



CCC-Integrativ: Für die Pflege berät hier Birgit Kröger die Krebspatientin, für das ärztliche Personal Jan Valentini. Es geht um komplementärmedizinische Behandlungsansätze, die Patienten selbstermächtigen und ihre Heilungschancen verbessern können.

Bilder: Britt Moulien/UKT

Sich selbst helfen bei Krebs

Krebstherapie Am Tübinger Uniklinikum werden Patienten bei einem Forschungsprojekt zu komplementärmedizinischen Ansätzen in Medizin und Pflege beraten. *Von Volker Rekitke*

Brustkrebs. Es war Mitte Januar, als Juliane Väth ihre Diagnose bekam. Nach dem ersten Schock, dem ersten Gedanken: „Jetzt musst du sterben“, war der 48-Jährigen recht bald klar: „Ich will selber etwas tun.“ Wenn es etwas gibt, das Juliane Väth allen Menschen mit einer Krebsdiagnose sehr ans Herz legen möchte, dann ist es dies: „Man kann sich selbst helfen.“ Und dabei kann einem geholfen werden.

Bei ihren Recherchen stieß sie am Tübinger Uniklinikum auf das Angebot von CCC-Integrativ: „Beratung zu Komplementärer Medizin und Pflege bei Krebserkrankungen“. Das Forschungsprojekt wird vom Institut für Allgemeinmedizin und Interprofessionelle Versorgung unter der Leitung von Prof. Stefanie Joos durchgeführt – beteiligt sind zudem die Comprehensive Cancer Center (CCC) in Freiburg, Heidelberg und Ulm. Es richtet sich an alle Krebspatientinnen und -patienten an den vier Klinika, die ihre Diagnose, auch bei Progress oder Rezidiv, innerhalb der vergangenen sechs Monate bekommen haben.

Dabei geht es zunächst darum, die Dinge zu sortieren, sagt Krankenpflegerin Elke Kaschdailewitsch – „da beginnt die Entspannung“. Bloß nicht in Panik verfallen „und wie wild im Internet surfen“, sagt Juliane Väth. Großer Fehler. Sortieren hingegen hilft, einen Überblick zu bekommen und dann in Ruhe die Dinge anzugehen, um die es geht, wenn man dem eigenen Körper und Geist Gutes tun will: Die Ernährung auf Vollwertiges umstellen, auf viel Gemüse und Obst. Und Fertigprodukte, zu viel rotes Fleisch, verarbeitete Wurstwaren, Zucker und Alkohol möglichst meiden. Besser selbst kochen: „Mit der Diagnose bin ich Ernährungsexpertin geworden“, sagt Juliane Väth – und eine passionier-

te Köchin. Es gibt „einen ganzen Blumenstrauß an Möglichkeiten“, positiv Einfluss auf den Krankheitsverlauf zu nehmen, das weiß sie jetzt. Dazu gehört auch regelmäßige Bewegung. Und Ruhephasen, Entspannung.

Ein Ziel von CCC-Integrativ ist, Patienten bei diesen Ansätzen zu beraten und konkrete Techniken zu vermitteln, die etwa bei Übelkeit helfen, bei Geschmacksverlust, Nervenstörungen (Polyneu-

„Für mich gibt es nur eine Medizin – die evidenzbasierte.“

Jan Valentini, Oberarzt und Studienleiter

ropathie) oder sonstige Belastungen, die bei Chemo- und Strahlentherapie auftreten können. Dazu gehören auch mentale wie Angst und Stress. Und so lernte Juliane Väth, sich selbst Leberwickel anzulegen. Und Selbst-Akupressur an speziellen Stellen des Handgelenks durchzuführen – gut gegen Nervosität und Stress vor OP und Chemo. Nicht zu vergessen die Atem- und Entspannungsübungen. Oder die derzeitige Kost von reichlich Heidelbeeren und Rote Bete, beide enthalten Antioxidantien und viele Vitamine – Stoffe, die bei der Blutbildung benötigt werden.

Komplementäre, also ergänzende Medizin – das Wort mag Oberarzt Jan Valentini eigentlich nicht so gerne. Komplementärmedizin wurde gerade an Uniklinika lange Zeit eher stiefmütterlich behandelt. Im Gegensatz zur Schulmedizin samt ihren Apparaten, Methoden und Medikamenten. Den ärztlichen Studienleiter von CCC-Integrativ stört dieser Gegensatz: „Für mich gibt es nur eine Medizin – die evidenzbasierte.“ Zu der gehören Chemothera-

pie und Bestrahlung genauso wie neue immunologische Verfahren – aber eben auch Akupunktur, Ernährung, Bewegung oder Entspannungstechniken, deren positive Wirkung wissenschaftlich längst erwiesen ist.

Projektleiterin Stefanie Joos ist zuversichtlich, dass die noch gut ein Jahr laufende Studie an den vier Uniklinika im Südwesten für komplementärmedizinische Medizin und Pflege „die Eintrittskarte in die Hochschulmedizin“ ist. Und dass das bisherige Forschungsprojekt danach als Regelangebot für alle Krebspatientinnen und -patienten verstetigt wird. Gespräche mit Krankenkassen laufen bereits. Eine Rolle bei der künftigen Finanzierung könnte durchaus spielen, dass die Stärkung der Selbstwirksamkeit das von der Solidargemeinschaft getragene Gesundheitssystem unterm Strich womöglich weniger kostet, als mancher konventionelle Behandlungsansatz. Auch das wird im Projekt untersucht.

Juliane Väth möchte nicht falsch verstanden werden: Esoterik ist ihre Sache nicht. Und homöopathische Tinkturen könnten auch keine Chemotherapie ersetzen. Die Schulmedizin habe durchaus große Qualitäten. Sie

weiß das selbst am besten: Sie kam am UKT in eine Studie mit neuartigen Immuntherapeutika. „Eine tolle Chance.“ Nach vier Infusionen war der Tumor nur noch halb so groß. Im Mai war ihre OP, derzeit ist sie in Chemotherapie, es folgt noch eine Bestrahlung. Die Prognosen sind gut.

„Wir können nicht alle Angebote selbst durchführen“, sagt Krankenpflegerin Kaschdailewitsch, die ihre langjährige pflegerische Expertise im Projekt einbringt. Vieles findet anderswo statt, etwa bei der Trainingstherapie für Patienten mit Krebserkrankungen in der Sportmedizin. Oder bei Anbietern von Yoga-, Tai Chi- oder MBSR-Kursen (Stressbewältigung durch Achtsamkeit). Bei CCC-Integrativ wird dabei stets versucht, die individuellen Bedürfnisse und den jeweiligen Hintergrund der Patienten in den Fokus zu rücken. Bei Juliane Väth sorgte ihr Vater, ein pensionierter Allgemeinmediziner mit anthroposophischem Hintergrund, für eine grundsätzliche Offenheit, sich auch mit komplementärmedizinischen Ansätzen zu beschäftigen.

„Medicus curat, natura sanat“: „Der Arzt behandelt, die Natur heilt“ – mit diesem Satz kann Juliane Väth mittlerweile viel anfangen.

Patienteninformationstag von CCC-Integrativ

Einen Patienteninformationstag zu „Komplementärer Medizin und Pflege bei Krebserkrankungen“ veranstaltet CCC-Integrativ am Mittwoch, 27. Oktober, von 16.30 bis 18.30 Uhr. Dabei wird zunächst das Projekt „CCC-Integrativ“ vorgestellt. Danach geht

es darum: Was tun bei Beschwerden im Zuge von Chemotherapie oder Bestrahlung, wie Übelkeit und Polyneuropathie (durch Nervenstörungen verursachte Missempfindungen, Sensibilitätsstörungen und Schmerzen). Zudem wird über die Bedeutung von Ernährung,

Entspannung und Achtsamkeitsbasierter Bewegung informiert. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Teilnehmen kann man über den **Zugangslink**: <https://zoom.us/j/92891352680> (Kenncode: 12345). Weitere Infos unter: www.ccc-integrativ.de