



Klinik und Poliklinik für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde
Klinik und Poliklinik für Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie

INFORMATIONSBROSCHÜRE

für Patienten mit Kopf-Hals-Tumor



Eingebettet in:



In Kooperation mit:



Zertifiziert durch OnkoZert nach den Kriterien der Deutschen Krebsgesellschaft:



**Zertifiziertes
Kopf-Hals-Tumor-
Zentrum**

Die Zertifizierungsstelle der Deutschen Krebsgesellschaft e.V. OnkoZert bescheinigt hiermit, dass das

**Kopf-Hals-Tumorzentrum des
Universitätsklinikums Regensburg**

Franz-Josef-Strauss-Allee 11, 93053 Regensburg

vertreten durch
Herrn Prof. Dr. med. Christopher Bohr (HNO)
Herrn Prof. Dr. med. Dr. med. dent. Torsten E. Reichert (MKG)

die in den durch die Deutsche Krebsgesellschaft festgelegten „Fachlichen Anforderungen an Kopf-Hals-Tumor-Zentren“ definierten Qualitätskriterien erfüllt.

Das Kopf-Hals-Tumorzentrum des Universitätsklinikums Regensburg erhält daher die Auszeichnung

**Kopf-Hals-Tumor-Zentrum mit Empfehlung
der Deutschen Krebsgesellschaft e.V.**

Erstzertifizierung: 27.07.2012
Rezertifizierung: 06.10.2020
Gültigkeitsdauer: 27.01.2024
Registriernummer: FAO-Z045 MKHT

T. Seufferlein

Prof. Dr. Th. Seufferlein
Präsident
Deutsche Krebsgesellschaft

Deutsche Krebsgesellschaft e.V.
Kuno-Fischer-Strasse 8
14075 Berlin
Tel. (030) 332 93 19 0
E-Mail: service@krebsgesellschaft.de
www.krebsgesellschaft.de



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	6	Wir sind für Sie da – Angebote und (Therapie-)Maßnahmen am UKR	16
Informationen zu Kopf-Hals-Tumoren	8	Psychoonkologischer Dienst	16
An welchen Stellen können Kopf-Hals-Tumoren entstehen?	8	Kinder- und Familiensprechstunde	17
Risikofaktoren	9	Zentrum für Sozialberatung und Überleitung (ZSÜ)	17
Symptome	9	Zentrum für Ernährungs- und Diabetesberatung (ZED)	18
Welche Therapie ist die richtige für mich?	9	Ökumenische Seelsorge	18
Tumorboard/Tumorkonferenz	10	Physiotherapie	20
Therapiemöglichkeiten	11	Sportprogramm „FIT FOR CURE“	20
Operation	11	Und was ist mit mir? Hilfe für Angehörige	22
Strahlentherapie	11	Externe Angebote und Infoquellen	24
Chemotherapie	11	Deutsche Krebsgesellschaft e.V. (DKG)	24
Zielgerichtete Therapie/Immunoonkologische Therapie	11	Bayerische Krebsgesellschaft e.V.	24
Tumornachsorge	13	Stiftung Deutsche Krebshilfe (DKH)	25
Case Management	14	Deutsche Leukämie- & Lymphom-Hilfe (DLH)	25
Checkliste zur stationären Aufnahme	15	Psychosoziale Krebsberatungsstelle Regensburg	26
		Abendliche Fragestunde zu Krebserkrankungen	26
		BZKF BürgerTelefonKrebs	27
		TelefonSeelsorge®	27
		Netzwerk Kopf Hals M.U.N.D. Krebs e.V.	28
		Weitere Angebote und Informationen	28
		Informationen zur Rauch-Entwöhnung	30
		Das Rauchfrei-Programm – eine ambulante Tabakentwöhnung	30
		Leistungen der Krankenkassen	30
		Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)	30
		Caritasverband für die Diözese Regensburg e. V. – Fachambulanz für Suchtprobleme	30

Liebe Patientin, lieber Patient, liebe Angehörige,

im Kopf-Hals-Tumor-Zentrum (KHT) Regensburg des Universitätsklinikums Regensburg (UKR) arbeiten die Klinik und Poliklinik für Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie (MKG) und die Klinik und Poliklinik für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde (HNO) paritätisch zusammen. Seit 2012 ist das KHT Regensburg nach den Kriterien der Deutschen Krebsgesellschaft zertifiziert (OnkoZert). Jährlich werden hier mehr als 250 Patienten mit Kopf- und Halstumoren behandelt.

Das KHT Regensburg ist in die Strukturen des UCC-R (University Cancer Center Regensburg) und des CCCO (Comprehensive Cancer Center Ostbayern) eingebettet.

Das CCCO ist eines der größten onkologischen Zentren Deutschlands, das für Patienten mit Krebserkrankungen im gesamten ostbayerischen Raum Behandlungsmöglichkeiten nach höchsten medizinischen Standards etabliert und neue Diagnose- und Therapieverfahren entwickelt. Das CCCO ist Teil des 2020 gegründeten BZKF (Bayerisches Zentrum für Krebsforschung). Im BZKF bündeln die sechs bayerischen Universitätsklinika ihre onkologischen Kompetenzen mit dem Ziel, die Vorbeugung und Früherkennung von Krebserkrankungen nachhaltig weiter zu verbessern und damit die Krebshäufigkeit und -sterblichkeit in Bayern zu senken.

Das KHT Regensburg beteiligt sich an unterschiedlichen Diagnose- und Therapiestudien. So können wir Patienten des KHT Regensburg noch schneller neue Ansätze in Therapie und Nachsorge zugänglich machen.

Jeder Patientenfall wird in unserer interdisziplinären Tumorkonferenz besprochen. Einmal wöchentlich tagen Vertreter der Fachrichtungen Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde, Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie, Strahlentherapie, Internistische Onkologie, Radiologie, Pathologie und Nuklearmedizin des UKR, um gemeinsam für jeden Patienten eine individuelle, auf aktuellen Leitlinien basierende Therapieempfehlung zu abzustimmen.

Das KHT Regensburg deckt dabei alle modernen und evidenzbasierten Therapieverfahren ab. Neben den klassischen Risiko- und Prognoseparametern werden bei der Therapieempfehlung immer auch der Patientenwunsch, der individuelle Allgemeinzustand des Patienten, seine Vorerkrankungen und sozialen Faktoren berücksichtigt.

Das empfohlene Therapiekonzept wird anschließend gemeinsam mit Ihnen, idealerweise im Beisein von vertrauten Angehörigen, besprochen. Sofern zur Therapie gleichwertige Therapieoptionen (z.B. Operation oder Strahlentherapie) zur Wahl stehen, erfolgt eine ausführliche Aufklärung über alle Therapiealternativen. Bereits vor Therapiebeginn wird frühzeitig der Kontakt zu unterstützenden Angeboten wie dem Case Management, dem Zentrum für Sozialberatung und Überleitung sowie verschiedenen Selbsthilfegruppen hergestellt.

Die Bereiche für Phoniatrie, Physiotherapie sowie der Psychoonkologische Dienst des UKR werden bei Bedarf ebenfalls frühzeitig in die Behandlung einbezogen.

Unsere Mitarbeiter des KHT Regensburg nehmen regelmäßig an onkologischen Fortbildungen und Kongressen teil oder organisieren diese selbst.

Unser gesamtes Team des KHT Regensburg steht Ihnen gerne für weitere Fragen zur Verfügung!

PD Dr. Julian Künzel

Oberarzt und Koordinator KHT Regensburg
Klinik und Poliklinik für
Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde

Dr. Michael Wunschel

Oberarzt und Koordinator KHT Regensburg
Klinik und Poliklinik für
Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie

Prof. Dr. Christopher Bohr

Direktor
Klinik und Poliklinik für
Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde

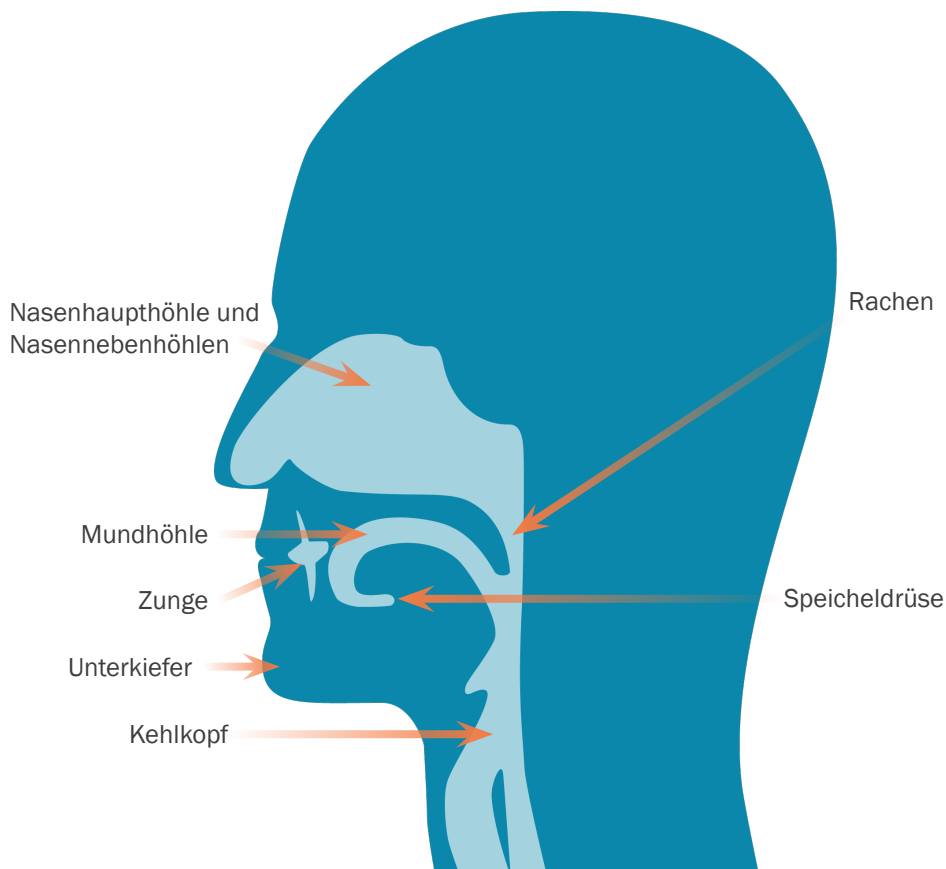
Prof. Dr. Dr. Torsten E. Reichert

Direktor
Klinik und Poliklinik für
Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie

Informationen zu Kopf-Hals-Tumoren

Mit über 600.000 Neuerkrankungen pro Jahr zählen Kopf-Hals-Tumoren weltweit zu den am häufigsten vorkommenden Krebserkrankungen. Tumoren im Kopf-Hals-Bereich können an verschiedenen Lokalisationen auftreten. Dazu gehören Mundhöhle, Unterkiefer, Rachen, Kehlkopf, Nase, Nasennebenhöhlen, Nasenrachen und die Speicheldrüsen. Die Tumorart tritt häufiger bei Männern als bei Frauen auf und wird oft erst in einem fortgeschrittenen Stadium diagnostiziert. Je früher die Krebserkrankung jedoch erkannt wird, desto besser sind die Überlebens- und Heilungschancen sowie die Möglichkeiten, die Funktionen von Kehlkopf und Schluckweg zu erhalten.

An welchen Stellen können Kopf-Hals-Tumoren entstehen?



Risikofaktoren

Als größte Risikofaktoren für Tumoren im Kopf-Hals-Bereich zählen das Rauchen sowie regelmäßiger Alkoholkonsum. Zudem können verschiedene Virusinfektionen Ursachen für die Krebsentstehung sein. Auch eine schlechte Mundhygiene oder scharfkantige/abgebrochene Zähne können dazu beitragen.

Bei bestehender Krebserkrankung im Kopf-Hals-Bereich sowie im Verlauf der Therapie sollte der Tabakkonsum gänzlich vermieden und der Alkoholgenuss möglichst gering gehalten werden. Gerne beraten wir Sie hierzu (siehe S. 30).

Symptome

Die Erkrankung kann zunächst ohne Symptome sein. Abhängig von der Lokalisation des Tumors können jedoch verschiedene Beschwerden auftreten. Dazu gehören insbesondere Schmerzen (v.a. beim Schlucken oder Sprechen), Verschlucken, Heiserkeit, Lymphknotenschwellung am Hals, Luftnot, Husten, blutiger Auswurf, Mundgeruch und Gewichtsverlust.

Welche Therapie ist die richtige für mich?

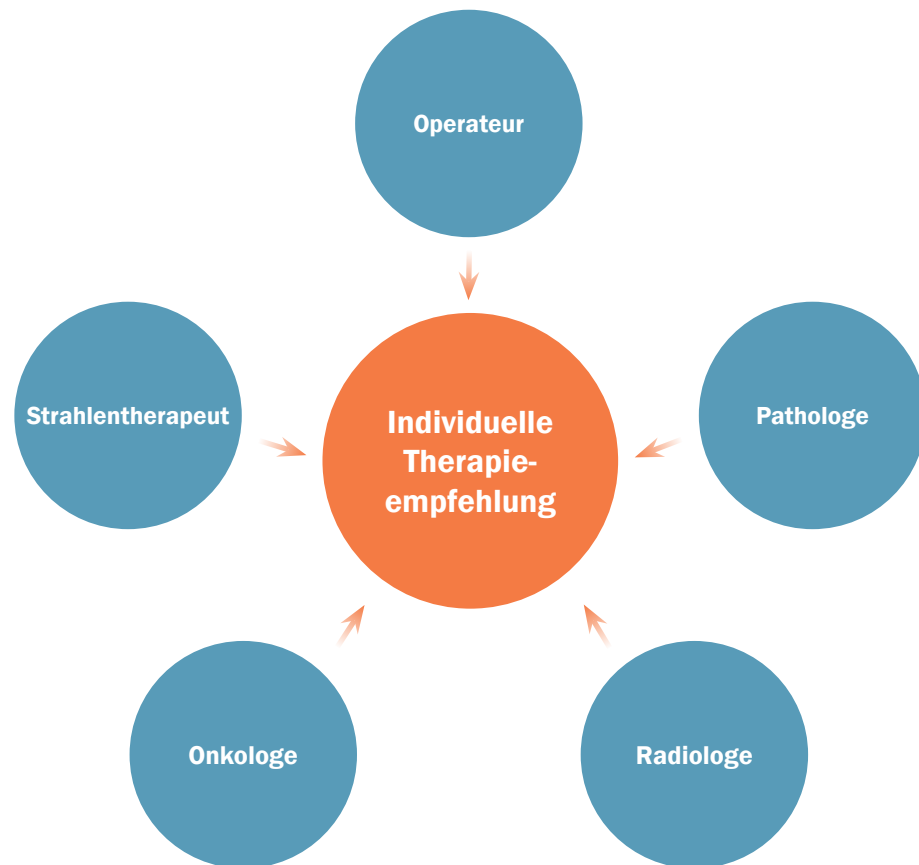
Bei Ihrer Vorstellung in unserer Ambulanz werden Sie zunächst im Kopf-Hals-Bereich untersucht, und es wird ein Ultraschall des Halses durchgeführt. Manchmal kann bereits zu diesem Zeitpunkt in örtlicher Betäubung eine Gewebeprobe entnommen und anschließend vom Pathologen untersucht werden. Zudem werden eine Spiegelung unter Narkose und eine Bildgebung von Hals, Lunge und Bauch (Computertomographie, Ultraschall) geplant. Die Spiegelung der oberen Luft- und Speisewege ist mit einem kurzen stationären Aufenthalt verbunden. Hierbei werden Luft- und Speiseröhre, Kehlkopf, Rachen und Mundhöhle untersucht und in auffälligen Regionen Proben entnommen. Durch diese Untersuchungen wird die genaue Lokalisation und Größenausdehnung des Tumors festgestellt. Alle diese Untersuchungen sind notwendig, um eine für Sie optimale Therapieempfehlung geben zu können, da jeder Patient eine individuelle Krankheitsgeschichte mit verschiedenen Vorerkrankungen und unterschiedlichem Entwicklungsstadium der Krebserkrankung aufweist.

Nach Abschluss der diagnostischen Maßnahmen wird Ihr Fall in der Tumorkonferenz besprochen (siehe S. 10). In der Tumorkonferenz wird eine auf Sie abgestimmte Therapieempfehlung abgegeben, die der behandelnde Arzt mit Ihnen bespricht. Nach Ihrem Einverständnis kann die Therapie beginnen.

Tumorboard/Tumorkonferenz

Das Tumorboard bzw. die Tumorkonferenz ist eine wöchentliche Besprechung spezialisierter Ärzte aus verschiedenen Fachbereichen des UKR, die an Ihrer Behandlung beteiligt sind.

Im Tumorboard wird Ihr Fall diskutiert und im Anschluss Ihre individuelle Therapieempfehlung ausgesprochen.



Therapiemöglichkeiten

Operation

Das Ziel der Operation ist die vollständige Tumorentfernung. Der Pathologe untersucht bereits während der Operation, ob der Tumor komplett entfernt werden konnte. Je nach Größe und Art des Tumors müssen die Lymphknoten am Hals ebenfalls entnommen werden. Bei großen Tumoren ist es zum Teil notwendig, dass die Wunde, die bei der Tumorentfernung entsteht, mittels eines Gewebetransplantats rekonstruiert werden muss. Über alle operationstechnischen Maßnahmen werden Sie vorab von Ihrem behandelnden Arzt informiert und aufgeklärt.

Strahlentherapie

Die Strahlentherapie ist eine lokale Behandlungsmethode, bei der mittels energiereicher Strahlung Krebszellen zerstört werden. Die verschiedenen Nebenwirkungen wird Ihnen Ihr Strahlentherapeut vorab erläutern.

Je nach Erkrankungsstadium, Lokalisation und Art Ihrer Krebserkrankung kann eine Strahlentherapie (meist in Kombination mit einer Chemotherapie) auch nach einer Operation sinnvoll sein. In manchen Fällen stellt die Bestrahlung (mit Chemotherapie) eine Alternative zur Operation dar.

Chemotherapie

Die Strahlentherapie wird meist in Kombination mit einer Chemotherapie durchgeführt, was die Wirksamkeit der Strahlentherapie verbessert. Bei der Chemotherapie erhalten Sie eine Substanz, die die Krebszellen zerstört. Da die Chemotherapie im ganzen Körper wirkt, können neben Tochtergeschwülsten in anderen Körperregionen jedoch auch gesunde Zellen geschädigt werden.

Zielgerichtete Therapie/Immunoonkologische Therapie

Zielgerichtete/Immunoonkologische Therapien kommen v.a. in einem Krebsstadium zum Einsatz, in dem eine Heilung nicht mehr möglich ist. Diese Therapieart kann über eine Blockade von Signalwegen in den Krebszellen Wachstum und Vermehrung dieser Zellen hemmen.

Kontakt Strahlentherapie

Prof. Dr. Oliver Kölbl
Direktor
T (Leitstelle): 0941 944-7610
www.ukr.de/strahlentherapie

Kontakt Onkologie

Prof. Dr. Wolfgang Herr
Direktor
T (Leitstelle): 0941 944-5510
www.ukr.de/innere3

Gespräche



Tumornachsorge

Nach dem Abschluss Ihrer Behandlung beginnt die Tumornachsorge. Diese erfolgt zunächst über mindestens fünf Jahre. Die Abstände der Kontrollen verlängern sich im Lauf der Zeit.

Im Rahmen der Nachsorge erfolgt die Kontrolluntersuchung durch den HNO- oder MKG-Arzt (manchmal auch durch den Strahlentherapeuten). Bei jedem Kontrolltermin wird eine Sonographie der Halslymphknoten durchgeführt. Eine Bildgebung mittels Computertomographie (CT) von Hals und Lunge erfolgt einmal jährlich. Bei bestimmten Erkrankungen kann eine andere Bildgebung (z.B. MRT) notwendig sein.

Erstvorstellung:

6 bis 8 Wochen nach Ende der Therapie



Nachsorge in den ersten 3 Jahren:

alle 3 Monate



Nachsorge ab dem 4. Jahr:

alle 6 Monate



Nachsorge ab dem 5. Jahr:

einmal jährlich

Bei neu aufgetretenen **Beschwerden oder Verschlechterung Ihres Allgemeinzustands** melden Sie sich bitte auch **außerhalb Ihrer Kontrolltermine** in einer unserer Polikliniken!

Case Management

Die Koordination und Organisation Ihres stationären Aufenthaltes sowie die Planung Ihrer Entlassung erfolgt durch das Case Management.

Case Manager befassen sich bereits vor Ihrer stationären Aufnahme mit Ihrer Behandlung (z.B. Veranlassung notwendiger Untersuchungen). Sie nehmen an den Visiten teil und terminieren nach ärztlicher Anordnung Diagnostik und Therapie.

Einen Aufgabenschwerpunkt des Case Managements bildet die Entlassplanung. Durch die Beobachtung Ihres stationären Verlaufs und in Zusammenarbeit mit Ihrem Behandlungsteam erfolgt durch das Case Management eine zeitnahe Einschätzung Ihres Versorgungsbedarfs zu Hause.

Der Sozialdienst wird rechtzeitig eingeschaltet. Bei Bedarf werden Nachversorger (Pflegedienste, Homecare etc.) hinzugezogen.

Wir unterstützen Sie und Ihre Angehörigen während Ihres Klinikaufenthalts.



KONTAKT CASE MANAGEMENT

HNO | Station 50/51

T: 0941 944-19503

Mo - Do: 08:00 - 15:30 Uhr | Fr: 08:00 - 14:00 Uhr

HNO | Poliklinik

T: 0941 944-19488

Mo - Do: 08:00 - 15:30 Uhr | Fr: 08:00 - 14:00 Uhr

MKG | Station 47

T: 0941 944-16336

Mo: 07:30 - 14:00 Uhr | Di - Fr: 08:00 - 14:30 Uhr

Strahlentherapie | Station 12

T: 0941 944-17642

Mo - Fr: 08:00 - 14:00 Uhr

Checkliste zur stationären Aufnahme



Für einen stationären Aufenthalt bei uns bringen Sie bitte Folgendes mit:

- Versichertenkarte
- Vorsorgevollmacht/Patientenverfügung
- Rentenversicherungsnummer
- Telefonnummer und Name des von Ihnen bestimmten Angehörigen, der mit uns in Kontakt stehen soll (Hauptansprechpartner). Dieser Ansprechpartner sollte die Aufgabe übernehmen, weitere Angehörige und eventuell Freunde zu informieren. Diese Vereinbarung soll auch für telefonische Anfragen eingehalten werden.
- Aktueller Medikamentenplan
- Aktuelle Befunde und/oder CDs zu Ihrer Krankengeschichte
- Bequeme Bekleidung Ihrer Wahl, z.B. Trainingsanzug
- Unterwäsche
- Ein Paar feste Schuhe (Sportschuhe) und Hausschuhe mit gutem Halt
- Schlafanzüge/Nachthemden
- Persönliche Hygieneartikel
- Brille, Hörgerät, Gehstock, Rollator (falls vorhanden)
- Kleingeld (max. 50 Euro)

Bitte nehmen Sie nur das Nötigste für Ihren Aufenthalt mit!

Schmuck, Wertgegenstände und größere Geldbeträge lassen Sie bitte zu Hause.

Das UKR übernimmt für Geld und Wertsachen, die Sie in Ihrem Krankenzimmer aufbewahren, **keine Haftung**.

Während einer Operation werden Ihre persönlichen Sachen eingeschlossen und der Schlüssel sicher verwahrt.

Wir sind für Sie da

Angebote und (Therapie-)Maßnahmen

Neben der unmittelbaren medizinischen Therapie stehen Ihnen im UKR zahlreiche begleitende Angebote und Maßnahmen zur Verfügung, die Sie im Rahmen eines **stationären Aufenthalts am UKR**, und zum Teil auch Ihre Angehörigen, zur Unterstützung wahrnehmen können.

Psychoonkologischer Dienst

„Warum gerade ich? Wie geht's weiter?“

Die Diagnose Krebs bedeutet oft eine große Belastung für Patienten und ihre Familien. Erste Reaktionen können Angst, Anspannung und Gefühle der Hilflosigkeit sein. Viele Betroffene machen sich große Sorgen, sind wütend oder entwickeln Schlafstörungen. Um die veränderte Lebenssituation nicht alleine bewältigen zu müssen, stehen die Mitarbeiter des Psychoonkologischen Dienstes Ihnen und Ihren Angehörigen während Ihres Klinikaufenthaltes bei Bedarf zur Seite.

Wir bieten Ihnen unter anderem:

- Fundierte, individuelle Begleitung während der stationären Behandlung
- Unterstützung in Krisensituationen
- Anleitung zum Erlernen von Entspannungsmethoden
- Unterstützung bei Entscheidungen
- Informationen über ambulante Anlaufstellen

Psychoonkologischer Dienst

T: 0941 944-15131

Kinder- und Familiensprechstunde

„Ich mache mir mehr Sorgen um meine Kinder als um mich.“

Die Kinder- und Familiensprechstunde ist ein besonderes Angebot für an Krebs erkrankte Eltern und deren Kinder. Psychologen und Psychotherapeuten sprechen mit den Kindern und Jugendlichen altersentsprechend über die Krankheit sowie über mögliche Ängste und Sorgen. Zugleich lernen die Eltern, wie sie ihren Kindern gegenüber mit der Krebserkrankung und der Therapie umgehen können. Die Kinder- und Familiensprechstunden werden in den Räumlichkeiten des Patientenhauses der Leukämiehilfe Ostbayern e.V. durchgeführt. Wenden Sie sich bei Interesse bitte an Ihren behandelnden Arzt oder an das Case Management.

Die Kinder- und Familiensprechstunde des Psychoonkologischen Dienstes am UKR und die Leukämiehilfe Ostbayern e.V. halten zusätzlich ein besonderes Angebot für Kinder krebskranker Eltern im Alter von sechs bis zwölf Jahren bereit. In der offenen therapeutisch-pädagogischen Gruppe steht das gemeinsame Erleben, Entdecken und auch Lachen im Vordergrund, welches beim Malen, Musizieren und Bewegen gestärkt wird. Durch diese Aktivitäten können die Eltern-Kind-Bindung und die innerfamiliäre Kommunikation gestärkt und vertieft werden. Alle Aktionen werden von ausgebildeten Therapeuten und Pädagogen angeleitet. Zeitgleich findet ein Gruppenangebot für die begleitenden Eltern statt: Unter psychologischer Begleitung besteht die Möglichkeit zum Austausch und zur Diskussion. Zusätzlich werden Informationen und Entspannungsverfahren vermittelt.



Kinder- und Familiensprechstunde

T: 0941 944-15563

Zentrum für Sozialberatung und Überleitung (ZSÜ)

„Wie finde ich die richtige Rehaklinik für mich und wie einen Pflegedienst?“

Das Team des ZSÜ unterstützt Sie gerne bei Ihren Fragen zu sozialen und sozialrechtlichen Angelegenheiten (z.B. Schwerbehinderung, Erwerbsminderungsrente) sowie bei der Einleitung von Rehabilitationsmaßnahmen. Es gibt Hilfestellungen bei Pflegebedürftigkeit (z.B. ambulante Krankenpflege, Alten- und Pflegeheime, Kurzzeitpflege) sowie bei der Beantragung von Hilfsmitteln und Anträgen auf Pflegeleistungen. Zudem erhalten Sie über das ZSÜ Informationen zu Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen in Ihrer Nähe. Wenden Sie sich bei Interesse bitte an Ihren behandelnden Arzt oder an das Case Management.

Zentrum für Sozialberatung und Überleitung (ZSÜ)

T: 0941 944-5655

Zentrum für Ernährungs- und Diabetesberatung (ZED)

„Kann Ernährung Einfluss auf meine Erkrankung/Therapie nehmen?“

Eine angepasste Ernährung sollte ein stetiger Begleiter sein, da diese einen positiven Einfluss auf Ihre Therapie haben kann. Das vielseitige Thema Ernährung wirft jedoch oft Fragen und Unsicherheiten auf:

- Welche Ernährung tut mir gut?
- Was, wenn ich einen Fehler bei meiner Ernährung mache?
- Welche Ernährungsform ist richtig für mich?
- Was kann ich essen bzw. was sollte ich bevorzugt essen?

Um Sie hierbei bestmöglich zu unterstützen, bieten wir im ZED des UKR eine individuelle Ernährungsberatung an. Dort stehen Ihnen erfahrene Ernährungsberater zur Seite und erarbeiten gemeinsam mit Ihnen Lösungen. Bringen Sie auch gerne Ihre Angehörigen zum Gespräch mit.

Sie erreichen uns über den **behandelnden Arzt** oder das **Case Management**.

Ökumenische Seelsorge

„Weil du in meinen Augen wertvoll und geachtet bist.“ Jesaja 43,4

Sie erleben vielleicht, dass Ihre körperliche Erkrankung auch von inneren, seelischen Verletzungen begleitet wird. Das ökumenische Seelsorge-Team am UKR bietet Ihnen Begleitung an und ist gern für Sie da. Die Seelsorger stellen Ihre Dienste für Gespräche und den Empfang der Sakramente (Kommunion/Abendmahl, Beichte, Krankensalbung) bereit. Für Notsituationen besteht Rufbereitschaft rund um die Uhr.

Ökumenische Seelsorge

T: 0941 944-5727 / -15727



Physiotherapie

„Das Herz muss Hände haben, die Hände ein Herz.“ Sprichwort aus Tibet

Physiotherapeutische Maßnahmen unterstützen die Behandlung vieler Krankheiten und sind auch im Rahmen der onkologischen Therapie von hohem Wert.

In der Physiotherapie des UKR erwartet Sie ein engagiertes Team aus spezialisierten und erfahrenen Physiotherapeuten mit verschiedenen Therapieangeboten.

Verordnet Ihr behandelnder Arzt eine physiotherapeutische Behandlung, kommen wir zu Ihnen, erstellen einen Befund und vereinbaren zusammen mit Ihnen Ihr individuelles Behandlungsziel. Für Ihre optimale Behandlung stehen wir stets in engem Austausch mit Ihren behandelnden Ärzten, dem Pflegepersonal und weiteren therapierelevanten Berufsgruppen.

Ihre Behandlung findet auf Ihrer Station oder auch in den hellen und freundlichen Räumlichkeiten der Physiotherapie (Bauteil C3, EG) statt.

Sie erreichen uns über den **behandelnden Arzt** oder das **Case Management**.

Sportprogramm „FIT FOR CURE“

Sport stärkt nachweislich das Immunsystem und ist deshalb sowohl während einer Krebsbehandlung als auch danach ein wichtiger Faktor zur Bewältigung der Krankheit und der Therapienebenwirkungen.

Um Sie auch ambulant weiterhin bestmöglich zu unterstützen, wurde das spezielle Sportprogramm „FIT FOR CURE“ ins Leben gerufen. Dieses umfasst je nach Bedarf onkologischen Reha-Sport, spezielles Gerätetraining für Kraft und Ausdauer, Yoga sowie Wassergymnastik.

Die Leukämiehilfe Ostbayern e.V. ermöglicht und finanziert dieses Projekt. Die Kurse finden in der Physiotherapie des UKR und im Patientenhaus der Leukämiehilfe Ostbayern e.V. statt, das sich ebenfalls auf dem UKR-Gelände befindet.

Bitte sprechen Sie Ihren **behandelnden Arzt** darauf an.



Und was ist mit mir?

Hilfe für Angehörige

Bei einer Krebserkrankung ist nicht nur der Patient betroffen. Als Angehöriger sind Sie für den Patienten da, begleiten ihn zu seinen Behandlungsterminen und versorgen ihn zu Hause. Aber auch Sie brauchen Unterstützung in dieser neuen Lebenssituation. Damit Sie Ihre eigene Strategie zur Bewältigung der Situation entwickeln können, finden Sie nachfolgend einige Anhaltspunkte.

Sich Hilfe holen

Sie haben Angst vor der Erkrankung und den Auswirkungen auf Ihr Leben? Sprechen Sie es aus! Das kann bei einer vertrauten Person aus Ihrem Umfeld oder Freundeskreis sein oder auch bei einem geschulten Berater. Auf den Internetseiten der Krebsgesellschaften finden Sie kostenlose Anlaufstellen.

Den Erkrankten nach seinen Wünschen und Vorstellungen fragen

Gut gemeinter Rat („Tu dies nicht, mach das...“) wird sehr schnell als Bevormundung empfunden. Fragen Sie den Erkrankten stattdessen, was er im Alltag selbst erledigen möchte und wobei er Ihre Hilfe benötigt. Formulieren Sie Ihre eigenen Wünsche in ICH-Botschaften („Ich fühle mich...“, „Ich wünsche mir...“, „Ich frage mich...“). So können Sie Missverständnissen vorbeugen.

Eigene Gefühle und Bedürfnisse ernst nehmen

Verlieren Sie nicht den Blick auf Ihre eigenen Bedürfnisse. Fragen Sie sich: „Wie geht es mir?“ und „Was möchte ich?“. Wenn Sie die Antworten darauf wissen, machen Sie das, was Ihnen Freude und Entspannung bringt – ohne schlechtes Gewissen!

Finanzielle Fragen klären

Wenn Krebspatienten ihren Beruf nicht mehr ausüben können, ist häufig der Lebensunterhalt für die ganze Familie in Gefahr. Die Krebsberatungsstellen unterstützen Sie auch in finanziellen und sozialen Fragen.

Gemeinsame Zeit sinnvoll nutzen

Zeit ist für uns alle kostbar. Überlegen Sie, wie gemeinsame Zeit verbracht werden kann und wie Sie diese zusammen gestalten könnten. So schaffen Sie Tiefe und Verbundenheit zu Ihrem Partner oder Angehörigen.

Aktive Einbindung

Lassen Sie sich bei Bedarf vom Pflegepersonal oder einem Nachversorger (z.B. Pflegedienste, Homecare etc.) in der Versorgung Ihres Angehörigen schulen.

Weitere Informationen und Hilfe zur Selbsthilfe finden Sie als Angehöriger auf den **Seiten 24 bis 28**.

Externe Angebote und Infoquellen

Deutsche Krebsgesellschaft e.V. (DKG)

„Wissen aus erster Hand.“

Zu den Mitgliedern der Deutschen Krebsgesellschaft e.V. gehören Landeskrebsgesellschaften in allen Bundesländern, circa 8.000 Einzelmitglieder in 25 Arbeitsgemeinschaften sowie 34 Förderer. Auf der Internetseite www.krebsgesellschaft.de können Sie sich gerne über die Deutsche Krebsgesellschaft e.V. informieren. In der Rubrik „Basis-Informationen Krebs“ erhalten Sie unter anderem Informationen zu den Themen Vorsorge und Früherkennung, Krebsarten, Diagnosemethoden, Therapieformen sowie Leben mit Krebs. Für das persönliche Gespräch, psychosoziale Hilfe und Beratung stehen 124 Beratungsstellen der Landeskrebsgesellschaften in ganz Deutschland zur Verfügung – eine davon auch in Regensburg.

Deutsche Krebsgesellschaft e.V. (DKG)

Kuno-Fischer-Str. 8 | 14057 Berlin
T: 030 32293290 | F: 030 322932922
service@krebsgesellschaft.de
www.krebsgesellschaft.de



Bayerische Krebsgesellschaft e.V.

„Zuhören. Begleiten. Helfen.“

In den Psychosozialen Krebsberatungsstellen der Bayerischen Krebsgesellschaft e.V. beraten psychoonkologisch qualifizierte Sozialpädagogen und Psychologen Betroffene und Angehörige zu allen Fragen der Erkrankung und deren Auswirkungen im Alltag. Weitere regionale Unterstützungsangebote wie kreative Kunstarbeit, Tanz- und Körpertherapie, Musiktherapie, Atemtherapie und Sportgruppen zur Krebsnachsorge wie auch Flyer und Ratgeber zum Download finden Sie auf der Internetseite www.bayerische-krebsgesellschaft.de.

Bayerische Krebsgesellschaft e.V.

Nymphenburger Str. 21a | 80335 München
T: 089 5488 400 | F: 089 5488 4040
info@bayerische-krebsgesellschaft.de
www.bayerische-krebsgesellschaft.de



Stiftung Deutsche Krebshilfe (DKH)

„Helfen. Forschen. Informieren.“

Die Deutsche Krebshilfe unterstützt Projekte zur Verbesserung der Prävention, Früherkennung, Diagnose, Therapie, medizinischen Nachsorge und psychosozialen Versorgung. Vordergründiges Ziel ist es, Krebskrankheiten in all ihren Erscheinungsformen zu bekämpfen. Auf der Internetseite www.krebshilfe.de können Sie sich die blauen Ratgeber, Faltblätter, Leitlinien und Broschüren zu den Themen Krebstherapie, Prävention und Früherkennung kostenfrei bestellen oder downloaden.

Eine persönliche telefonische Beratung bieten darüber hinaus die Mitarbeiter des Informations- und Beratungsdienstes der **Deutschen Krebshilfe INFONETZ KREBS** unter der **kostenlosen Rufnummer 0800 80708877**.

Stiftung Deutsche Krebshilfe (DKH)

Buschstr. 32 | 53113 Bonn
T: 0228 729 900 | F: 0228 729 9011
deutsche@krebshilfe.de
www.krebshilfe.de



Deutsche Leukämie- & Lymphom-Hilfe e.V. (DLH)

„Hilfe – Information – Interessenvertretung“

Die Deutsche Leukämie- & Lymphom-Hilfe e.V. ist der Bundesverband der Selbsthilfeorganisationen zur Unterstützung von Erwachsenen mit Leukämien und Lymphomen und steht unter der Schirmherrschaft der Deutschen Krebshilfe. Die DLH fördert lokale und regionale Selbsthilfeinitiativen für Leukämie- und Lymphombetroffene. Auf der Internetseite www.leukaemie-hilfe.de finden Sie eine Auflistung von Selbsthilfeinitiativen in Deutschland.

Deutsche Leukämie- & Lymphom-Hilfe e.V. (DLH)

Thomas-Mann-Str. 40 | 53111 Bonn
T: 0228 3388 9200 | F: 0228 3388 9222
info@leukaemie-hilfe.de
www.leukaemie-hilfe.de



Psychosoziale Krebsberatungsstelle Regensburg

In der Psychosozialen Krebsberatungsstelle vor Ort werden Ihnen soziale, psychische und seelische Unterstützung bei der Bewältigung der Erkrankung, Begleitung in Krisensituationen, Ermutigung im Umgang mit der veränderten Lebenssituation, Informationen zu Nachsorge und Rehabilitation sowie finanziellen und sozialrechtlichen Fragen angeboten. Die Beratungen sind kostenfrei und vertraulich. Außerdem vermittelt Ihnen die Beratungsstelle Kontakte zu einer Selbsthilfegruppe in Ihrer Nähe. Die Selbsthilfegruppen werden von der Krebsberatungsstelle fachlich unterstützt.

Psychosoziale Krebsberatungsstelle Regensburg

Landshuter Str. 19 | 93047 Regensburg
T: 0941 5999 783 | F: 0941 5999 784
kbs-regensburg@bayerische-krebsgesellschaft.de
www.bayerische-krebsgesellschaft.de

Sprechzeiten:

Mo - Do: 09:30 bis 12:30 Uhr

Dienstag: 16:00 bis 18:00 Uhr

Abendliche Fragestunde zu Krebserkrankungen

In der abendlichen Fragestunde stehen für Betroffene und Interessierte Experten aus dem klinischen und aus dem niedergelassenen Bereich sowie Mitarbeiter der Psychosozialen Krebsberatungsstelle Regensburg für Fragen zur Verfügung. In persönlicher Gesprächsatmosphäre werden Fragen zu Früherkennung, Behandlung und Nachsorge von Krebserkrankungen sowie zu psychosozialen Fragen beantwortet. Die Fragestunden finden einmal monatlich von 19:00 bis 21:00 Uhr in der Volkshochschule der Stadt Regensburg im Thon-Dittmer-Palais am Haidplatz 8 statt. Veranstalter ist die Psychosoziale Krebsberatungsstelle Regensburg der Bayerischen Krebsgesellschaft e.V.

Das Programm für die abendliche Fragestunde zu Krebserkrankungen finden Sie auf folgender Internetseite:
www.bayerische-krebsgesellschaft.de

BZKF BürgerTelefonKrebs

„Kostenlose telefonische Beratung für Krebspatienten.“

Eine Krebsdiagnose ist für Betroffene wie Angehörige gleichermaßen ein Schock. Dabei ist gerade in dieser Situation rationales Handeln wichtig. „Wie geht es weiter?“, „Was muss ich tun?“ oder „An wen kann ich mich wenden?“. In diesem Fall kann das Bürgertelefon des Bayerischen Zentrums für Krebsforschung (BZKF) wichtige Hilfestellung und Orientierung geben. Die Aufgaben reichen von der Krebsprävention über klinische Studien und neueste Therapiemodelle bis zur Rehabilitation nach einer Erkrankung. Im BZKF haben sich die sechs bayerischen Universitätsklinika zusammengeschlossen, so dass jeder Anrufer wohnortnah an ein spezialisiertes Krebszentrum vermittelt werden kann.

BZKF BürgerTelefonKrebs

T: 0800 85 100 80
buergertelefon@bzkf.de
www.bzkf.de
Mo - Fr: 08:30 bis 12:30 Uhr



TelefonSeelsorge®

„Anonym. Kompetent. Rund um die Uhr.“

Die TelefonSeelsorge® ist ein Seelsorge- und Beratungsangebot der evangelischen und katholischen Kirche sowie weiterer Träger. Die TelefonSeelsorge® ist anonym, kompetent und rund um die Uhr erreichbar. Das Team der Seelsorger besteht aus Mitgliedern unterschiedlicher Konfessionen und Berufe mit verschiedenen Erfahrungen und Fähigkeiten sowie aus ehrenamtlichen Helfern. Die Mitarbeiter wurden ein Jahr ausgebildet und intensiv auf die Dienstleistung vorbereitet. Wenn Sie einsam sind, die Angst unerträglich wird, das Leben sinnlos erscheint oder das Gefühl der Ohnmacht Sie nicht loslässt, nehmen Sie per Telefon, Chat oder E-Mail Kontakt zur TelefonSeelsorge® auf. Der Anruf ist kostenfrei – auch aus Mobilfunknetzen. Für die E-Mail- und Chat-Seelsorge erhalten Sie auf der Seite www.telefonseelsorge.de nähere Informationen.

TelefonSeelsorge®

T: 0800 111 0 111 oder
0800 111 0 222
www.telefonseelsorge.de



Netzwerk Kopf Hals M.U.N.D. Krebs e.V.

Das Netzwerk ist eine Initiative von Krebspatienten in Deutschland, das Menschen unterstützt, die an einem Kopf-Hals-Tumor oberhalb des Kehlkopfs erkrankt sind. Das Netzwerk gibt Rat und Hilfe bei Tumoren:

- der Mundhöhle (Mundhöhlenkarzinom), d.h. Tumoren von Lippen, Zunge, Mundboden, Gaumen, Mandel, Speicheldrüsen
- des Rachens (Pharynxkarzinom)
- der Nase und
- der Nasennebenhöhle.

Netzwerk Kopf Hals M.U.N.D. Krebs e.V.

Thomas-Mann-Str. 40 | 53111 Bonn

T: 0228 33889280

info@kopf-hals-mund-krebs.de

www.kopf-hals-mund-krebs.de



Sprechzeiten:

Mo - Fr: 09:00 bis 12:00 Uhr

Di - Do: zusätzlich 15:00 bis 17:00 Uhr

Weitere Angebote und Informationen

KISS

Kontakt- und Informationsstelle für
Selbsthilfe in Regensburg

T: 0941 599388610

kiss.regensburg@paritaet-bayern.de

www.kiss-regensburg.de



Bundesverband der Kehlkopferierten e.V.

Thomas-Mann-Str. 40

53111 Bonn

T: 0228 33889-300

geschaeftsstelle@kehlkopferiert-bv.de

www.kehlkopferiert-bv.de



Informationen zur Rauch-Entwöhnung

Die Entscheidung, mit dem Rauchen aufzuhören, ist ein erster Schritt.

Mit kontinuierlicher Unterstützung und der positiven Aussicht, ohne Rauchen zu leben, können Sie es schaffen.

Das Ärzteteam und das Case Management beraten Sie gerne zu den unterschiedlichen Möglichkeiten der Rauch-Entwöhnung.

Das Rauchfrei-Programm – eine ambulante Tabakentwöhnung

Kursleiterin: Christina Ostermeier, Psychologin

Kosten: 200 € (Zuschuss von Krankenkasse möglich)

Ablauf: Sieben Termine je 90 Minuten innerhalb von acht Wochen in Gruppen mit maximal acht Teilnehmern

Organisation: Case Management HNO des UKR

Kontakt Case Management HNO:

Bauteil C2, 1. OG, Zimmer 7

T: 0941 944-19503

casemanager.hno@ukr.de

Leistungen der Krankenkassen

Viele Krankenkassen bieten Nichtraucher-Kurse an, deren Teilnahme kostenlos ist, oder bezuschussen solche Kurse.

Informieren Sie sich bei Ihrer **zuständigen Krankenkasse** über deren Angebote.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Proaktive Telefonberatung zur Rauch-Entwöhnung

Kostenlose Servicenummer:

T: 0800 8313131

Caritasverband für die Diözese Regensburg e. V. – Fachambulanz für Suchtprobleme

Information – Unterstützung – Beratung

Kontakt:

Hemauer Str. 10 c

93047 Regensburg

T: 0941 6308270



Kontakt

Leitstelle Klinik und Poliklinik für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde

T: 0941 944-9410

F: 0941 944-9415

leitstelle.hno@ukr.de

www.ukr.de/hno

Leitstelle Klinik und Poliklinik für Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie

T: 0941 944-6329

F: 0941 944-6149

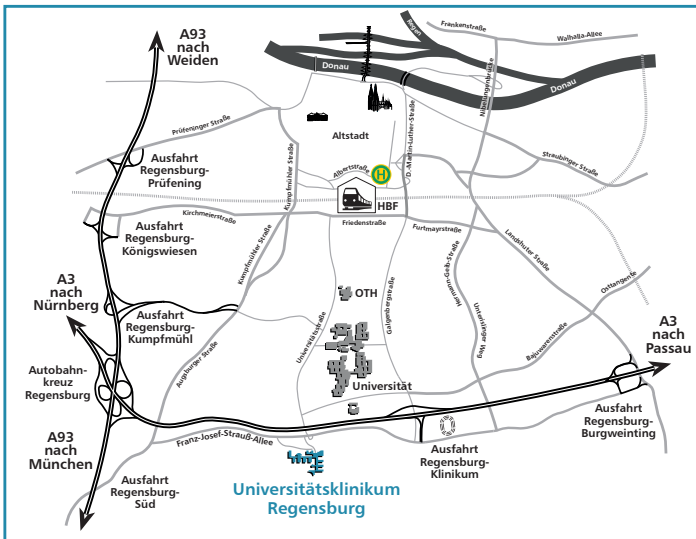
www.ukr.de/mkg-chirurgie

So erreichen Sie uns

Universitätsklinikum Regensburg (AöR)

Franz-Josef-Strauß-Allee 11

93053 Regensburg



ukr.de/hno
ukr.de/mkg-chirurgie

Fotos: Titelblatt: © Simone Kornburger | S. 4/5, 12, 14/15, 16/17, 19, 21: © UKR |

S. 22/23: © contrastwerkstatt/Fotolia | S. 24 - 27: © capella9/Fotolia |

S. 29: © rawpixel/Pexels | S. 31: © methaphum/AdobeStock

Stand: März 2021