

**Comprehensive Cancer Center
Tübingen-Stuttgart**

Geschäftsstelle
Herrenberger Str. 23
72070 Tübingen
Tel. 07071 29-85235
Fax 07071 29-5225
ccc@med.uni-tuebingen.de
www.ccc-tuebingen.de

Karin Müller
Stv. Geschäftsführerin
Tel. 07071 29-85236
karin.mueller@med.uni-tuebingen.de

CCC Tübingen-Stuttgart • Herrenberger Str. 23 • 72070 Tübingen

Selbsthilfe-Rundbrief 1/21

CCC Tübingen-Stuttgart

März 2021

4. März 2021

Sehr geehrte, liebe Selbsthilfeaktive,

wir hoffen, Sie sind gesund und guter Dinge und lassen sich durch die Pandemie nicht die Zuversicht und die Freude an den länger werdenden Tagen nehmen. Mit den ersten Schneeglöckchen, Winterlingen und Krokussen erreichen Sie heute wieder einige Informationen aus dem CCC Tübingen-Stuttgart.

Studien verständlich präsentiert

Wir hören von Patientenseite und auch aus der Runde der Selbsthilfeaktiven immer wieder, dass über aktuelle onkologische Studien zum einen zu wenig und zum anderen zu unverständlich informiert werde.

Das wollten wir ändern und sind aktiv geworden: Wir haben einige ausgewählte Studienprotokolle so umformuliert und in Form gebracht, dass sie leichter verständlich sind und einen schnellen Überblick erlauben. Das Ergebnis senden wir Ihnen heute in Form einer kleinen Broschüre zu. Wir planen weitere „Studien-Steckbriefe“, die Sie dann in loser Folge mit dem Rundbrief erhalten und auch auf unserer Studienseite im Internet finden. Langfristig sollen laut Beschluss des Geschäftsführenden CCC-Vorstands alle Krebsstudien am Universitätsklinikum Tübingen in allgemeinverständlicher Form online abrufbar sein.

Wir sind sehr gespannt auf Ihre Meinung über diese Art der Studienbeschreibung und freuen uns auf Ihre Rückmeldung, sei es Lob, Kritik, Korrektur oder Ergänzungsbedarf. (Per Mail bitte an petra.hueskenhindi@med.uni-tuebingen.de).

Finanzierung Krebsberatungsstellen gesichert

2020 war ein erfolgreiches Jahr für die Finanzierung der Krebsberatungsstellen! In Zukunft werden die Krankenkassen zu 80% die Regelfinanzierung der ambulanten Krebsberatung übernehmen. Weitere

Universitätsklinikum Tübingen

Anstalt des öffentlichen Rechts, Sitz Tübingen
Steuer-Nr. 86156/09402
USt.-ID: DE 146 889 674
Geissweg 3
72076 Tübingen
Tel. +49 7071 29-0
www.medizin.uni-tuebingen.de

Aufsichtsrat

Ulrich Steinbach (Vorsitzender)

Vorstand

Prof. Dr. Michael Bamberg (Vorsitzender)
Gabriele Sonntag (Stellv. Vorsitzende)
Prof. Dr. Karl Ulrich Bartz-Schmidt
Prof. Dr. Bernd Pichler
Klaus Tischler

Banken

Baden-Württembergische Bank Stuttgart:
(BLZ 600 501 01) Konto-Nr. 7477 5037 93
IBAN: DE 41 6005 0101 7477 5037 93
BIC (SWIFT-Code): SOLADEST600
Kreissparkasse Tübingen:
(BLZ 641 500 20) Konto-Nr. 14 144
IBAN: DE 79 6415 0020 0000 0141 44
BIC (SWIFT-Code): SOLADES1TUB

15% sollen die Bundesländer übernehmen. Wir hoffen, dass auch Baden-Württemberg sich dazu verpflichten wird. Damit bekäme die Krebsberatungsstelle Tübingen nach *fünfzehn* Jahren ein gesetzlich abgesichertes finanzielles Fundament für ihre Arbeit. Ein großer Dank an dieser Stelle an die Deutsche Krebshilfe, die die Krebsberatungsstelle von Anfang an gefördert hat! Und Dank auch an die Landkreise Zollernalb und Freudenstadt, die unsere Sprechstunden in Balingen und Horb finanziell unterstützen.

CCC-Integrativ ist gestartet: Beratung zu Komplementärer Medizin und Pflege bei Krebs

Viele Krebsbetroffene wünschen sich eine stärkere Berücksichtigung naturheilkundlich-komplementärer Verfahren in Medizin und Pflege. Um Patientinnen und Patienten mit fundierter Beratung zu einer guten Entscheidung zu verhelfen, wurde das Projekt CCC-Integrativ etabliert. Unter der Leitung des Instituts für Allgemeinmedizin und Versorgungsforschung am Universitätsklinikum Tübingen nehmen die vier Onkologischen Spitzenzentren des Landes (Freiburg, Heidelberg, Tübingen, Ulm) teil.

Das Beratungsangebot ist im Februar in Tübingen gestartet. Mehr dazu im beiliegenden Flyer.

Mit Phantasie geht's weiter - Selbsthilfeaktivitäten in Zeiten von Corona

Auch wenn es holpert mit den Impfungen: Dass wir in weniger als einem Jahr mehrere wirksame Impfstoffe einsetzen können, ist schon auch ein kleines Wunder! Masken und Abstandhalten und die Sorge vor der Entwicklung der Mutationen bestimmen weiterhin unseren Alltag mit.

Was macht das mit den Selbsthilfegruppen und ihren Aktivitäten? Vor welchen Herausforderungen stehen Sie als Verantwortliche für eine Krebs selbsthilfegruppe? Wie findet Austausch statt? Wie kommt Ihr Beistand zu den Ratsuchenden? Das haben wir Sie Ende letzten Jahres gefragt.

Vielen Dank an alle, die sich zu Wort gemeldet haben! Hier weitere Berichte als Anregung, zum Mutmachen und für den Erfahrungsaustausch.

Anita Herbich, Leitung der Selbsthilfegruppe Krebs Kirchheim, Patientenbeirätin CCC Tübingen-Stuttgart

Corona erschwert unsere Selbsthilfearbeit spürbar. Klar, wir waren immer telefonisch erreichbar und im Gespräch, aber uns allen fehlt der persönliche Kontakt. Seit Februar nun treffen wir uns in einer Zoom-Videokonferenz zum Austausch. Geholfen hat mir ein Online-Seminar „Digitaler Austausch in der Selbsthilfe“, zu dem die AOK Neckar-Fils eingeladen hat. Das war sehr hilfreich und hat mich ermutigt, Gruppentreffen als Videokonferenz anzubieten.

Bei unserer Zoom-Konferenz machen wir die Erfahrung, dass auch Personen teilnehmen, die zu einem Treffen nicht kommen würden. Deswegen werden wir diesen digitalen Austausch weiterhin anbieten, auch wenn die Pandemie vorbei ist und wir uns wieder persönlich treffen können.

Christa Hasenbrink, Landesvorsitzende Frauenselbsthilfe Krebs, Landesverband Baden-Württemberg e.V. und Leiterin der Gruppe Meersburg, westl. Bodenseekreis

Viele unserer Gruppen haben die üblich stattfindenden Gruppenstunden umgestaltet und treffen sich jetzt unter dem Motto „Reden und bewegen.“ Sie bieten Erkrankten auf verschiedenen langen Strecken wöchentlich für eine Stunde die Möglichkeit zum Austausch im Freien an. Dieses Angebot wird sehr gerne angenommen. In der jetzt wieder stärkeren Einschränkung der Treffen laufen immer nur zwei der Betroffenen miteinander im erforderlichen Abstand. Auf dem Parkplatz tragen alle Masken und bleiben in großem Abstand. Auf Rituale wird verzichtet, es wird nur zum Abschied einander zugewinkt. Damit kommen wir gut klar und verlieren uns nicht.

Das „Onkocafe“ findet einmal monatlich virtuell (in unserer Gruppe Meersburg) statt. Wir bieten Frisch-erkrankten den Austausch mit Betroffenen zusammen mit Fachkräften aus der Onkologie per Zoom an.

Die Termine werden auf unserer Homepage und in der Lokalpresse veröffentlicht. Wer Interesse hat, muss sich bei der Gruppenleitung anmelden und bekommt dann den Link zugeschickt. Die fachliche Unterstützung erhalten wir von kooperierenden Krankenhäusern und den Psychoonkologen sowie Ernährungsfachleuten, die sich im Wechsel dafür die Zeit nehmen und zur Verfügung stellen. Dies haben wir im Januar erstmals erfolgreich bei uns ausprobiert. Ebenso hat sich die neu gegründete Palliativgruppe zum zweiten Mal online getroffen und mit psychoonkologischer Begleitung einen vertrauensvollen Austausch gefunden.

Vom Landesverband hatten wir am 22. Februar ja gerade unseren ersten FSH Campus online mit Vorträgen und Austausch für unsere Gruppen in Kooperation mit der Tübinger Universitäts-Frauenklinik mit Grußworten von Prof. Diethelm Wallwiener und Prof. Sara Brucker. Der rege Austausch zu den Fragen kam nach den Impulsreferaten von Prof. Markus Hahn, Dr. Volker Heinecke und Dr. Tobias Engler bei unseren Teilnehmern sehr gut an und die Rückmeldung war Mut machend für den nächsten Campus. Die gute Zusammenarbeit der Klinik mit der Selbsthilfe wurde mehrfach erwähnt und war durch die gesamte Veranstaltung spürbar. Mit diesem Format wollen wir Fortbildung, Zusammenarbeit mit den kooperierenden Zentren und virtuelle Treffen der Gruppenleiter ermöglichen, aber auch Frischerkrankten die Möglichkeit bieten sich mit zuzuschalten und Fragen zu stellen.

Es hat sich viel verändert, aber wir wollen nach vorne schauen und uns nicht „verlieren“, sondern andere Wege der Treffen und der Fortbildung anbieten und eine noch intensivere Vernetzung untereinander aufbauen.

Marlies Schlaier, Deutsche ILCO e.V., Region Ost-Württemberg, Gruppe Ulm-Vöhringen

In unserer Selbsthilfegruppe der ILCO sind sehr viele unserer Mitglieder über 70 Jahre alt. Wir haben uns daher entschlossen auf unsere Treffen zu verzichten. Nun wurden die Kontaktmassnahmen im Dezember noch mehr eingeschränkt. Wir werden telefonisch oder per mail unsere Kontakte weiter pflegen. Sobald die Treffen ohne Risiko wieder möglich sind, werden wir uns wieder persönlich treffen.

Termine

Am 20. März 2021 findet unser 24. Krebsinformationstag online statt. Die Einladungsflyer sind unterwegs. Mehr dazu unter <https://ccc.sectio.digital>.

Bleiben Sie gesund, wir freuen uns auf ein Wiedersehen – online und live!

Mit herzlichen Grüßen,

Ihre

Prof. Dr. med. Daniel Zips
Sprecher des CCC Tübingen-Stuttgart

Karin Müller
Stv. Geschäftsführerin

Anlagen

- Broschüre „Krebsstudien verständlich gemacht“
- Beratungsflyer CCC-Integrativ