



Foto: foto

„Wir können. Ich kann!“

Der heutige Weltkrebstag rückt die Verantwortung des Einzelnen für seine Gesundheit in den Fokus

■ Von Ralf Schwuchow

Am heutigen 4. Februar ist Weltkrebstag. Das diesjährige Motto lautet: „Wir können. Ich kann.“ Es steht dafür, dass Menschen durch einen gesunden Lebensstil dazu beitragen können, vielen Krebsarten vorzubeugen. „Gesundheit ist ein hohes Gut, und es macht Spaß, etwas dafür zu tun“, betont Gerd Nettekoven. Der Vorstandsvorsitzende der Deutschen Krebshilfe sieht die Krebsprävention als eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe an. Daher setzt sich die Organisation auch zusammen mit anderen Akteuren des Gesundheitssystems dafür ein, dass Lebensbedingungen verändert werden: Auf politischer Ebene fordert die Deutsche Krebshilfe ein vollständiges Tabakverbot sowie Werbeseinschränkungen für überzuckerte Lebensmittel. Zudem engagiert sie sich dafür, dass in Kindertagesstätten und Schulen täglich mindestens eine Stunde Sport in den Tagesablauf integriert, Schattenplätze zum Schutz vor starker Sonnenstrahlung installiert sowie gesundes Schulspeisen und gesunde Pausensnacks angeboten werden. Zum Schutz vor Hautkrebs bei Beschäftigten, die überwiegend im Freien arbeiten, empfiehlt die Deutsche

INTERVIEW

Dr. Michael Flaßhove
Arzt

Krebshilfe verschiedene UV-Schutzmaßnahmen. Anlässlich des Weltkrebstages hat der Super Sonntag mit Priv.-Doz. Dr. Michael Flaßhove, dem Chefarzt der Klinik für Hämatologie und Internistische Onkologie im Krankenhaus Düren, über die Vorsorge und die Chancen der Medizin im Kampf gegen den Krebs gesprochen.

Herr Dr. Flaßhove, der Weltkrebstag rückt die Verantwortung jedes Einzelnen für seine Gesundheit in den Fokus. Wie wichtig ist eine gesunde Lebensweise als Vorbeugung vor einer Krebserkrankung und worauf sollte man besonders achten?

Dr. Michael Flaßhove: Eine gesunde Lebensweise ist natürlich als Vorbeugung vor Krebserkrankungen enorm wichtig. Hierzu zählen unter anderem regelmäßige, körperliche Aktivität und das Einhalten eines Normalgewichts. Zu einer gesunden Ernährung gehören unter anderem ballaststoff- und nährstoffreiche

Nahrungsmittel pflanzlichen Ursprungs, reichlich Obst und Gemüse sowie ein begrenzter Verzehr von rotem oder verarbeitetem Fleisch. Auch zuckerhaltige Getränke und Alkohol sollten nur in Maßen getrunken werden. Wobei mir bewusst ist, dass das in der Karnealszeit sicher eine unpopuläre Empfehlung ist – aber es folgt ja direkt im Anschluss die Fastenzeit. Vermeiden sollte man unbedingt eindeutige Risikofaktoren für das Entstehen von Krebs: Insbesondere in den Sommermonaten sollten wir uns nicht zu stark der Sonne aussetzen oder uns schützen. Und wir sollten das Rauchen unbedingt vermeiden.

Genauso wichtig wie die gesunde Lebensweise ist die Krebsvorsorge. Noch immer nimmt es aber vor allem der männliche Teil der Bevölkerung bisweilen nicht ganz so ernst damit. Was sagen Sie den „Vorsorgemuffeln“?

Dr. Flaßhove: Es gilt die Regel: Der Regenschirm hält uns nur trocken, wenn wir ihn auch aufspannen. Es sollte auch uns Männer, die tatsächlich deutlich „vorsorgefauler“ sind als die Frauen, überzeugen, wenn Gesetzgeber und Krankenkassen, die ja meist über zu wenig finanzielle Mittel klagen, uns die entsprechenden Untersuchungen kostenfrei empfehlen. Was kann besser sein, als eine Gewebeveränderung frühzeitig zu entfernen, bevor sie bösartig wird, oder aber einen Krebs im frühen Stadium zu operieren – mit einer hohen Chance auf eine lebenslange Heilung?

Seit 1970 hat sich die Zahl der Krebserkrankungen in Deutschland verdoppelt. Und sie nimmt weiter zu – auch weil wir immer älter werden. Wie stellt sich das

Krankenhaus Düren als Schwerpunktversorger für onkologische Patienten auf diese Entwicklung ein?

Dr. Flaßhove: Das Krankenhaus Düren hat bereits vor einigen Jahren die Onkologie, also die Behandlung von bösartigen Erkrankungen, als einen Schwerpunkt des Hauses festgelegt. Damit wurden auch die entsprechenden Voraussetzungen für die Versorgung der stetig steigenden Zahl von Patienten geschaffen – unter anderem in unseren zertifizierten Krebszentren. Hierzu gehören neben einer eigenen internistischen Abteilung für Onkologie mit stationären und ambulanten Betreuungsmöglichkeiten auch die hohe Expertise für die Behandlung dieser Krankheitsbilder in den anderen Abteilungen des Hauses wie Chirurgie, Urologie, Gynäkologie, Gastroenterologie und Radiologie. Darüber hinaus sind aber auch Pathologen und Strahlentherapeuten am Hause tätig und – genauso wichtig – speziell weitergebildete Pflegekräfte, Psychoonkologen und Sozialarbeiter, die auf die speziellen Bedürfnisse der Patienten eingehen können.

Die Medizin entwickelt sich in rasantem Tempo. Die Chancen auf ein längeres und „lebenswertes“ Leben mit und trotz Krebs haben sich deutlich erhöht. Welche Fortschritte in der Diagnostik und Behandlung von Krebs sind in den kommenden Jahren zu erwarten?

Dr. Flaßhove: Die Diagnostik und die sich hieraus entwickelnden Therapien von Krebserkrankungen bewegen sich zurzeit tatsächlich mit der Geschwindigkeit eines (funktionierenden) Intercity voran. In der Diagnostik erlauben

neben der klassischen Mikroskopie zunehmend sehr aufwändige, genetische Methoden an immer kleineren Gewebeproben eine immer feinere Unterteilung der einzelnen Krebsarten. Hieraus folgt eine spezifischere und individuellere Therapie der einzelnen Patienten. Neben den klassischen Zellgiften oder Chemotherapeutika stehen uns mittlerweile eine fast monatlich wachsende Anzahl an sogenannten zielgerichteten Medikamenten für die jeweilige Situation zur Verfügung. Die Immuntherapie bösartiger Erkrankungen, also die Nutzung des körpereigenen Immunsystems zur Abtötung von Krebszellen, ist durch die Entwicklung neuer unterstützender Medikamente in den letzten Jahren aus dem Experimentierstadium in den

klinischen Alltag gerückt. Mit all diesen Entwicklungen ist die Hoffnung mehr als berechtigt, dass sich die Prognosen von Krebserkrankungen für die Patienten weiter deutlich verbessern lassen.



Priv.-Doz. Dr. Michael Flaßhove ist Chefarzt der Klinik für Hämatologie und Internistische Onkologie im Krankenhaus Düren.

Foto: Krankenhaus Düren

ERSTMALS IM JAHR 2006

Der Weltkrebstag fand zum ersten Mal am 4. Februar 2006 statt. Er wurde von der Weltkrebsorganisation UICC ausgerufen. Mit dem diesjährigen Motto heben die Initiatoren hervor, dass sich jeder dem Kampf gegen Krebs anschließen kann – egal, ob als Einzelperson oder im Kollektiv. Infos zum Weltkrebstag sowie Materialien zur Krebsprävention finden Interessierte bei der Deutschen Krebshilfe (www.krebshilfe.de). Eine persönliche Beratung bieten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Informations- und Beratungsdienstes der Deutschen Krebshilfe „INFONETZ KREBS“ unter der kostenlosen Rufnummer 0800/80708877.

Kastelruther Spatzen
aus Südtirol

live 2018

Die Tour zum neuen Album!
VO Oktober 2017

20.04.18 Arena Kreis Düren
Tickets & Infos: 02405 - 40 860
oder online www.meyer-konzerte.de