbstcheck gegen Hodenkrebs

### Keine Chance für Hodenkrebs

Die Kampagne »Check dich selbst« informiert über die bösartige Tumorerkrankung bei Männern.

### Zuhause auf Zeit

Silvia Kleinebeckel hatte selbst Krebs und engagiert sich heute in der Angehörigenwohnung in Lübeck.

# In dieser Haltung liegt auch eine Kraft

Bei Männern unter 45 Jahren ist Hodenkrebs die häufigste bösartige Tumorerkrankung. Patienten finden oft zu wenig Gehör für ihre Sorgen, sagt der Psychoonkologe Alexander Krüger vom Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf. Doch die jungen Männer können eine Botschaft vermitteln, die vielen Mut macht.

### Ihre Landeskrebsgesellschaft ist für Sie da

**Sind Sie erkrankt, betreuen Sie erkrankte Freunde oder Angehörige, brauchen Sie Unterstützung? Wenden Sie sich an unsere Beratungsstellen in Ihrem Bundesland.**

#### Berliner Krebsgesellschaft e.V.

Tel. 030 27 00 07 0 / [www.berliner-krebsgesellschaft.de](http://www.berliner-krebsgesellschaft.de)

#### Brandenburgische Krebsgesellschaft e.V.

Tel. 0331 86 48 06 / [www.krebsgesellschaft-brandenburg.de](http://www.krebsgesellschaft-brandenburg.de)

#### Hamburger Krebsgesellschaft e.V.

Tel. 040 41 34 75 68 0 / [www.krebshamburg.de](http://www.krebshamburg.de)

#### Niedersächsische Krebsgesellschaft e.V.

Tel. 0511 388 52 62 / [www.nds-krebsgesellschaft.de](http://www.nds-krebsgesellschaft.de)

#### Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e.V.

Tel. 0211 15 76 09 90 / [www.krebsgesellschaft-nrw.de](http://www.krebsgesellschaft-nrw.de)

#### Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.

Tel. 0261 96 38 87 22 / [www.krebsgesellschaft-rlp.de](http://www.krebsgesellschaft-rlp.de)

#### Saarländische Krebsgesellschaft e.V.

Tel. 0681 309 88 100 / [www.krebsgesellschaft-saar.de](http://www.krebsgesellschaft-saar.de)

#### Sachsen-Anhaltische Krebsgesellschaft e.V.

Tel. 0345 478 81 10 / [www.krebsgesellschaft-sachsenanhalt.de](http://www.krebsgesellschaft-sachsenanhalt.de)

#### Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft e.V.

Tel. 0431 800 10 80 / [www.krebsgesellschaft-sh.de](http://www.krebsgesellschaft-sh.de)



Alexander Krüger (44) arbeitet als Psychoonkologe schwerpunktmäßig im Bereich der urologischen Krebserkrankungen. Er ist an der auf Prostatakrebs spezialisierten Martini-Klinik des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf sowie an der Spezialambulanz für Psychoonkologie (Institut und Poliklinik für Medizinische Psychologie) tätig.

### Herr Krüger, wie gehen junge Männer mit der Diagnose Hodenkrebs um?

Die Reaktionen sind natürlich sehr unterschiedlich. Ich hatte einen Patienten, der seine Angehörigen und Freunde ins Krankenhaus einlud. Er wollte, dass alle Bescheid wissen, was mit ihm passiert. Ein anderer Patient dagegen erzählte während der ganzen Behandlung niemandem außer seinen Eltern von der Erkrankung, nicht einmal seiner neuen Partnerin. Er sagte mir, dass er die Sache nur mit sich ausmachen und einfach möglichst schnell hinter sich bringen wolle.

### Ist es für Männer ein Tabu, über ihre Erkrankung zu sprechen?

Das glaube ich nicht. Es ist ein Vorurteil, dass sich Männer weniger aktiv mit der Krankheit auseinandersetzen, auch wenn sie vielleicht ein bisschen weniger mitteilbar sind. Das Problem ist eher, dass die Hodenkrebspatienten psychoonkologisch unterversorgt sind, weil die psychologische Mitbetreuung häufig nicht wie bei anderen Krebsarten ein fester, in die medizinische Behandlung integrierter Bestandteil ist. Mir ist es jedoch wichtig, für diese Gruppe eine Lanze zu brechen und zu zeigen, was diese jungen Männer durchmachen.

### Was macht den Patienten am meisten zu schaffen?

Eine Krebserkrankung im jungen Erwachsenenalter kommt in der Regel völlig unerwartet und stellt für die Betroffenen einen starken Einschnitt in diesem Lebensabschnitt dar: Ausbildung, Studium oder Berufstätigkeit werden unterbrochen, finanzielle Einbußen können hinzukommen. Dabei können die Vorstellungen körperlicher Unversehrtheit und Stärke leiden, aber auch die Beziehungen zu Gleichaltrigen. Dies kann Hodenkrebspatienten ängstlich und traurig stimmen. In den Behandlungen wird oft die Bedrohung des männlichen Selbstwertgefühls zum Thema, weil sie die Sexualfunktion oder die Fruchtbarkeit einschränken können.

### Wie gehen Sie dabei in Ihrer Therapie vor?

Es ist ganz wichtig, konkrete, alltagsnahe und für die Altersgruppe passende Unterstützung zur beruflichen und psychosozialen Reintegration anzubieten und offen über Sexualität, Kinderwunsch und Männlichkeit zu sprechen. Für diese Themen finden die Patienten in ihrem Umfeld oft wenig Gehör.

### Begrüßen Sie es, wenn bekannte Sportler mit Hodenkrebs ihre Erkrankung öffentlich machen?

Ja, das hilft auf jeden Fall. Gerade jungen Menschen kann es viel Hoffnung geben, wenn sie sehen, dass andere im gleichen Alter dasselbe durchmachen mussten und wieder gesund geworden sind.

### Dank der medizinischen Möglichkeiten sind die Heilungschancen sehr gut.

Das stimmt, in 97 Prozent der Fälle kann die Krankheit geheilt werden. Doch es ist immer noch eine potenziell lebensbedrohende Krankheit, welche die jungen Männer in einer heiklen Lebensphase trifft. Wenn die Freunde Party machen oder auf Festivals gehen, müssen Hodenkrebspatienten schauen, wie sie die nächste Chemotherapie durchstehen. Anstatt das Leben wie bisher weiterführen zu können, erleben sie einen Kontrollverlust und geraten in eine große Abhängigkeit.

### Gibt es Unterschiede zwischen Hodenkrebspatienten und anderen Krebspatienten?

Mir fällt auf, dass die jungen Erwachsenen seltener mit der Frage »Warum ich?« hadern. Viele versuchen, aus dieser schwierigen Erfahrung das Positive herauszunehmen. Ich hatte zum Beispiel einen Patienten, der nach seiner Heilung den Beruf wechselte, eine neue Partnerschaft einging und heute viel glücklicher ist als vor der Diagnose. Die Krankheit war für ihn so etwas wie ein Katalysator, der diese Veränderungen in Gang brachte. In der Haltung, aus einer schlimmen Situation etwas Bedeutsames entstehen zu lassen, liegt auch eine Kraft, die wir als Therapeuten, aber auch als Gesellschaft, fördern können. ●



## Keine Chance für Hodenkrebs

### Die Präventionskampagne »Check dich selbst« kann Leben retten

**In Deutschland erkranken jedes Jahr rund 4200 Männer neu an Hodenkrebs. Trotzdem gibt es kein gesetzliches Angebot zur Früherkennung.**

Deshalb hat die Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft 2020 die Präventionskampagne »Check dich selbst« ins Leben gerufen. Die Kampagnen-Website (checkdichselbst.de) bietet Informationsmaterial. Ein Youtube-Video im Cartoon-Stil zeigt, wie einfach und schnell eine Selbstuntersuchung, zum Beispiel nach dem Dutschen, geht.

»Wir sind auch regelmäßig an Informationsveranstaltungen über Krebs präsent«, sagt Svenja Paetsch von der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft. An einem Silikon-Tastmodell können die Besucherinnen und Besucher den Selbstcheck üben und spüren, worauf sie beim Abtasten achten müssen. »Die Menschen sind im-

mer erstaunt, wie sich die Knoten anfühlen und wie tief sie liegen können«, erklärt Svenja Paetsch.

Mit an Bord sind Sportvereine wie die Handball-Bundesligisten THW Kiel und Flensburg-Handewitt sowie die Fußballklubs VfB Lübeck und Holstein Kiel. Sie erreichen die jungen Männer direkt. »Die Klubs haben uns bereits Bandenwerbungsslots zur Verfügung gestellt und in ihrer Vereinszeitung über die Kampagne berichtet«, sagt Svenja Paetsch.

Schon ein Jahr nach dem Start hat die Hamburger Krebsgesellschaft die Kampagne übernommen. 2022 folgten die Bayerische Krebsgesellschaft und der Krebsverband Baden-Württemberg. 2023 wurde die Kampagne auf die Vorsorge für Brustkrebs ausgeweitet, um auch junge Frauen zum Selbstcheck zu animieren. ●



Geschäftsführerin Vanessa Boy (links) und Silke Behring von der Krebsberatungsstelle Flensburg am Informationsstand bei einem Spiel der SG Flensburg Handewitt (Handball-Bundesligist).

Informationen zu aktuellen Projekten erhalten Sie bei Ihrer Krebsgesellschaft.



## Krebszellen ignorieren Stoppsignale, die die Zellteilung verhindern

Die »Hallmarks of Cancer« – zu Deutsch »Merkmale von Krebs« – beschreiben 14 biologische Eigenschaften, welche Krebszellen von gesunden Körperzellen unterscheiden. Da sie der Krebsforschung wichtige Impulse geben, spüren wir ihnen in einer Serie nach.

Die Suche nach den entscheidenden Krebsmerkmalen führt tief in die Biologie der Körperzellen. Gesunde Zellen teilen sich nur, wenn es erforderlich ist. Hautzellen etwa vermehren sich auch bei Erwachsenen sehr

oft, Nervenzellen im Gehirn selten oder nie. Die Zellteilung beruht auf einem komplexen und streng regulierten Prozess, der in mehreren Phasen abläuft. Neben den Signalen, die diesen Zellzyklus auslösen (»Periskop« 1/24), spielen bei der Steuerung des Prozesses auch hemmende Stoffe eine wichtige Rolle. Heute sind Dutzende solcher Hemmstoffe bekannt. Sie wirken an Checkpoints zwischen den Phasen und stellen sicher, dass die Zelle erst den nächsten Teilungsschritt angeht, wenn der vorhergehende korrekt abgeschlossen ist. Einer dieser Hemmstoffe ist das Retinoblastom-

Protein, das schon in den 1970er-Jahren bei der Erforschung des bösartigen Augentumors entdeckt wurde. Heute weiß man, dass dieses Protein in vielen Krebsarten eine Rolle spielt. Über einen komplexen Signalprozess in der Zelle verhindert es bei Schäden in der DNA die Fortsetzung der Teilung. In bösartigen Tumoren ist das Retinoblastom-Protein selbst beschädigt und verliert dadurch seine Wächterfunktion. ●