

Krebs stellt das Leben auf den Kopf



Diagnose Krebs: Von einer Sekunde auf die andere sieht die Welt nicht mehr gleich aus wie vorher. Plötzlich sind da Berge an Fragen und Sorgen. Hier kommt die Krebsliga ins Spiel, sie unterstützt und berät Menschen mit Krebs und deren Umfeld.

Jede dritte Person ist in ihrem Leben mit einer Krebsdiagnose konfrontiert. Gerade in der Schweiz erhalten Krebsbetroffene vielerlei Unterstützung. Dank der Forschung können sie auf grosse Fortschritte in der Therapie zählen. Das hiesige Gesundheitswesen gilt als eines der besten weltweit. Und doch gibt es grosse Lücken in der Betreuung: «Auch wenn das behandelnde Team mitfühlend ist, fehlt oft die Zeit, sich über die medizinischen Fragen hinaus um die Patienten zu kümmern. Darum braucht es die Krebsliga», sagt Mirjam Weber. Sie ist Leiterin Beratung, Angebote und Bildung und Geschäftsleitungsmitglied der Krebsliga Schweiz. Krebs sei eben nicht einfach eine Diagnose. Die Krankheit werfe unzählige Fragen auf, so Weber: Wie geht es beruflich weiter? Wie sage ich es meinen Kindern? Welche Kosten muss ich selbst tragen? Mit wem bespreche ich meine Sorgen und Zukunftsängste?

Kompetente Beratung

Antworten auf all diese Fragen gibt es bei der Krebsliga – kostenlos und unkompliziert. «Wenn wir von der Krebsliga reden», sagt Mirjam Weber, «meinen wir den Verband, also alle 18 regionalen und kantonalen Ligen plus die Geschäftsstelle des Dachverbandes in Bern». Man muss nicht Mitglied sein, um Hilfe zu bekommen. Betroffene und ihre Angehörige können einfach eine der Beratungsstellen in der Nähe ihres Wohnorts aufsuchen. Dort erhalten sie fundierte Antworten auf ihre spezifischen Fragen. Zudem informieren über 200 Broschüren in verschiedenen Sprachen

über viele Aspekte der Krankheit. Eine unkomplizierte und bei Betroffenen und Angehörigen sehr beliebte Dienstleistung ist auch das Krebstelefon: Hinter diesem Begriff verbirgt sich ein Team von Fachpersonen, die in einem persönlichen Gespräch am Telefon, per E-Mail oder im Chat kostenlos beraten und Auskunft geben.

Geheilt und doch nicht gesund

Mit dem medizinischen Fortschritt hat sich das Aufgabenspektrum der Krebsliga in den letzten Jahren verändert. Neuerkrankungen nehmen vor allem aufgrund der Alterung der Gesellschaft weiterhin zu, die Sterblichkeit bei Krebs ist jedoch rückläufig. Deshalb kommt der Nachsorge eine wachsende Bedeutung zu. «Man rechnet damit, dass es bis 2030 in der Schweiz eine halbe Million sogenannte Cancer Survivors – also Menschen mit Krebserfahrung – gibt», sagt Mirjam Weber. «Zwar gelten viele nach einer Therapie als vom Krebs befreit, aber die Krankheit hinterlässt oft lebenslang spürbare Folgen.» Krebs verändert die Menschen – und das wirkt sich zum Beispiel auf soziale Beziehungen oder die Arbeitssituation aus. Auch Jahre nach einer Diagnose kann die Unterstützung der Krebsliga wertvoll sein, denn die Fachleute sind mit diesen Problemen gut vertraut.

Vorausschauen ist wichtig

In der Prävention engagiert sich die Krebsliga unter anderem mit Informationskampagnen. Sie fördert Programme für die Früherkennung von Krebs – eine wichtige Massnahme im Kampf gegen Brust- und Darmkrebs. Zudem versucht sie, die Bevölkerung zu einem Verhalten zu bewegen, welches das Krebsrisiko vermindert. Die Krebsliga orientiert sich hier an den Verhaltenstipps zur Senkung des Krebsrisikos des «Europäischen Kodex zur Krebsbekämpfung».

Präventionstipps:

- Rauchen Sie nicht.
- Sorgen Sie für regelmässige Bewegung im Alltag.
- Ernähren Sie sich gesund.
- Reduzieren Sie Ihren Alkoholkonsum.
- Schützen Sie Ihre Haut.
- Nehmen Sie ab einem bestimmten Alter regelmässig an den empfohlenen Vorsorgeuntersuchungen teil.

«Solche Empfehlungen, die jeder schon unzählige Male gehört hat, sind nicht leicht zu vermitteln. Gerade beim Thema Sonnenschutz engagieren wir uns jedes Jahr von Neuem», so Mirjam Weber. «Wir zeigen, worauf die Bevölkerung im Umgang mit den UV-Strahlen achten sollte und wie sie ihr Hautkrebsrisiko senken kann.» Eine wichtige Zielgruppe sind hier auch Kinder und junge Menschen. Zudem bietet die Krebsliga Rauchenden mit der «Rauchstopplinie» kostenlose Unterstützung beim Start in ein rauchfreies Leben an.

In Forschungsprojekte investieren

Eine weitere Aktivität der Krebsliga ist die Unterstützung von Forschungsprojekten. Bei der industrieunabhängigen Forschung, welche die Krebsliga unterstützt, geht es neben der Grundlagenforschung oft auch um Themen, die in der kommerziellen Forschung zu kurz kommen wie etwa die Verbesserung der Lebensqualität von Krebspatientinnen und -patienten. Dank der Unterstützung von Spenderinnen und Spendern kann die Krebsliga solche Forschungsprojekte fördern.

Informationen: www.krebsliga.ch

Kantonale und regionale Krebsligen beraten und unterstützen vor Ort: www.krebsliga.ch/region

Broschüren und Informationsmaterial:

Alle Broschüren können rund um die Uhr und kostenlos im Web-Shop unter www.shop.krebsliga.ch heruntergeladen und bestellt werden.

Das Krebstelefon:

Die Fachberaterinnen helfen unkompliziert

Telefon 0800 11 88 11

Mail helpline@krebsliga.ch

Chat www.krebsliga.ch/cancerline

Forum www.krebsforum.ch

Skype krebstelefon.ch

Die Rauchstopplinie 0848 000 181 ist ein telefonischer Beratungsservice, der bei der Tabakentwöhnung hilft. www.stopsmoking.ch/rauchstopplinie



krebsliga