

Kosmetikkurs schenkt Betroffenen neue Kraft

Wenn die Krebstherapie Haarausfall, Narben oder andere körperliche Spuren hinterlässt, leiden viele Patientinnen unter ihrem veränderten Aussehen. In kostenlosen Kosmetikseminaren der DKMS finden sie neuen Mut – begleitet von engagierten Botschafterinnen wie Top-Model Petra van Bremen.

Die 65-Jährige ist seit fünfzehn Jahren bei den Kursen dabei. Den Anstoß gab die Brustkrebserkrankung ihrer besten Freundin Sylvie Meis. »Zu sehen, wie die Krankheit jemanden so verändert, war ein Schock für mich«, sagt van Bremen. Diese Erfahrung motivierte sie, sich in den »Look good feel better«-Kosmetikseminaren zu engagieren. Jeden Monat begleitet van Bremen nun Krebspatientinnen in den Kosmetikkursen der Hamburger Krebsgesellschaft.

Die Teilnehmerinnen erhalten eine Tasche mit hochwertigen Kosmetikprodukten und lernen, wie sie sich nach der Behandlung pflegen oder Augenbrauen und Wimpern ergänzen können. Van Bremen erzählt: »Das Leuchten in den Augen der Frauen ist unbeschreiblich, wenn sie sehen, was dank etwas Make-up möglich ist.«



Petra van Bremen ist ein internationales Best-Ager-Top-Model aus Hamburg. Seit 2010 ist die 65-Jährige Botschafterin des »Look good feel better«-Programms und begleitet monatlich Kosmetikseminare der Hamburger Krebsgesellschaft.

Der Effekt geht aber weit über das Äußere hinaus. »Mit kleinen Tipps und Tricks können wir den Frauen ein Stück Normalität zurückgeben«, sagt van Bremen. »Wenn Betroffene im Supermarkt angesprochen

werden, wie schlecht sie aussehen, hilft das nicht. Denn das wissen sie selbst. Dank dem Kurs trauen sie sich wieder mehr.« Die Brustkrebsbetroffene Tina, 49, bestätigt: »Ich habe viel darüber gelernt, wie ich »gesünder« und frischer aussehen kann. Die entspannte Atmosphäre in den Räumen der Krebsgesellschaft hat sehr gutgetan.« In jedem Seminar erlebt van Bremen bewegende Momente: »Einmal war eine junge Frau dabei, deren ganze Stirnhaut wegoperiert worden war. Ihren Mut, weiterzumachen, bewundert die Hamburgerin. Auch die 31-jährige Marie schöpfte dank der Teilnahme neue Kraft: »Der Kurs war eine tolle Ablenkung in dieser beschwerlichen Zeit. Wir hatten viel Spaß beim Üben.«

»Im Seminar sehe ich immer wieder, wie die Augen der Frauen durch die Verwandlung strahlen. Der Kurs schenkt ihnen unbeschwertere Momente im Alltag.«
Petra van Bremen

Seit drei Jahren kennt Petra van Bremen die Schockdiagnose Krebs aus eigener Erfahrung – auf ihrer Stirn wurde Hautkrebs entdeckt. »Heute kann ich mich noch besser in Betroffene einfühlen. Ich hatte Glück, dass der Krebs früh erkannt wurde.« Ihr größter Wunsch ist, dass noch mehr Frauen an den Seminaren teilnehmen. »Der Austausch bewirkt so viel fürs Selbstbewusstsein. Hier entstehen in nur wenigen Stunden neue Perspektiven.« ●

Ihre Landeskrebsgesellschaft ist für Sie da

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

Berliner Krebsgesellschaft e.V.

Tel. 030 27 00 07 0 / www.berliner-krebsgesellschaft.de

Brandenburgische Krebsgesellschaft e.V.

Tel. 0331 86 48 06 / www.krebsgesellschaft-brandenburg.de

Hamburger Krebsgesellschaft e.V.

Tel. 040 41 34 75 68 0 / www.krebshamburg.de

Niedersächsische Krebsgesellschaft e.V.

Tel. 0511 388 52 62 / www.nds-krebsgesellschaft.de

Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e.V.

Tel. 0211 15 76 09 90 / www.krebsgesellschaft-nrw.de

Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.

Tel. 0261 96 38 87 22 / www.krebsgesellschaft-rlp.de

Saarländische Krebsgesellschaft e.V.

Tel. 0681 309 88 100 / www.krebsgesellschaft-saar.de

Sachsen-Anhaltische Krebsgesellschaft e.V.

Tel. 0345 478 81 10 / www.krebsgesellschaft-sachsenanhalt.de

Schleswig-Holsteinische Krebsgesellschaft e.V.

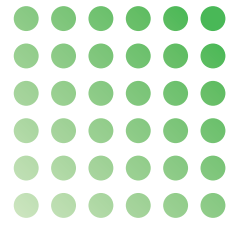
Tel. 0431 800 10 80 / www.krebsgesellschaft-sh.de

Bildnachweis

Titelseite: iStock.com/Jecapix; S. 2: z. Vfg. Rachel Würstlein; S. 3: z. Vfg. Krebsgesellschaft NRW/Nicole Herber; S. 4: Michael Kubenz

Herausgeber

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



Mehr als 80 Prozent
der Neuerkrankten überleben heute ihre Brustkrebsdiagnose.

Der schwierige Weg zurück in den Beruf

Nicole Herber erzählt im Interview, wie ihr die Beratung beim Wiedereinstieg half.

Neue Kraft dank Kosmetikseminaren
Top-Model Petra van Bremen macht Krebspatientinnen in den Kursen Mut.



Hoffnung bei Brustkrebs

Therapieforschung und Medikamentenentwicklung haben die Brustkrebsbehandlung in den vergangenen 25 Jahren revolutioniert. Moderne Therapiekonzepte an zertifizierten Brustkrebszentren sind individuell auf die Patientinnen (und Patienten) zugeschnitten. Das Gleiche gilt auch für die Angebote unserer Landeskrebsgesellschaften.

Jedes Jahr erkranken rund 75 000 Frauen und etwa 700 Männer in Deutschland neu an Brustkrebs. Doch die Heilungschancen haben sich deutlich verbessert. Lag die Überlebensrate um die Jahrtausendwende noch bei rund 60 Prozent, überleben heute über 80 Prozent der Neuerkrankten den Krebs. »Heute können wir den Frauen sagen, dass das Ziel der Behandlung die Heilung ist«, sagt Rachel Würstlein, leitende Oberärztin am Brustzentrum der Ludwig-Maximilian-Universität in München. »Das ist eine hoffnungsvolle Botschaft.«

Selbst bei Patientinnen mit metastasiertem Brustkrebs sind die Prognosen besser geworden. »Seit der Einführung der CDK-6-Hemmer betreuen wir Patientinnen mit metastasiertem Brustkrebs bei guter Lebensqualität jahrelang, während dies früher deutlich rascher tödlich war«, sagt Rachel Würstlein.

Laut Rachel Würstlein, die neben ihrer ärztlichen Tätigkeit auch intensiv Therapieforschung betreibt, haben Fortschritte in allen Bereichen diese Verbesserungen ermöglicht: »Das Wissen über Krebs hat enorm zugenommen und die Forschung hat uns eine große Anzahl neuer Möglichkeiten und Medikamente in die Hand gegeben.« Die Fortschritte beruhen vor allem auf drei revolutionären Konzepten:

- **Biomarker:** Dank molekularbiologischer Analysemethoden können im Blut oder mittels Biopsie Biomarker der individuellen Brustkrebsvarianten bestimmt werden. Je nach Variante können die bestmöglich wirkenden Medikamente eingesetzt werden.
- **Immuntherapien:** Sogenannte Immuncheckpoint-Inhibitoren unterstützen das körpereigene Abwehrsystem. Sie greifen in die Kommunikation zwischen Immunsystem und Krebszellen ein. Die Immuntherapie wird vor allem beim aggressiven triple-negativen Brustkrebs eingesetzt.
- **Antikörper-Wirkstoff-Medikamente:** Dabei wird der Wirkstoff mit einem Antikörper verbunden, der bestimmte Oberflächenmerkmale der Zellen gezielt erkennt. Die Medikamente sind im Vergleich zur herkömmlichen Chemotherapie wirksamer und schonender, weil sie gesunde Körperzellen nicht schädigen.

Aber auch Fortschritte in der Chirurgie, bei der Bestrahlung und in der klassischen Chemotherapie haben zum Erfolg beigetragen:

- **Operationen:** Mit Unterstützung bildgebender Verfahren kann der Tumor viel präziser entfernt werden. Heute wird zudem bei rund 70 Prozent der Patientinnen eine brusterhaltende Therapie durchgeführt. Rekonstruktive Verfahren mit Eigengewebe oder Implantaten verbessern die ästhetische Qualität und somit auch das psychische Wohlbefinden der Patientinnen.
- **Bestrahlungen** sind heute kürzer und zielgerichteter. Während sich eine Strahlentherapie früher über sechs Wochen hinzog, dauert sie heute im Durchschnitt nur noch 15 Tage oder je nach Krebsvariante sogar noch weniger.
- **Chemotherapie:** Wirksamere Begleitmedikamente reduzieren die Nebenwirkungen der Chemotherapie, ermöglichen aber auch eine höhere Dosierung und damit eine effizientere Behandlung.
- **Orale Tumorthapien:** Im Gegensatz zur konventionellen intravenösen Chemotherapie ermöglichen neue, oral verabreichte Medikamente eine bessere Vereinbarkeit mit dem Alltag. Sie setzen jedoch eine gute Beratung und Betreuung der Patientinnen durch die onkologischen Teams voraus.



Entscheidend für die Fortschritte waren aber auch organisatorische Innovationen in der Therapieforschung, welche die Umsetzung der wissenschaftlichen und technischen Errungenschaften in der Klinik erst ermöglichten, zum Beispiel die Einführung von Tumorkonferenzen in den zertifizierten Brustzentren. In ihnen beurteilen alle involvierten Fachleute – vom behandelnden Onkologen über die Pathologin bis hin zur Diagnostik – den Fall jeder einzelnen Patientin. Für ein individuell optimales Therapiekonzept gleichen sie die Ergebnisse der Diagnose einer Patientin mit den Behandlungsoptionen ab, die in den fachlichen Leitlinien auf der Basis wissenschaftlicher Studien definiert sind. »Die Zeiten, in denen nach dem Gießkannenprinzip Chemotherapie verschrieben wurde, um zu schauen, was geht, sind vorbei«, sagt Rachel Würstlein. »Heute wissen wir aufgrund von robusten Studiendaten, bei welchen Patientinnen welche Medikamente am besten wirken.«

Zudem erhält jede Patientin eine psychoonkologische Betreuung – im Wissen darum, dass auch die seelischen Bedürfnisse ein wesentlicher Faktor für den Heilungsprozess sind. Dabei können sich die Brustzentren auch auf die Angebote der Landeskrebsgesellschaften stützen, die etwa im Bereich der psychoonkologischen oder sozialrechtlichen Beratung wertvolle Dienste leisten. Selbst das Einholen einer Zweitmeinung wird nicht mehr als Angriff auf die ärztliche Autorität verstanden, sondern als Beitrag für eine auf die Patientin zugeschnittene, optimale Behandlung. ●



»Der Weg zurück war sehr hürdenreich«

Frau Herber, wie haben Sie nach Ihrer Krebserkrankung wieder in den Arbeitsprozess gefunden?

Der Weg zurück war sehr hürdenreich und stressig. Aber dank der Unterstützung der Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e.V. und einer verständnisvollen Arbeitgeberin kann ich heute wieder arbeiten.

Wie lange konnten Sie nicht arbeiten?

Nach meiner Brustkrebsdiagnose im März 2022 war ich bis Ende Juli 2023 krankgeschrieben. Als ich wieder arbeiten sollte, habe ich es nur drei Tage geschafft. Ich war psychisch und körperlich noch nicht in der Verfassung und wollte mich wieder krankschreiben lassen.

Was passierte dann?

Da das Krankengeld ausgelaufen war, ging das nicht – es folgte ein richtiger Formulario-krieg mit den Behörden. Das hat mich noch mehr gestresst. Doch die Beraterinnen der

Krebsgesellschaft NRW unterstützten mich sehr dabei. Dann hatte ich auch Glück.

Inwiefern?

In diesem Moment rief mich eine frühere Arbeitgeberin an, die Leiterin einer Heilpraktikerschule. Ich hatte insgeheim davon geträumt, wieder an diese Stelle zurück-zukehren. Das hat dann auch geklappt.



Nicole Herber, 49, über den schwierigen Wiedereinstieg ins Arbeitsleben nach einer Brustkrebsdiagnose.

Wie viel arbeiten Sie denn jetzt?

Ich arbeite nun sechs Stunden am Tag. Ich erstelle Stundenpläne, bearbeite Anmeldungen und organisiere Prüfungsvorbereitungen – eine sehr anforderungsreiche Arbeit. Doch die Erkrankung macht mir immer noch zu schaffen. Ich leide an Schlaflosigkeit, liege nachts wach und bin am Tag gerädert. Da fällt es mir manchmal schwer, mich zu konzentrieren.

Wie schaffen Sie es trotzdem?

Ich habe eine verständnisvolle Arbeitgeberin, und ich bin sehr dankbar für die Beratung der Krebsgesellschaft NRW.

Was beinhaltet die Beratung?

Sie ist umfassend – von der psychoonkologischen bis zur sozialrechtlichen Beratung. Diese Dinge lassen sich in meiner Situation ja auch gar nicht trennen. Ich konnte mit den Beraterinnen meine Probleme Schritt für Schritt durchgehen – von den notwendigen Behördengängen bis hin zu konkreten Tipps, wie ich meinen Arbeitsalltag bewältigen kann. Das war sehr hilfreich. ●



Krebszellen nutzen Entzündungsreaktionen für ihr Wachstum und ihr Überleben

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.

Eine Entzündung signalisiert grundsätzlich, dass das körpereigene Immunsystem den Kampf gegen gefährliche Eindringlinge oder eine Verletzung ausficht. Schon vor langer Zeit haben Forschende entdeckt, dass in Tumorgewebe immer auch entzündungs-

fördernde Immunzellen vorhanden sind. Seit der Jahrtausendwende ist nachgewiesen, dass die entzündungsfördernden Immunzellen nicht nur eine Entzündung anzeigen, sondern auch das Tumorstwachstum ankurbeln.

Das Immunsystem ist komplex und besteht aus verschiedenen Zellen. Manche schützen das Wachstumsstoffs aus, welche die Gefäßbildung (Angiogenese) in der Mikroumgebung des Tumors anregen. Die neuen Blutgefäße versorgen den Krebs fortan mit Nährstoffen. Die Angiogenese begünstigt zudem die Aussiedelung von Krebszellen

und damit die Metastasierung. Andere Immunzellen wiederum schütten aggressive Substanzen aus, die das Erbgut benachbarter Krebszellen weiter schädigen und bösartige Mutationen auslösen. Studien haben gezeigt, dass solche Immunzellen oft bereits in einem sehr frühen Stadium eines Tumors präsent sind und so dessen Wachstum befördern.

Dieses Krebsmerkmal zeigt, dass neben den Eigenschaften der Krebszellen auch deren Mikroumgebung im Körper eine wichtige Voraussetzung für das Fortschreiten der Krankheit spielt. ●