

Integrative Onkologie am Klinikum St. Marien Amberg Vorstellung des neuen Zusatzangebots für Krebspatienten

Bewegung, Entspannung und eine ausgewogene Ernährung sind wichtige Faktoren für ein gesundes Leben. Noch wichtiger werden sie bei einer existentiellen Krise, wie sie durch eine Krebserkrankung ausgelöst werden kann. Genau hier setzt das neue Projekt „Integrative Onkologie“ am Klinikum St. Marien Amberg an: Es verbindet Schulmedizin und komplementäre Heilverfahren. Gesponsert wird das Projekt vom Förderverein Frauengesundheit Oberpfalz (FFGO). Welche konkreten Angebote es bereits gibt und welche in naher Zukunft etabliert werden – das erfuhren Interessierte jetzt bei der Projektvorstellung im Patientengarten. Für eine lockere Atmosphäre sorgte die Jazzband „blue note project“, die den Abend kostenlos musikalisch umrahmte.

Angebot und Nachfrage

Die Integrative Onkologie soll Patienten dabei unterstützen, selbst aktiv im Kampf gegen Krebs zu werden. Wie genau, das kann jeder für sich selbst entscheiden. Denn das Angebot der Integrativen Onkologie ist vielfältig und ruht auf vier Säulen: Bewegung, Ernährung und Entspannung und in einem weiteren Schritt naturheilkundliche Verfahren. Einige Zusatzleistungen wie Schminkkurse oder die Kunsttherapie im Offenen Atelier gibt es bereits seit Jahren dank der finanziellen Unterstützung des FFGO. Denn Krankenkassen zahlen diese Zusatzleistungen bisher nicht. Andere wie die Onkologische Bewegungs- und Sporttherapie oder spezielle Kurse zur richtigen Ernährung werden jetzt unter dem Dach einer eigenen „Integrativen Onkologie“ neu etabliert. „So wollen wir ein breites Angebot schaffen, das auch Männer anspricht, die bislang eher zurückhaltend waren“, sagte Dr. Harald Hollnberger, Ärztlicher Direktor des Amberger Klinikums und Administrativer Leiter des Onkologischen Zentrums, der sich erfreut zeigte, dass so viele männlichen Zuhörer zur Abendveranstaltung gekommen waren.

Bewegung und Sport

Tobias Härtl ist einer von zwei Physiotherapeuten, die vor kurzem ihre Zusatzausbildung an der Sportuniversität Köln abgeschlossen haben. Er wird gemeinsam mit seinem Kollegen Martin Weinfurter Kurse für Onkologische Bewegungs- und Trainingstherapie (OTT) geben: Das 12-wöchige Programm aus Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination hat zum Ziel, die Lebensqualität der Patienten zu steigern und therapiebedingte Beschwerden zu lindern. Trainiert wird in Kleingruppen von maximal sechs Personen zweimal pro Woche. „Dabei nehmen wir Rücksicht auf die jeweilige Behandlungsphase, in der sich unsere Patienten befinden“, erklärte Härtl. Jeder Teilnehmer erhält einen individuell auf ihn zugeschnittenen Therapieplan, der auf Basis einer ausführlichen Eingangsuntersuchung festgelegt wird. Auch spezielle Beschwerden, ausgelöst beispielsweise durch eine Prostataentfernung oder Chemotherapie, können gezielt behandelt werden. Unterstützung erhält das Klinikum dabei vom Sportpark Amberg, der die kostenlose Nutzung von Geräten und Räumlichkeiten für die nächsten Monate angeboten hat.

Die positiven Effekte einer aktivierenden Bewegungstherapie sind in Amerika bereits seit längerem bekannt und haben jetzt auch Einzug in die Leitlinien zur Behandlung von Brustkrebspatienten in Deutschland gehalten.

Entspannung und Ernährung

Da es bei der Integrativen Onkologie darum geht, den Patienten mit all seinen Facetten wahrzunehmen, soll nicht nur Körper, sondern auch Seele und Geist gestärkt werden. „Wir wollen, dass unsere Patienten mit Selbstvertrauen und einem soliden Immunsystem positiv auf die Erkrankung einwirken. Die Angebote, die wir dafür zusammengestellt haben, ergänzen und unterstützen immer die Schulmedizin“, so Dr. Harald Hollnberger.

Zu diesen Angeboten zählt beispielsweise der Psychoonkologische Dienst von Johanna Stöcklmeier und Carla Breitwieser. Die beiden Psychoonkologinnen geben seit 15 Jahren – wo gewünscht – intensiven therapeutischen Beistand, bieten Gespräche in akuten Situationen an und versuchen, gemeinsam Lösungen zu finden. Einen anderen Ansatz verfolgt das Offene Atelier von Kunsttherapeutin Michaela Peter. Sie ermutigt ihre Teilnehmer dazu, ihre aktuellen Bedürfnisse wahrzunehmen und durch Kunst auszudrücken. Hier finden Emotionen auf künstlerisch-kreative Weise Platz, die mit Sprache nicht zu benennen sind. Bei Doris Kastner geht es ebenfalls darum, Entspannung zu finden und seine Gedanken in eine andere Richtung zu lenken. Die gelernte Gesundheits- und Krankenpflegerin arbeitet an der Schmerztagesklinik im Klinikum Amberg mit den Schwerpunkten Stressmanagement und Entspannung. In ihren Kursen erlernen Teilnehmer durch Techniken wie Progressive Muskelentspannung oder Autogenes Training Depressionen, Schlafstörungen oder Schmerzzustände zu überwinden.

Zudem wird es auch ein spezielles Angebot rund ums Thema Ernährung geben, da die Krebstherapie manchmal von einem veränderten Geschmackssinn, Übelkeit und Appetitlosigkeit begleitet wird. Neben Vorträgen erfahren Interessierte bei Workshops, wie sie ihre Selbstheilungskräfte durch gesundes Essen unterstützen können. „Viel Wissen über Heilkräfte und die entzündungshemmende Wirkung von Gewürzen ist mittlerweile verlorengegangen“, so Peter Fischer. Dieses verlorene Wissen will der Leiter der Klinik-Gastronomie seinen Teilnehmern wieder vermitteln. Gemeinsam mit Betroffenen wird er die positive Wirkung von selbstgemachtem, fermentiertem Gemüse wie Sauerkraut aufzeigen und erklären, warum wie sich Brennnesseln als zusätzliche Eiweißlieferanten in die Mahlzeiten einbauen lassen.

Termine und Vorträge

Neben Workshops haben Betroffene außerdem die Möglichkeit, sich auf unterschiedlichen Vorträgen im Klinikum zu informieren: Im Herbst geht die Vortragsreihe „Integrativen Onkologie“ weiter. Dann informiert Florian Wiedemann zum Thema „Mehr innere Stärke durch Achtsamkeit“. Der Experte für achtsamkeitsbasierte Stressbewältigung und Gesundheitscoach ist am 13. September 2017 im Speisesaal des Klinikums zu hören. Los geht es um 18 Uhr. Der Eintritt ist kostenlos.

Helfen und Fördern

Da das Projekt „Integrative Onkologie“ nicht von Krankenkassen unterstützt wird, sondern sich aus Spenden des Fördervereins Frauengesundheit Oberpfalz finanziert, sucht das Klinikum nach Unterstützern, die dieses wichtige und sinnvolle Projekt mitfinanzieren. Spenden für das Projekt „Integrative Onkologie“ nimmt der FFGO entgegen. Die Spenden sind steuerlich absetzbar.

IBAN: DE56 7525 0000 0200 3709 30

BIC: BYLADEM1ABG

Sparkasse Amberg-Sulzbach