



Tumorzentrum Rheinland-Pfalz e.V. Jahresbericht 2020

Inhalt

Grußwort	2
1. Allgemeiner Rückblick 2020	3
2. Das Tumorzentrum Rheinland-Pfalz 2020: Herausforderungen meistern.....	3
2.1 Erstes Quartal	3
2.1.1 Aktivitäten der Beratungsstelle.....	3
2.2 Zweites Quartal	4
2.2.1 Aktivitäten der Beratungsstelle.....	4
2.3 Drittes Quartal.....	5
2.3.1 Aktivitäten der Beratungsstelle.....	5
2.4 Viertes Quartal	5
2.4.1 Aktivitäten der Beratungsstelle.....	5
3. Das Tumorzentrum Rheinland-Pfalz in Zahlen 2020	5
3.1 Persönliche Beratung von Tumorkranken.....	6
3.2 Telefonische und schriftliche Beratung von Tumorkranken	7
3.3 Außenberatungsstellen	7
4. Patientenkurse	7
5. Weiter- und Fortbildungen.....	7
6. Öffentlichkeitsarbeit.....	8
6.1 Newsletter	8
7. In eigener Sache	9
8. Ausblick 2021.....	9
9. Anhang – Zahlen im Bild.....	10

Grußwort

Der Jahresbericht 2020 unterscheidet sich in einigen Punkten von den Jahresberichten der letzten Jahre. Geben unsere Jahresberichte sonst einen umfassenden Einblick in unsere vielfältigen Aktivitäten und informieren unsere Mitglieder und Förderer über unser breites Beratungsangebot, legen wir diesmal quartalsmäßig Rechenschaft über unsere Arbeit ab. Die Zahlen, Daten und Fakten belegen, wie stark die COVID-19 Pandemie unseren psychoonkologischen Beratungsalltag beeinflusst hat, der von Grund auf umstrukturiert werden musste.

Wie alle ambulanten Krebsberatungsstellen blickt auch das Tumorzentrum Rheinland-Pfalz e.V. auf ein sehr schwieriges Jahr 2020 zurück. Wie bereits im Ausblick des letzten Jahresberichtes prognostiziert, überrollte die Infektionskrankheit die ganze Welt und hat bis heute unser aller Leben maßgeblich beeinflusst und verändert. Und was sich schon nach wenigen Wochen abzeichnete, hat sich inzwischen vielfach bestätigt: Die Pandemie stellt eine große Belastung für unser Gesundheitssystem und die ganze Gesellschaft dar. Die einschneidenden Maßnahmen zum Bekämpfen des Coronavirus hinterlassen Spuren bei den Menschen; der gesamtgesellschaftliche Zusammenhalt wird auf die Probe gestellt. Daran ändern auch die Impfstoffe zunächst nichts, die seit Ende 2020 zum Einsatz kommen.

Die Folgen der Pandemie treffen Krebskranke und ihre Angehörigen in ganz besonderer Weise. Wie wir bereits im letzten Jahr vermutet haben, ist ihr Beratungsbedarf nicht zurückgegangen. Wir konnten feststellen, dass an Krebs erkrankte Menschen jetzt erst recht einen erhöhten Redebedarf haben, um die vielfältigen Fragestellungen rund um die Erkrankung anzusprechen. Die Mitarbeiter der Krebsberatungsstelle sorgten dafür, dass sie auch während der Pandemie die Hilfe bekamen, die sie in ihrer schwierigen persönlichen Lebenssituation brauchten. Krebskranken Menschen und ihren Angehörigen zu helfen: Dieser Aufgabe stellen wir uns auch in Zeiten von Corona mit ganzer Kraft.

Unser Beratungsangebot wäre nicht möglich, ohne unsere engagierten haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter, unsere Förderer – die Gesetzliche Krankenversicherung, die Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz und das Land Rheinland-Pfalz – sowie alle Freunde, von deren finanzieller und ideeller Unterstützung die Arbeit des Tumorzentrums Rheinland-Pfalz trotz aller Widrigkeiten auch im vergangenen Jahr getragen wurde. Wir danken allen, die durch ihr persönliches Engagement seit vielen Jahren zum Gelingen der Arbeit beitragen.

Michaela Heider-Peschel und Roland Buhl

Leiterin der Geschäftsstelle und Vorsitzender des Tumorzentrums Rheinland-Pfalz

1. Allgemeiner Rückblick 2020

Krebs macht vor Corona nicht halt. Auch im letzten Jahr wurden in Deutschland wieder rund 510.000 Krebsdiagnosen gestellt. Die Versorgung von Menschen mit onkologischen Erkrankungen war zwar in der Pandemie sichergestellt, trotzdem kam es vereinzelt zu Engpässen. Aus Sorge vor Ansteckung mieden wiederum Patienten den Weg zum Arzt. Einer der wenigen Lichtblicke waren 2020 die in Rekordzeit entwickelten Impfstoffe. Die Unsicherheit für Krebspatienten und ihre Angehörigen blieb dagegen zunächst bestehen, da es noch keine verlässlichen Daten gibt, ob in der akuten Phase der Behandlung der Erkrankung eine Impfung angestrebt werden soll oder nicht. Inzwischen sprechen sich Therapieempfehlungen dafür aus.

Die Verunsicherung der an Krebs erkrankten Menschen ist also groß. Das spüren mehr denn je die Beratungskräfte des Tumorzentrums Rheinland-Pfalz e.V., die vom ersten Tag an flexibel und umsichtig auf die Auswirkungen der Pandemie reagierten. In der rheinhessischen Krebsberatungsstelle wurden Präsenzberatungen zunächst eingestellt, Telefon- und Videoberatungen ersetzen persönliche Kontakte. Investitionen in Software und erweiterte Telekommunikationslösungen ermöglichten, das Beratungsangebot umgehend auf virtuelle Lösungen umzustellen, um weiter Soforthilfe in der Not zu leisten. Selbst der beliebte Yoga-Kurs fand dank des Engagements aller Beteiligten innerhalb kürzester Zeit online statt.

Da die Nachfrage nach persönlichen Beratungen nach wie vor ungebrochen ist, fanden mit geringen Unterbrechungen bei Bedarf wieder persönliche Termine statt – unter Einhalten aller Hygieneregeln. Auch in diesen Zeiten der physischen und psychischen Herausforderungen standen und stehen die erfahrenen Mitarbeiter Menschen mit Krebs und ihren Angehörigen verlässlich mit Rat und Tat zur Seite.

2. Das Tumorzentrum Rheinland-Pfalz 2020: Herausforderungen meistern

2.1 Erstes Quartal

Die Aktivitäten des ersten Quartals 2020 schlossen nahtlos an das Ende des Jahres 2019 an. Bis zum Lockdown am 22. März 2020 fanden sowohl persönliche Beratungen als auch Kurse (Gelassenheit, Yoga und Wandern) in gewohnter Form in den jeweiligen Räumlichkeiten der drei Beratungskräfte bzw. im großen Konferenzraum des Tumorzentrums statt. Die detaillierten Zahlen sind in der Statistik ‚Übersicht Beratungszahlen‘ niedergelegt. Sie ist die Grundlage dafür, um auf einen Blick die unmittelbaren Auswirkungen der Corona-Pandemie auf das Beratungsangebot bzw. die Beratungszahlen im vergangenen Jahr zu erkennen.

2.1.1 Aktivitäten der Beratungsstelle

Seit Ende Januar 2020 veränderte sich die Pandemielage in Deutschland rasant. Erste Infektionen wurden verzeichnet, die sich schnell ausbreiteten. Die Beratungen der erkrankten Menschen fanden bis dahin immer noch in gewohnter Form statt und wurden durch eine Reihe von Aktivitäten ergänzt, die nahe Zukunft der Krebsberatungsstelle betreffend.

Anfang Januar 2020 wurde der Förderverein ‚Krebs – Wir helfen e.V.‘ gegründet. Seine Aufgabe ist es, Spenden zu akquirieren, um die geplante Fusion der beiden Institutionen Tumorzentrum Rheinland-Pfalz e.V. und Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. wie geplant voranzubringen. In diesem Zusammenhang konnten der erste Vorsitzende des Vereins, Prof. Dr. Roland Buhl, und die Leiterin der Geschäftsstelle, Michaela Heider-Peschel, sowohl bei einem Termin beim Oberbürgermeister der Stadt Mainz, Michael Ebling, als auch bei der Landrätin des Kreises Mainz-Bingen, Dorothea Schäfer, die vielfältigen Aufgaben des Tumorzentrums vorstellen und um

Unterstützung für den neu gegründeten Verein werben. Beide Politiker sagten Hilfe im Rahmen ihrer Möglichkeiten zu.

Bis zum Lockdown Ende März fanden auch die Außenberatungen in Ingelheim, Bingen, Alzey und Worms in gewohnter Form statt. Mit Ausnahme einiger Termine im Sommer in Worms konnten sie dann für den Rest des Jahres nicht mehr aufgenommen werden. Gründe waren u. a. die hohen Inzidenzzahlen in Mainz, die den Bewegungsspielraum einschränkten. Die notwendigen Räumlichkeiten wurden für Besucher aus Infektionsschutzgründen gesperrt.

Ab dem 22. März wurde die ambulante Krebsberatungsstelle für den Publikumsverkehr geschlossen. Neue Wege der Beratung hatten die drei Beratungskräfte schon im Vorfeld des zu erwartenden Lockdowns erarbeitet, so dass die Aktivitäten unter Federführung der umsichtigen Assistentin, Christine Cleffmann, nahtlos an diese ungewohnte Situation angepasst werden konnten. Es wurden Telefonarife umgestellt, Software für Videokonferenzen (MS Teams, Zoom, Redmedical) getestet und technisches Equipment für Video- und Telefonkonferenzen installiert. Darüber hinaus konnten die Mitarbeiter entscheiden, ihre Beratungstätigkeit ins Homeoffice zu verlegen.

Im ersten Quartal 2020 arbeitete sich Anja Bayer, die auf eine langjährige Erfahrung als systemische Paar- und Familientherapeutin zurückblickt und das Psychoonkologenteam seit Ende 2019 ergänzt, mit Hilfe der versierten Kollegin, Dorothee Remenyi, in die komplexe Beratungstätigkeit weiter ein. Übers Jahr gesehen konnten mit ihrer Hilfe verstärkt Paarberatungen angeboten werden.

Michael Specht, der erfahrene Leiter der Beratungsstelle, hat es sich vom ersten Tag der Kontaktsperre an zur Aufgabe gemacht, prophylaktisch mit erkrankten Alleinstehenden das Gespräch zu suchen, um eventuellen Krisen vorzubeugen. Das Angebot wird bis heute aufrechterhalten und gerne wahrgenommen.

2.2 Zweites Quartal

Nach acht Wochen Zwangspause des öffentlichen Lebens normalisierte sich ab Anfang Mai der Alltag wieder ein wenig. Das hatte auch Auswirkungen auf die ambulante Krebsberatung. Es konnten auf freiwilliger Basis der drei Psychoonkologen wieder Beratungen vor Ort durchgeführt werden – zur großen Erleichterung vieler Betroffenen.

2.2.1 Aktivitäten der Beratungsstelle

Zunächst wurde die Entscheidung getroffen, alle Präsenzberatungen vom ersten Vorsitzenden des Vereins, Prof. Dr. Roland Buhl, genehmigen zu lassen. Der Beratungsalltag hatte sich trotzdem fundamental geändert. Es konnte nur noch jeweils eine persönliche Beratung gleichzeitig vor Ort stattfinden - im großen Konferenzraum und nicht mehr in den einzelnen Beratungsräumen. Ein ausgeklügeltes Hygienekonzept stellte einen bestmöglichen Schutz aller Beteiligten sicher. Die Anzahl der Vororttermine war allerdings begrenzt. In den jeweiligen Außenstellen konnten keine Sprechstunden mehr wahrgenommen werden.

Obwohl die Zahl der mit dem Corona-Virus Infizierten in der warmen Jahreszeit wie prognostiziert stetig sank, war die Unsicherheit der an Krebs erkrankten Menschen spürbar. Das war im Frühsommer Anlass, ein Interview mit Prof. Buhl zu führen, welche Vorkehrungen jeder einzelne Patient mit geschwächtem Immunsystem treffen kann, um möglichst eine Infektion mit dem Virus zu vermeiden. Im Gespräch – aufgrund der Aktualität noch heute auf der Homepage nachzulesen -, warnte der Pneumologe davor, notwendige Krebsbehandlungen auszusetzen oder zu verzögern. Außerdem verdeutlichte er die Wichtigkeit von Impfungen gegen Grippe und Pneumokokken und sprach über Sinn und Unsinn von Nahrungsergänzungsmitteln.

Um trotz aller Vorkehrungen die persönlichen Kontakte auszubauen, führten die Psychoonkologen „Redmedical“ ein, ein Tool zur Online-Sprechstunde. Die Resonanz der Klienten war allerdings zu diesem Zeitpunkt noch verhalten. Speziell die älteren Jahrgänge zogen und ziehen das persönliche Gespräch vor. Gegen Ende des Jahres 2020 nahm das Thema Videosprechstunde dann allerdings Fahrt auf.

2.3 Drittes Quartal

Das dritte Quartal 2020 war geprägt von einer Reihe von Ereignissen. Der Außendienst in Worms konnte weitergeführt werden. Mitte August wurde der GKV-Antrag des Tumorzentrums zur finanziellen Förderung der ambulanten Krebsberatungsstelle eingereicht. Im September erkrankte der Leiter der Beratungsstelle schwer und fiel bis Ende des Jahres 2020 aus.

2.3.1 Aktivitäten der Beratungsstelle

Obwohl die Corona-Zahlen weiterhin rückläufig waren, fanden Beratungsgespräche im Einklang mit den in Rheinland-Pfalz gültigen Empfehlungen nach wie vor ausschließlich im großen Konferenzraum in Mainz statt. Im Gegensatz zu unseren Außenstellen in Bingen, Ingelheim und Alzey, wo keine sicheren Räumlichkeiten zur Verfügung gestellt werden konnten, sie anderweitig gebraucht wurden oder ein generelles Besuchsverbot herrschte, waren die betroffenen Ratsuchenden in Worms und Umgebung froh, dass sie nicht den Weg nach Mainz antreten mussten, sondern wohnortnah ihre persönlichen Anliegen mit der zuständigen Psychoonkologin besprechen konnten.

Im dritten Quartal fand erstmals der beliebte Yoga-Kurs online statt. Die technische Aufrüstung mit entsprechendem Equipment und der Einsatz der Mitarbeiter der Beratungsstelle und der Yoga-Lehrerin machten es möglich.

2.4 Viertes Quartal

Anfang des vierten Quartals 2020 konnte die Bewilligung der GKV-Förderung verbucht werden. Sie ist eine Voraussetzung dafür, dass der geplante Zusammenschluss der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz mit dem Tumorzentrum Rheinland-Pfalz spätestens ab dem Jahr 2023 erfolgen kann. Synergien werden schon heute genutzt. Beide Beratungsstellen werden beispielsweise ab Anfang 2021 mit der Dokumentationssoftware Freinet arbeiten. Außerdem konnte eine weitere Kooperation verbucht werden. VivaQ, ein medizinisches Versorgungszentrum für die medikamentöse Tumortherapie der Frau, und das Tumorzentrum Rheinland-Pfalz e.V. verpflichteten sich, eng zusammenzuarbeiten.

2.4.1 Aktivitäten der Beratungsstelle

Wie zu befürchten war, stiegen die Infektionszahlen im vierten Quartal wieder stark an. Dies hatte zur Folge, dass bereits ab Ende Oktober die Außensprechstunde in Worms nicht mehr bedient werden konnte und vor Ort in Mainz die ambulanten persönlichen Krebsberatungen erst reduziert und im Dezember schließlich ganz eingestellt wurden. Erfreulich ist in diesem Zusammenhang, dass erstmals in den letzten Wochen des Jahres verstärkt Videosprechstunden in Anspruch genommen wurden.

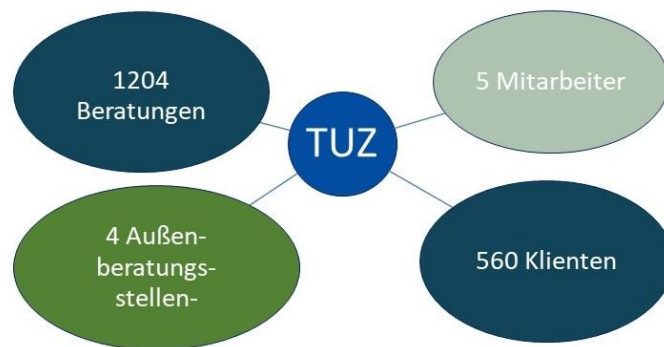
3. Das Tumorzentrum Rheinland-Pfalz in Zahlen 2020

Das Tumorzentrum Rheinland-Pfalz bietet eine ambulante, unentgeltliche psychoonkologische und psychosoziale Beratung von Tumorpatienten für die Stadt Mainz und Rheinhessen an. Die anderen Regionen des Landes werden durch die Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz betreut. Neben Menschen, die an Krebs erkrankt sind, und ihren Angehörigen können auch niedergelassene Ärzte, Sozialarbeiter, Psychologen oder Selbsthilfegruppen das Angebot in Anspruch nehmen.

Das psychoonkologische und psychosoziale Beratungsangebot beinhaltet zum einen Informationen und Hilfestellung zur Klärung sozialrechtlicher Ansprüche und bei Problemen der Rehabilitation.

Zum anderen wird geholfen, mit psychischen Belastungen, Ängsten vor Folgen der Tumorerkrankung und mit deren Behandlung umzugehen. Die psychoonkologische Begleitung und Unterstützung erfolgt vorwiegend im klientenzentrierten Gespräch oder als Paar- oder Familienberatung. Wir nutzen eine Vielfalt unterstützender Methoden, vorrangig systemisch- und gestalttherapeutische Methoden. In unseren Gruppenangeboten arbeiten wir meistens themenzentriert.

Die Zahlen auf einen Blick



3.1 Persönliche Beratung von Tumorkranken

Die Nachfrage nach psychoonkologischen und psychosozialen Beratungsangeboten für Krebspatientinnen und Krebspatienten sowie ihre Angehörigen hat in den letzten Jahren kontinuierlich zugenommen. Ob ein telefonisches oder ein persönliches Gespräch, eine schriftliche Anfrage: die Zahlen der dokumentierten Beratungsfälle sind sehr zufriedenstellend. Lagen sie im Jahr 2010 noch bei 433 Klienten, sind sie im Jahr 2020 auf 560 (**2019**: 629, **2018**: 668, **2017**: 601) gestiegen – unter Einschluss von Familienangehörigen und Beratungen in Außenstellen.

Rat suchten 409 (72,86 %) Frauen und 151 Männer (26,79 %). Das Verhältnis der Frauen zu Männern, die unsere Beratung suchen, bleibt im Vergleich zu den letzten Jahren nahezu unverändert. Der Rückgang an Beratungskontakten ist dem personellen Umbruch, der Erkrankung des Beratungsstellenleiters sowie vor allem der Pandemie geschuldet.

Die Gesamtzahl der Beratungskontakte beläuft sich insgesamt auf gut 1 204. Erstmals werden in diesem Zusammenhang ausschließlich die Beratungszeiten über 20 Minuten erfasst. Alle kürzeren Gespräche oder Aktionen gehen in diese Zahl nicht ein.

Bei der Aufschlüsselung der Beratungskontakte in die unterschiedlichen Kontaktarten ergibt sich folgende Verteilung:

Persönliche Beratungskontakte	22,75 %
Telefonische Beratungskontakte	44,35 %
Schriftliche Interventionen	31,76 %

Unter die Rubrik „schriftliche Interventionen“ fallen auch die Mailkontakte. Die Zahlen belegen den Trend zur Kommunikation per Mail.

Bei der überwiegenden Mehrzahl der Kontakte - 92,45 % - handelt es sich um Einzelkontakte. Als Paar kamen 5,95 % der Ratsuchenden. Bei lediglich 1,6 % suchten drei und mehr Personen das Gespräch.

3.2 Telefonische und schriftliche Beratung von Tumorkranken

Hat in den letzten Jahren bei den telefonisch um Rat Suchenden beispielsweise die große Entfernung einen persönlichen Kontakt unmöglich gemacht, mussten die Präsenzberatungen im Jahr 2020 pandemiebedingt deutlich reduziert werden. Die Mitarbeiter der Krebsberatungsstelle haben mehr Gespräche als sonst üblich telefonisch abgewickelt und psychoonkologische und psychosoziale Hilfestellung geleistet.

Es besteht weiterhin die Möglichkeit, per Mail oder über die Homepage des Tumorzentrums Kontakt zur Beratungsstelle oder direkt zu den Beratern aufzunehmen. Gegen Ende des Jahres 2020 wurden vor allem von jüngeren Betroffenen auch Video-Beratungen in Anspruch genommen. Ob sich das fortsetzen wird, wird sich zeigen. Das Angebot kann problemlos entsprechend ausgebaut werden.

3.3 Außenberatungsstellen

Die Außensprechstunden in Worms, Alzey, Bingen und Ingelheim haben im Jahr 2020 nur im ersten Quartal regelmäßig stattfinden können. Aus diesem Grund verzichteten wir darauf, die Zahlen darzustellen. Im Rahmen einer Kooperation findet dagegen alle zwei Wochen eine Beratung in einer hämatologisch/onkologischen Praxis in Mainz statt. Dieses niedrigschwellige Angebot ermöglicht durch die erfolgreiche Zusammenarbeit zwischen den behandelnden Ärzten und der psychosozialen Beratungsstelle eine sehr gute psychoonkologische Basisversorgung. Dieses Angebot konnte das ganze Jahr über mit insgesamt 69 Beratungen aufrechterhalten werden.

Darüber hinaus ist das Tumorzentrum Rheinland-Pfalz in die ambulante psychoonkologische Versorgung der Patienten des Universitären Centrums für Tumorerkrankungen Mainz (UCT Mainz; <https://www.unimedizin-mainz.de/uct/das-uct-mainz/willkommen.html>) eingebunden.

4. Patientenkurse

Unser Kursangebot wurde in den letzten Jahren ständig an die Bedürfnisse unserer Klienten angepasst. Normalerweise finden neben einmaligen Veranstaltungen wie beispielsweise zur Schlafförderung regelmäßig folgende Kurse statt: Yoga, Wandern, QiGong, Angehörigengruppe, Gelassenheit, Singen und Bogenschießen. 2020 konnten lediglich im ersten Quartal der Yoga- und Gelassenheitskurs vor Ort in den Räumlichkeiten des Tumorzentrums besucht werden; einmal traf sich die Wandergruppe. Ab Ende März fielen alle weiteren Angebote pandemiebedingt aus.

In der zweiten Jahreshälfte startete Yoga als Online-Kurs. In der Regel klappte die Übertragung vom großen Konferenzraum in Mainz in die heimischen Wohnzimmer zu den Teilnehmerinnen sehr gut. Yoga-Lehrerin und Teilnehmerinnen waren von der virtuellen Lösung so angetan, dass Folgekurse stattfinden konnten und können.

5. Weiter- und Fortbildungen

Die physischen und psychischen Belastungen der Beratungskräfte waren im vergangenen Jahr durch die Pandemie besonders hoch. Es ging nicht nur darum, sich mit den einzelnen Krankheitsschicksalen auseinanderzusetzen, sondern die Folgen der Pandemie im Patienten- als auch im eigenen Umfeld zu bewältigen. Nur ein Berater, der um seine fachlichen Kompetenzen, menschlichen Fähigkeiten, eigenen Stärken und Grenzen weiß, kann helfen. Aus diesem Grund wurde im letzten Jahr sowohl auf den stetigen kollegialen Austausch im Beratungsalltags als auch auf die regelmäßige Unterstützung durch Supervisionen geachtet.

Auch im Jahr 2020 haben die Mitarbeiterinnen des Tumorzentrums Rheinland-Pfalz e.V. ihre notwendigen beruflichen Weiterentwicklungen verfolgt. Anja Bayer begann zum einen ihre verpflichtende Weiterbildung Psychosoziale Onkologie (WPO). Zum anderen absolvierte sie im

Oktober einen zweitägigen Kurs zum Thema Sozialrecht. Dorothee Remenyi hat im letzten Jahr berufsbegleitend ihre Fortbildung zur systemischen Beraterin gestartet.

Beide psychoonkologischen Beraterinnen haben darüber hinaus regelmäßig am Qualitätszirkel Begleitende Dienste sowie an den Treffen der Selbsthilfegruppen jeweils am UCT der Unimedizin Mainz teilgenommen.

6. Öffentlichkeitsarbeit

6.1 Newsletter

Wer von den Ratsuchenden sein Einverständnis gegeben hat, bekommt in regelmäßigen Abständen einen Newsletter. Er zeigt Details aus der täglichen Arbeit des Tumorzentrums auf und berichtet über aktuelle Fragestellungen. 2020 natürlich auch über das dominierende Thema Corona. Stellvertretend dafür steht das Interview mit Prof. Dr. Roland Buhl, das untenstehend in gekürzter Form wiedergegeben wird. Der Pneumologe der Unimedizin ist seit 1997 Vorsitzender des Vorstandes des Tumorzentrums Rheinland-Pfalz e.V..

„Keine notwendige Behandlung aufschieben“

Worauf Krebspatienten während der Pandemie achten sollten

Was kann ich als Krebspatient unternehmen, um mein Immunsystem zu schützen?

Es gilt, vier Dinge zu beherzigen, die relativ einfach zu bewerkstelligen sind. Besonders wichtig ist es, sich ausgewogen und nährstoffreich zu ernähren und dabei auf natürliche Vitaminquellen zu setzen. Krebsdiäten sind einfach nur schädlich. Körperliche Bewegung unterhalb der Atemnotschwelle wirkt sich außerdem günstig auf den Krankheitsverlauf aus, wie unzählige Untersuchungen beweisen. Ausreichender Schlaf stärkt das Immunsystem. Und wesentlich ist, dass die vom Arzt verschriebenen Medikamente regelmäßig eingenommen werden. Auf Nahrungsergänzungsmittel oder pflanzliche Präparate, die im Internet angepriesen werden, kann komplett verzichtet werden – von echten Mangelzuständen einmal abgesehen. Sie führen schlimmstenfalls zu Wechselwirkungen und gefährden dadurch den Erfolg der Behandlung.

Soll sich ein Krebspatient gegen Grippe oder Pneumokokken impfen lassen?

Ich bin Lungenarzt und sehe jedes Jahr, dass Menschen in Deutschland an einer Grippe sterben. Das könnte man nahezu zu 100 Prozent durch eine Grippeimpfung vermeiden, wenn die Menschen einmal im Jahr geimpft würden. Ich selbst lasse mich seit über 30 Jahren impfen und kann mich an keine Atemwegsinfektion in den letzten Jahren oder an irgendwelche Nebenwirkungen erinnern. Hier gibt es einfach zu viele Falschmeldungen, die immer wieder kursieren. Fakt ist: Eine Grippeimpfung rettet Leben. Das gilt auch für eine Impfung gegen Pneumokokken. Pneumokokken sind besonders aggressive Erreger, die zu schweren Lungenentzündungen führen. Und wenn zu einer Virusinfektion noch eine Infektion mit Bakterien dazu kommt, steigt die Gefahr eines besonders schlimmen Verlaufs einer Covid-19 Erkrankung. Gängige Lehrmeinung ist, dass sich vor allem Menschen ab 60 Jahren gegen Pneumokokken impfen lassen sollen; außerdem Risikogruppen, die beispielsweise an Diabetes oder einer COPD (Raucherlunge) leiden oder aufgrund einer akuten Behandlung ein geschwächtes Immunsystem haben.

Viele Menschen vermeiden zurzeit aus den unterschiedlichsten Gründen einen Besuch beim Arzt. Was raten Sie einem Patienten mit einer Tumorerkrankung, der Angst vor einer Covid-19 Infektion hat?

Obwohl Krebspatienten zur Risikogruppe zählen, sollte eine notwendige Strahlen- oder Chemotherapie möglichst nicht aufgeschoben oder unterbrochen werden. Bitte keine Medikamente

ohne Rücksprache mit dem Arzt einfach absetzen. Die Gefahr, eine Heilung zu gefährden, ist einfach zu groß. Sie sind an der Unimedizin in den besten Händen und werden – ebenso wie Menschen mit einer akuten Erkrankung - weiterhin auch kurzfristig behandelt. Bei den vielen Fragen rund um die Erkrankung können die Betroffenen Kontakt mit den erfahrenen Mitarbeitern des Tumorzentrums Rheinland-Pfalz aufnehmen. Sie beraten seit Jahrzehnten Menschen, die an Krebs erkrankt sind.

7. In eigener Sache

An dieser Stelle möchten wir einmal unseren Dank an unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter aussprechen. Er gilt zum einen Prof. Dr. Roland Buhl, der seit über 20 Jahren erster Vorsitzender des Vorstandes des Tumorzentrums Rheinland-Pfalz e.V. ist, sowie der zweiten Vorsitzenden, Prof. Dr. Maria Blettner, die uns ebenfalls seit vielen Jahren begleitet. Beide bringen ihre Erfahrung und Expertise in unsere Alltagsarbeit ein und stehen uns jederzeit mit Rat und Tat zur Seite. Das gilt auch für die beiden Beisitzer im Vorstand, Prof. Dr. Susanne Singer und Jutta Bartmann, die sich jederzeit für die Belange des Tumorzentrums einsetzen. Auch bei unserer seit vielen Jahren ehrenamtlich tätigen Ernährungsberaterin, Christa Diederich, sowie den beiden Rechnungsprüfern, Dr. Heinold Gamm und Dr. Gerhard Zeile, möchten wir uns bedanken. Es ist uns bewusst, dass es keine Selbstverständlichkeit ist, sich über viele Jahre und Jahrzehnte hinweg für eine gute Sache zu engagieren.

8. Ausblick 2021

Das Tumorzentrum Rheinland-Pfalz e.V. blickt auf ein anstrengendes Jahr 2020 zurück. Auf der einen Seite musste sich das Team aufgrund der personellen Veränderungen neu strukturieren, auf der anderen Seite haben die Auswirkungen der Pandemie den Beratungsalltag erheblich beeinflusst. Beide Umstände haben die Mitarbeiter der Beratungsstelle bestens gemeistert und blicken mit Zuversicht auf die kommenden Herausforderungen.

Eines hat die Pandemie deutlich gemacht: Die Nachfrage nach Präsenzberatungen ist ungebrochen. Viele direkt oder indirekt von Krebserkrankung Betroffene suchen trotz der erschwerten Bedingungen den persönlichen Kontakt. Es bleibt in diesem Zusammenhang abzuwarten, wie sich der Stellenwert der Online-Beratungen in diesem sehr persönlichen Themenumfeld in den nächsten Jahren entwickeln wird.

Ein weiteres großes Thema der Beratungsstelle ist die Fusion mit der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz. Hier sind die Weichen weiter gestellt worden. Mit dem Auslaufen der institutionellen Förderung Ende 2022 wird der Zusammenschluss voraussichtlich zum 1. Januar 2023 erfolgen. Entsprechende Verträge werden zurzeit ausgearbeitet. Es bleibt zu hoffen, dass sich bis dahin die Pandemielage entspannt und auch der Förderverein ‚Krebs – Wir helfen e.V.‘ seine Arbeit aufgenommen hat, um die notwendigen Fördergelder zu akquirieren.

Trotz der Unwägbarkeiten aufgrund der Pandemie und ihren Auswirkungen auf alle Bereiche des öffentlichen und privaten Lebens stellen wir uns den täglichen Herausforderungen bei der psychoonkologischen Beratung. Erst recht in Zeiten von SARS-CoV-2 und COVID-19 geben wir Hoffnung, machen Mut und spenden Trost, um den Menschen, die an Krebs erkrankt sind, und ihren Angehörigen die Unterstützung zu geben, die sie in dieser existentiellen Krise brauchen.

Prof. Dr. Roland Buhl

1. Vorsitzender

Prof. Dr. Maria Blettner

2. Vorsitzende

Michaela Heider-Peschel

Leiterin der Geschäftsstelle

9. Anhang – Zahlen im Bild

