



Berg und Tal e.V. – Newsletter

Informationen – Berichte – Termine rund um die KMT und den Gesprächskreis

Ausgabe 2/2006

August 2006

Das Motto: sich wohler fühlen durch gutes Aussehen



Kosmetikseminar für Krebspatientinnen

Bundesweit organisiert DKMS LIFE jährlich in mehr als 150 Städten über 700 Kosmetikseminare für Krebspatientinnen in Therapie. Die Seminare finden in Zusammenarbeit mit Krankenhäusern, Krebsberatungsstellen und sozial engagierten Einrichtungen statt.

Geschulte Kosmetikerinnen geben in einem rund 1 1/2-stündigen Mitmachprogramm Tipps zur Gesichtspflege und zum Schminken. Den maximal zehn Teilnehmerinnen wird gezeigt, wie man mit einfachen Tricks die äußerlichen Folgen der Therapie wie zum Beispiel Hautflecken oder Wimpernverlust kaschieren kann. Das Programm umfasst zusätzlich Tücher- und Kopfschmuckberatung. Sowohl die Teilnahme als auch eine Tasche mit 13 Kosmetikprodukten ist für die Patientinnen kostenlos. Die Produkte sind abgestimmt auf die jeweiligen

Schritte des Kosmetikseminars, von der Reinigung der Haut bis zum Auftragen des Lippenstifts. Alle Frauen sollen aktiv am Programm teilnehmen und sich selbst schminken, damit ihnen auch alleine ein Make-up ohne Schwierigkeiten gelingt. Das Seminar ist für alle Teilnehmerinnen kostenlos. Termine unter: <http://www.aktiv-gegen-krebs.de/termine/index.php>

Info Material: Broschüren zum Herunterladen gibt es auch auf der Website

Themen in dieser Ausgabe:

- ALTERNATIVMEDIZIN UND NATURHEILKUNDE
- WAS SIE SELBST ZU EINEM GÜNSTIGEN KRANKHEITSVERLAUF BEITRAGEN KÖNNEN—SERIE TEIL3
- KOSMETIKSEMINAR FÜR KREBSPATIENTINNEN
- KURZ NOTIERT—NEWS AUS DER ZEITUNG
- BUCHVORSTELLUNG: WAS UNS GESUND MACHT! GANZHEITLICHE HEILKUNDE STATT SEELENLOSER MEDIZIN

Alternativmedizin/Naturheilkunde

Gerade Krebspatienten haben oft das Gefühl, dass ihre Ärzte für sie in mancher Hinsicht zu wenig tun. Sie möchten alle Möglichkeiten nutzen, die ihr Wohlbefinden evt. steigern. Viele Patienten interessieren sich deshalb für alternative Heilmethoden, bzw. unterstützende Maßnahmen. Sinnvoll für viele Patienten wäre eine Kombination aus Schulmedizin und unterstützenden Maßnahmen aus dem alternativen Bereich. Letztere können vor allem die Lebensqualität der Patienten positiv beeinflussen. Es ist jedoch für den medizinischen Laien sehr schwer, alternative Methoden im einzelnen zu beurteilen.

Folgende Tipps dazu:

Wenn es tatsächlich ein Konzept gäbe, jeden Krebs zu heilen, wäre das eine Sensation, die schnell publik wäre. Man sollte an „Alternativen“ keine höhere Ansprüche stellen als an die Schulmedizin. Auch dass eine Methode zu 100% allen Betroffenen Patienten helfen kann, ist Illusion. Teilweise besteht die Gefahr, dass die Wirkung eines alternativen Präparats negativ ist. Auch kann es zu Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten kommen. Daher muss die Einnahme von derartigen Mitteln unbedingt mit dem behandelnden Arzt abgesprochen

Fortsetzung auf Seite 2

Termine

Do. 07. September 2006

Gruppentreffen 18:30 bis 20:30 Uhr

02.09.2006 4. Essener

Onkotag. Präsentation der Essener Krebsselfhilfe 10–16 Uhr Kennedyplatz. Schwerpunkt Prostatakarzinom

02.09.2006 Onkolauf ab 16 Uhr im GRUGA-Park

Fortsetzung Seite 1

werden. Es wird auch von Kreisen der Schulmedizin anerkannt, dass die Vermeidung von Stress und eine positive Lebenseinstellung die Lebensqualität der Krebskranken steigert. Deshalb werden nicht nur Mittel und Methoden eingesetzt, die zur konkreten Bekämpfung der Erkrankung beitragen, sondern auch solche, die einfach das individuelle Lebensgefühl heben. Wie auch bei den anderen Möglichkeiten zur Krankheitsbewältigung passt jedoch nicht jede Methode zu den Bedürfnissen eines jeden Patienten. Hat der Vertreter der jeweiligen Methode konkrete, nach prüfbare Ergebnisse vorzuweisen?

Allzu grelle Werbemethoden und unglaubliche Versprechen sollten Sie eher abschrecken. Es ist zudem Skepsis angebracht, wenn jemand von Heilung spricht. Wie hoch ist die Entlohnung? Entspricht sie der eines guten Handwerkers oder werden stark übertriebene Summen verlangt? Letzteres würde dafür sprechen, dass es dem Betreffenden eher um die Heilung seiner Finanzen geht. Fragen Sie nach, womit die hohen Preise zu rechtfertigen sind.

Quelle: Patienten-Info-Brief „Was kann ich selbst zu einem günstigen Krankheitsverlauf beitragen, DLH/AMGEN

Kurz notiert

Mainzer Forscher im Kampf gegen Krebs:

Mainzer Wissenschaftler beteiligen sich an einem Forschungsprojekt der Deutschen Krebshilfe. Wie die Johannes Gutenberg-Universität in Mainz mitteilte, will ein Team international anerkannter Wissenschaftlern von acht deutschen Universitäten neue Ansätze für eine gezielte Therapie gegen Leukämie erforschen. Ziel sei es, wirksamere und weniger aggressive Behandlungsmöglichkeiten zu entwickeln. Das Besondere am Projekt sei, dass Grundlagenforscher und Klinikärzte zusammenarbeiten und so Forschung auf höchsten Niveau stattfindet.

8.März 2006 Wiesbadener Kurier

Buchvorstellung: Rolf Verres

"Was uns gesund macht! Ganzheitliche Heilkunde statt seelenloser Medizin"

Patienten haben oft den Eindruck, dass man sie im Medizinbetrieb nicht als Mensch ernst nimmt. Energie und gesundmachende Lebenskraft werden dadurch blockiert.

Was tun? Wie gewinnt und stärkt man Lebenskraft?

Rolf Verres, Professor Dr. med. Diplompsychologe und Ärztlicher Direktor des Instituts für Medizinische Psychologie an der Heidelberger Universitätsklinik zeigt: Wo Arzt und Patient sich als Mensch begegnen, geschieht Resonanz: eine mitschwingende Antwort, um uns besser zu fühlen, Sinn zu erfahren und - im Fall der Krankheit - Heilungschancen zu erhöhen. Er macht anschaulich, wie wir sie erfahren, und wie wir sie aktivieren können. Die menschliche, empfindsame und gleichzeitig exakte und wirksame Therapie:

mit Seele". Ein neuer Umgang zwischen Arzt und Patient ist möglich und notwendig. Gesundheit ist mehr als Abwesenheit von Krankheit - sie ist auch eine Kunst, die wir lernen und vielfältig erfahren können:

Lebenssinn und Lebensfreude erschließen sich dem, der diese Vielfalt der Möglichkeiten wahrnimmt: Anregungen zum Umgang mit Ärzten und mit sich selbst.

Ein Wendepunkt in der Therapie.

Weiterführender Hinweis:
www.medpsych.uni-hd.de
www.rolf-verres.de

Herder-Verlag, Freiburg im Breisgau
2005, ISBN: 3 - 451 - 28664 - 5

Finanzielle Förderung vom 20.04.06

Wir freuen uns über eine finanzielle Förderung in Höhe von 100,- € von der Bezirksgeschäftsstelle der **DAK** (Deutsche Angestellten Krankenkasse) und weiteren 400,- € von der **Arbeitsgemeinschaft Essener Krankenkassen**. Berg und Tal e.V. sagt herzlichen Dank!

Was kommt auf mich und meine Familie zu?

Die Verarbeitung der Diagnose, die Behandlung und der richtige Umgang mit der Familie und besonders der Kinder (mein Vater / meine Mutter ist krank; erzählen wir die ganze Wahrheit?) stellt viel vor eine große Herausforderung. Probleme wie: Einnässen, Aggressionen,

Nägelkauen, das alles erklärt der Ratgeber. Ebenso wie Themen: Liebe, Zärtlichkeit, Sexualität, Angst, Trauer und Tränen. Wertvolle Hilfe im Umgang mit Krebserkrankung in der Familie bietet der Ratgeber „Hilfe für Angehörige“ der Deutschen Krebshilfe e.V. Thomas-Mann-Str. 40 53111 Bonn

Hilfen für Angehörige

Die blauen Ratgeber 30



Herausgeber:

Berg und Tal e.V.
Selbsthilfegruppe für Patienten und Angehörige vor und nach Knochenmark- oder Stammzelltransplantation
Hufelandstr.55
45122 Essen
Telefon: 0201 - 723 4118

Email: info@bergundtal-ev.de
Internet: www.bergundtal-ev.de

Mit freundlicher Unterstützung der KMT Essen

© 2006 Berg und Tal e.V.