

Die Harnblase

Ausgabe Dezember 2020



*Selbsthilfe-Bund
Blasenkrebs e.V.*



*Wir wünschen allen Lesern frohe und besinnliche
Festtage und ein gutes und gesundes neues Jahr 2021*



Editorial

Inhalt / Impressum / Editorial	2-3
--------------------------------	-----

Aktuell

Lebensqualität in Zeiten des Coronavirus	4-8
Schriftliche Beschlüsse statt Präsenzveranstaltung	9
Beteiligen Sie sich an der Delegiertenwahl	10
Einladung zur Delegiertenversammlung 2021	11
Nächste Medizinische Fachtagung & Tagung für Gruppensprecher vom 7. - 9. Oktober in Königswinter	11
Ohne Eigennutz helfen und unterstützen	12-13

Lebensqualität

Die Krankheit nach der Krankheit	14
----------------------------------	----

Medizin

Harnblasenkarzinom behandeln – Radiochemotherapie versus Zystektomie?	15-16
Rauchen und Blasenkrebs – E-Zigaretten laut US-Studie keine Alternative!	17
Kongressnachlese 2020 – Erster Online-DGU-Kongress erfolgreich durchgeführt	18
Die Verbände der Krebs-Selbsthilfe sind besorgt	19

Gesundheits- und Sozialpolitik

Ein Statement für eine Pflegereserve bei künftigen Krisen und Notlagen	20
--	----

ShB intern

Trauer um unseren stellvertretenden Vorsitzenden	21
10 Jahre Geschäftsstelle ShB – Ehrenamt und Hauptamt: Gute Zusammenarbeit bestimmen die Arbeit	22-24
Jubiläen in 2020	24

Verschiedenes

„500.000 – und ich!“ – Was uns die jährlichen Krebs-Neuerkrankungen angehen	25-26
Aktualisierter Wegweiser zu Sozialleistungen	27
Buchvorstellung: „Diagnose Krebs – Zusammen stark bleiben“	27

Ein Wort zum Schluss

„Brauch ich das oder kann das weg?“	28
-------------------------------------	----

Selbsthilfegruppen Blasenkrebs

29-32

Impressum

„Die Harnblase“ ist Ihre Zeitschrift. Sie lebt davon, dass auch Sie diese mit Inhalt füllen. Haben Sie einen Hinweis für unsere Leser? Was verbindet Sie besonders mit dem **Selbsthilfe-Bund Blasenkrebs e.V.**? Oder möchten Sie Lob oder Kritik äußern? Es gibt vieles, das uns und die Leser interessiert. Also teilen Sie es uns gerne mit!

„Die Harnblase“

Dezember 2020 – ISSN 2190-474X

Herausgeber:

Selbsthilfe-Bund Blasenkrebs e.V.

Thomas-Mann-Straße 40

53111 Bonn

☎ 0228 338 891 50

✉ info@blasenkrebs-shb.de

www.blasenkrebs-shb.de

Ansprechpartner für „Die Harnblase“:

Joachim Weier

Selbsthilfe-Bund Blasenkrebs e.V.

☎ 02332 70 84 400

✉ weier@blasenkrebs-shb.de

Redaktion:

Brigitte Papayannakis

(Gesamtkoordination und Lektorat)

☎ 0228 338 891 52

✉ papayannakis@blasenkrebs-shb.de

Corinna Busch (ShB-Geschäftsstelle)

Nicole-Karen Bohm (ShB-Geschäftsstelle)

Klaus Schuhmacher (Landesbeauftragter NRW)

SHG Blasenkrebs Westfalica (Bad Oeynhausen)

Dr. Edmond Schiek-Kunz (ShB-Vorstandsmitglied)

Redaktionsmitarbeit:

Inge Pothast (ShB-Selbsthilfegruppe Duisburg)

Dr.med. Edmond Schiek-Kunz (ShB-Vorstandsmitglied)

Klaus Schuhmacher (Landesbeauftragter NRW)

Artur Krzyzanowski (ShB-Vorstandsmitglied)

Corinna Busch (ShB-Geschäftsstelle)

Brigitte Papayannakis (ShB-Geschäftsstelle, freie Medizinjournalistin)

Fotos:

Pixabay (Titelseite, S. 3 - 8)

geralt - Pixabay (S. 14)

krebsinformationsdienst_dkfz (S. 14)

Privat (S. 15)

Brigitte Papayannakis (S. 16)

cmart29 - Pixabay (S. 17)

DGU (S. 18)

Peter Kneffel/dpa, sasint - Pixabay (S. 20)

Privat, stux - Pixabay (S.21)

Brigitte Papayannakis (S.22-23)

scholty1970 - Pixabay (S. 25)

Thieme (S. 26)

Stiftung Deutsche Krebshilfe (S.27)

arivleone - Pixabay (S. 28)

Genderhinweis:

Allein aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in der Zeitschrift auf die gleichzeitige Verwendung weiblicher und männlicher Sprachformen verzichtet und das generische Maskulinum verwendet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für beide Geschlechter.

Spendenkonto:

Sparkasse KölnBonn

IBAN DE98 3705 0198 1931 2159 80

BIC COLSDE33XXX

Gestaltung:

Kolton Design, Dortmund

Druck:

Wolanski GmbH, Bonn

Erscheinungsweise:

„Die Harnblase“ erscheint im Juni und Dezember eines Jahres.

Bezugsbedingungen:

Die Zeitschrift wird an alle Mitglieder bundesweit kostenlos verschickt. Sie kann außerdem angefordert werden und steht auch im Internet unter www.blasenkrebs-shb.de zum Download bereit. Die Beiträge stimmen nicht zwangsläufig mit der Meinung des Herausgebers überein. Die Autoren erklären sich mit der redaktionellen Bearbeitung ihrer Beiträge einverstanden.

Der ShB wird gefördert von



Liebe Leser der „Harnblase“!

Dieses Jahr steht ganz im Zeichen des Coronavirus. Es hat uns fest im Griff. Alle Bereiche unserer Gesellschaft sind davon betroffen, so auch die Krebs-Selbsthilfe. Aus gutem Grund müssen wir uns davor schützen, denn gehören wir doch alle zu den benannten Risikogruppen in unserer Gesellschaft.

Als im Sommer die Infektionszahlen rückläufig waren, glaubten viele Menschen, es sei überstanden. Der Eindruck war trügerisch, denn die derzeitig steil ansteigenden Zahlen deuten in eine andere Richtung und beunruhigen. Auch die Entwicklung nach den neuerlichen Einschränkungen des täglichen Lebens in der Öffentlichkeit ist wenig ermunternd.

Vermissen wir doch alle die vielen selbstverständlichen Annehmlichkeiten des täglichen Lebens. Die Treffen mit Freunden, das ausgelassene Feiern zu besonderen Anlässen, die erholsamen Reisen und so Vieles mehr. Aber auch die guten, unterstützenden Gespräche in den Selbsthilfegruppen fehlen so schmerzlich.

Für den ShB sind in diesem Jahr alle Präsenzveranstaltungen abgesagt worden. Die Delegiertenversammlung und Gruppensprechertreffen sowie das Seminar in der Dr. Mildred Scheel Stiftung konnten nicht stattfinden. Auch unsere Selbsthilfegruppen konnten sich zeitweise nicht treffen. Die Kommunikation im Vorstand sowie mit den anderen Verbänden im Haus der Krebs-Selbsthilfe kann dennoch in vielen Fällen online in Webkonferenzen stattfinden. Das ist gut so. Denn wir müssen in Kontakt bleiben und die wichtigen Gespräche lebendig erhalten.

Die Tatsache, dass nun bald ein Impfstoff zur Verfügung stehen soll, gibt aber Mut und lässt hoffen. Bis dahin müssen wir uns noch ein wenig in Geduld üben, mit Disziplin den Infektionsschutz beherzigen und uns an die vorgegebenen Regeln halten (AHA+C+L). Bis ein gewisses Maß an Normalität wieder eintritt, wird noch eine Zeit vergehen.

Der Tag der Krebs-Selbsthilfe 2020, der vom DKH veranstaltet wurde und an dem alle Verbände des HKSH-BV teilnahmen, stand im Zeichen von Digitalisierung der Krebs-Selbsthilfe. Dass der Wandel dahin so schnell fortschreiten sollte, war zunächst nicht vorhersehbar. Das Virus hat uns offensichtlich dazu gezwungen und damit neue Wege zur Digitalisierung aufgezeigt.



Die Krebs-Selbsthilfe befindet sich deutlich erkennbar im Wandel. Dieser Tatsache muss sich auch der ShB stellen. Nur gemeinsam in Kooperation mit anderen Verbänden, insbesondere im HKSH-BV, sind wir stark und können in Zukunft bestehen.

In dieser Harnblase, die Sie heute in den Händen halten, lesen Sie interessante Erkenntnisse aus Medizin und Forschung, aber auch Therapieansätze zum Harnblasenkrebs werden vorgestellt. Der Zusammenhang zwischen Rauchen und Blasenkrebs wird thematisiert.

Ist die Radiochemotherapie eine Alternative zur Zystektomie?

Die Lebensqualität nach Blasenkrebs, auf dem Weg zurück in den Alltag mit Hilfe einer Selbsthilfegruppe, wird ebenfalls beschrieben.

Was ist zudem geschehen in den letzten zehn Jahren des ShB e. V.? Das erfahren Sie in einem Rückblick.

Zum Schluss finden Sie in unserer lieb gewonnenen Zeitschrift noch zwei Buchtipps und eine interessante Buchbesprechung.

Wie immer wünschen wir Ihnen viel Spaß beim Lesen der neuen Harnblase.

Bleiben Sie bitte gesund!

Ihr ShB-Vorstand

Lebensqualität in Zeiten des Coronavirus

Mitglieder berichten über ihre Erfahrungen während und nach dem ersten Lockdown im Frühjahr und Sommer dieses Jahr

Während diese einleitenden Zeilen über die folgenden Eindrücke und Erlebnisse unserer Mitglieder in den letzten Monaten während der Pandemie geschrieben werden, befinden wir uns schon wieder im zweiten Lockdown. Erneut wird das öffentliche Leben nur eingeschränkt wahrgenommen. Neue Maßnahmen seitens der Politik sollen greifen, damit die Ausbreitung des Virus in den Wintermonaten überschaubar und kontrolliert eingrenzbare ist. Aber wir selbst sind unmittelbar gefordert, unsere Mitmenschen und uns selbst zu schützen.

Der ShB hat im Sommer einen Aufruf gestartet. Aus Sorge um seine Mitglieder sollte erfragt werden, wie es ihnen gesundheitlich geht, und ob in solchen Zeiten Selbsthilfearbeit überhaupt noch möglich ist. Sehr viele Mitglieder haben auf die E-Mail reagiert. An dieser Stelle möchten wir uns herzlich dafür bei allen bedanken.

Die zahlreichen Rückmeldungen möchten wir nun gerne gekürzt vorstellen. Schon jetzt lässt sich zusammenfassend festhalten: Der persönliche Kontakt fehlt sehr, daran können Online-Videokonferenzprogramme nichts ändern. Auch lässt sich aus den Aussagen erkennen, dass einigen Mitgliedern technische Ausstattungen, wie beispielsweise Computer, fehlen und die Nutzung neuer Medien somit nicht wahrnehmen können - aber auch manchmal nicht anwenden möchten. Es waren durchaus Schwerpunkte bei den Antworten erkennbar. Daher haben wir Oberbegriffe, die auf die Inhalte der Aussagen hinweisen, im Nachgang festgelegt und Antworten passend hinzugefügt. Vielleicht finden Sie sich und Ihre Gruppe beim Lesen wieder. Wichtig bleibt: Tun Sie alles, damit Sie gesund bleiben!

Brigitte Papayannakis



„...die Angst vor diesem Virus griff und greift mehr um sich.“

Die Corona Pandemie und ihre Auswirkungen auf mein Leben

Die erhebliche Gefahr dieser Pandemie, die sich auch über Europa ausbreitet, hatte sich bereits Ende Februar angedeutet. In der Woche vor dem angeordneten „Lockdown“ hatte ich sehr inten-

siv an der Fertigstellung eines Videos gearbeitet. Dazu hielt ich mich oft im Studio des „Offenen Kanal Magdeburg“, einem lokalen Fernsehsender, auf. Ich ahnte da bereits, dass es ohne Beschränkungen des öffentlichen Lebens nicht ablaufen wird und der Zutritt zum Studio eingeschränkt würde. Schon Mitte März griff die Angst in der Öffentlichkeit vor diesem Virus immer mehr um sich. Die Gefahr für unsere Gesundheit, weil weitestgehend noch nicht eingrenzbare, wurde allgemein erkannt und drang immer mehr in unser Bewusstsein. Deshalb ging es in dieser Woche bei mir sehr hektisch zu. Ich saß also stundenlang vor dem PC, um das Video-Projekt endlich abzuschließen, welches mir auf den letzten Drücker auch gelang.

Und dann trat tatsächlich der Supergau ein. Von heute auf Morgen lautete die staatliche Anordnung: Bleibt alle zu Hause.



„In den ersten Tagen des Lockdown genoss ich die plötzliche Ruhe.“

Das „Studio des Offenen Kanal“ wurde tatsächlich geschlossen und keine neuen Beiträge mehr produziert.

Alle privaten Termine und geplanten Veranstaltungsbesuche wurden abgesagt. Meine Frau und ich zogen uns vorwiegend in unsere Wohnung zurück, später kam ein weiterer Rückzugsort - unser Garten - dazu. Die Frühjahresarbeiten im Garten standen an und gaben uns zumindest teilweise ein wenig Struktur im Tagesablauf, abgesehen von den regelmäßigen Mahlzeiten morgens, mittags und abends. Tägliche Spaziergänge in der näheren Wohnumgebung sorgten ein wenig für Abwechslung. Wir waren darauf bedacht, niemandem zu nahe zu kommen. Sonstige soziale Kontakte gab es nur noch telefonisch oder über Videochats, vor allem mit den Enkelkindern.

In den ersten Tagen des Lockdown genoss ich die

plötzliche Ruhe. Ich empfand es als angenehm, keine Termine oder Verpflichtungen zu haben. Da gab es ja auch genügend Angelegenheiten, die immer wieder verschoben oder gar nicht erledigt worden waren.

Zum Beispiel die umfangreichen Foto- und Videoarchive zu ordnen, Unterlagen samt Steuererklärung aufzubereiten und eine Menge anderer Themen. Endlich konnte ich mal das Buch, was schon länger auf dem Nachttisch lag, in fast einem Rutsch durchlesen. Und gleich das nächste in Angriff nehmen. Einfach herrlich – wie Urlaub eben.

Unangenehm war für mich die Tatsache, dass ich auch alle meine Arzt- und Physiotherapieterminne absagen musste. Die Gruppentreffen unserer Selbsthilfegruppe wurden ebenfalls ab März ausgesetzt.

Da mir immer an Bewegung und sportlicher Betätigung gelegen ist, habe ich unter Anleitung einer Trainerin über das Internet versucht, regelmäßig Gymnastik zu machen. Nach wenigen Versuchen habe ich das aber aufgegeben, da mir einfach die Interaktion dabei fehlte. Außerdem ist die Motivation, im Rahmen einer Gruppe Sport zu treiben, sehr viel größer.

Ein Urlaub dauert in der Regel zwei oder drei Wochen. So war meine Überlegung, wie wahrscheinlich die vieler anderer auch. Die Zeit bis Ostern, kein Problem, das schaffen wir schon. Nur, die Beschränkungen setzten sich auch nach Ostern fort. Zudem begannen nun bei mir langsam die ständigen Berichte und Bilder im Fernsehen von den Brandherden dieser Pandemie in mein Bewusstsein zu dringen. Ein diffuses Gefühl der Unsicherheit und teilweise auch Angst verschaffte sich immer mehr Raum in meinem Denken, vor allem aber bei meiner Frau.



„Am heftigsten setzten und setzen mir aber die eingeschränkten sozialen Kontakte zu.“

Viele Wirkungen der Krankheit beim Menschen waren noch ungeklärt. Umgekehrt wussten die Wissenschaftler aber auch nicht, welche Gegenmittel nun überhaupt wirksam und dieser Situation angemessen waren. Fieberhaft begann man weltweit an Impfstoffen zu arbeiten. Empfohlen wurden nach einigem Zögern der Behörden dann im Rahmen des allgemeinen Infektionsschutzes die AHA-Regeln – Abstand halten – Hygieneregeln beachten – Alltagsmaske (Mund- und Nasenbedeckung). Natürlich tragen wir beim Einkaufen und in Situationen mit engerem körperlichem Kontakt, mit uns fremden Personen, den empfohlenen Mund- und Nasenschutz. Ständig werde ich durch meine Frau immer wieder dazu angehalten, die Corona Etikette auch ja einzuhalten. Das nervt auf Dauer, obwohl ich natürlich einsehe, dass das notwendig ist.

Am heftigsten setzten und setzen mir aber die eingeschränkten sozialen Kontakte zu. Wenigstens konnte ich meine Frau überzeugen, dass wir uns nach einem Vierteljahr wieder mit den Enkelkindern und ihren Eltern getroffen haben, natürlich im Freien. Urlaub an der Ostsee in einem Ferienhaus haben wir dann auch gemeinsam mit den Enkelkindern gemacht. Und, ich mache seit Mitte Mai wieder meine Bewegungstherapie innerhalb einer Sportgruppe. Die Begegnungen mit Freunden, Verwandten und Bekannten sind aber nach wie vor auf ein Mindestmaß reduziert.

Zu den Mitgliedern der Selbsthilfegruppe versuche ich, mittels E-Mail und Telefon Kontakt zu halten. Mein Vorschlag, sich im September doch wieder einmal zu treffen, fand ein mäßiges Echo. Das Risiko, sich vielleicht zu infizieren, war vielen wohl doch zu groß. Außerdem gehört unsere Alterskohorte überwiegend zur Risikogruppe. Immerhin waren wir bei unserem Treffen in einem Café fünf Personen. Weitere Treffen wollen wir vom weiteren Verlauf der Pandemie abhängig machen.

Wir werden noch eine ganze Zeit mit diesem Virus und dessen Bedrohung für unsere Gesundheit leben müssen. Ob wir wollen oder nicht, wir müssen die notwendigen Maßnahmen für die Hygiene und den sozialen Umgang miteinander in unser tägliches Leben integrieren, ohne dabei ein übermäßiges Risiko einzugehen. Über die möglichen Gefahren hinweg zu sehen oder sie gar zu ignorieren, wäre die falsche Strategie. Das bedeutet aber auch, dass wir uns psychisch darauf einzustellen haben. Nichts da mit: „Die paar Wochen schaffen wir schon.“ Diese Auswirkung der Pandemie halte ich für die gefährlichere Komponente für unser zukünftiges Handeln. Einen Spagat zwischen Akzeptanz und Vorsicht bis zu einem wirksamen und sicheren Impfschutz müssen wir hinbekommen. Das wird die Herausforderung mindestens für das nächste Jahr für uns alle sein. Darüber hinaus werden sich die Auswirkungen dieser Pandemie in unseren Verhaltensweisen und in einer Veränderung unserer Gesellschaft überhaupt widerspiegeln. Davon bin ich fest überzeugt.“

*Ulrich Lehmann
SHG Blasenkrebs Magdeburg*

E-Mailaustausch und Kontakte über Soziale Medien und Videokonferenzen

„Die Treffen sind seit März bis zum Sommer (Ende August) ausgesetzt worden. In der vergangenen Zeit wurde mit E-Mails im Abstand von drei bis vier Wochen versucht, Kontakt zu den Mitgliedern der Gruppe zu halten. Mit den Mails wurden Informationen zu der Situation in der Gruppe, Infomaterial und Literaturhinweise und -auszüge weitergegeben. Weiterhin wurde versucht, innerhalb einer WhatsApp-Gruppe (von zwölf Gruppenmitgliedern sind das sechs) Kontakt zu halten. Leider gab es auf die Mails nur am Anfang vereinzelte Rückmeldungen, später gar nichts mehr. Alle vermissen den sozialen Kontakt untereinander. Gruppentreffen virtuell über das Internet werden abgelehnt, da es bei den Treffen ja hauptsächlich um den sozialen Kontakt geht. Außerdem beträgt das Durchschnittsalter 68 Jahre. Einige Mitglieder, besonders die ab Mitte 70, sind nur über Festnetztelefon erreichbar.

Wie aus diesen Schilderungen zu ersehen ist, sind das alles keine sonderlich guten Voraussetzungen für die Selbsthilfe-Gruppenarbeit.“

SHG Blase Magdeburg

„Unter erschwerten Bedingungen werden Gruppentreffen gestaltet. Bis jetzt nutzen wir JitsiMeet und Whats App.“

SHG-Oldenburg

„Der regelmäßige Kontakt zu den Gruppenmitgliedern wurde per Telefon, E-Mail und Whats App - soweit vorhanden - gehalten. Wichtig war für unsere Mitglieder zu wissen, wie sie bei Problemen und Sorgen jemanden erreichen. Mit der Ruhe und Gelassenheit, die dem Mecklenburger eigen ist, wurde das Verbot der Gruppentreffen hingenommen. Einhellige Meinung: Wir haben ja Telefon. Wir machen weiter.“

SHG Blasenkrebs Rostock

„Selbstverständlich haben wir den direkten Kontakt während der Corona Zeit sehr vermisst. Wir haben telefonisch Kontakt zu fast allen Gruppenmitgliedern gehalten. Wir haben auch per E-Mail oder Whats App kommuniziert. Ein geplantes Treffen mit einer Oberärztin als Referentin zum

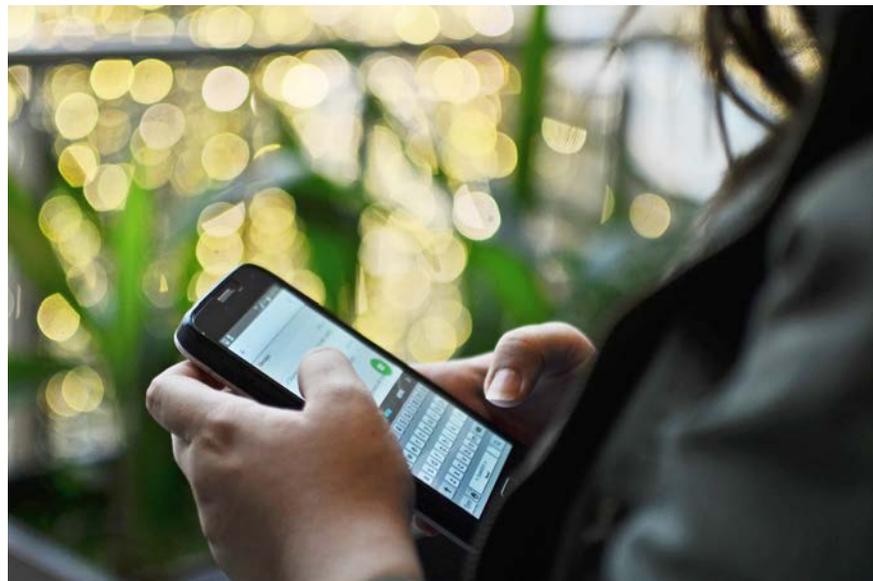
Thema Inkontinenz musste wenige Tage vorher wegen mehrerer Corona Fälle im Augusta Hospital Bochum leider abgesagt werden.“

SHG Blasenkrebs Bochum

„Wir haben in unserer SHG sporadisch mittels E-Mail Kontakt gehalten. Anfragen von Betroffenen zur Teilnahme an Gruppentreffen wurden telefonisch und Fragen beratend beantwortet. Soweit aus vereinzelt Kontakten mit den Mitgliedern bekannt ist, wurden die monatlichen Gruppentreffen vermisst.

Unsere Mitglieder sind über E-Mail erreichbar. WhatsApp wird aus Datenschutzgründen nur untereinander, aber nicht für Gruppenzwecke genutzt. Andere Techniken, wie Videokonferenzen (Skype, Jitsi Meet) werden nicht genutzt. Ausrüstung und Software-Ausstattung sind bei den Mitgliedern nicht durchgängig vorhanden.“

SHG Blasenkrebs München



„Unter erschwerten Bedingungen werden Kontakte erhalten und persönliche Gruppentreffen ersetzt.“



„Wir haben die Gruppentreffen bis auf weiteres eingestellt.“

Keine Gruppentreffen

„In der Corona-Krise gehören alle Mitglieder unserer Selbsthilfegruppe, auf Grund ihrer Erkrankung, zur Risikogruppe.

Daher werden aus Verantwortung gegenüber unseren Mitgliedern auch während der Pandemie keine Gruppentreffen erfolgen. Wir hoffen, dass bald wieder Treffen zu den üblichen Terminen stattfinden können. Dann natürlich mit den bekannten Abstands- und Hygienevorschriften.“

SHG Blasenkrebs München

„Wie viele andere hat die Corona-Pandemie auch uns auf das Empfindlichste getroffen. Das letzte reguläre Treffen war Anfang März. Seitdem haben wir uns nicht wieder gesehen. Unsere Sitzungen finden ja immer in der Handbibliothek der Urologie im Göttinger Uniklinikum statt. Und hier gab es von Anfang an strikte Zugangsbeschränkungen. Nicht einmal Krankenbesuche waren – zumindest eine Zeitlang und bis auf wenige Ausnahmen – erlaubt. Mittlerweile wurde zwar einiges gelockert, aber an eine Nutzung der Räumlichkeiten ist für uns nach wie vor nicht zu denken.“

SHG Blasenkrebs Göttingen

„Wir haben die Gruppentreffen bis auf weiteres eingestellt. Unser Vorschlag, Videokonferenzen auszurichten, traf auf keine Resonanz. Wenn die Covid19-Lage sich weiterhin in Deutschland so positiv entwickelt und die Verordnungslage es hergibt, könnten wir wieder über Treffen nach-denken. Bleiben Sie bitte gesund.“

SHG Blasenkrebs Darmstadt

„Was die Situation in unserer Gruppe betrifft, können wir nur berichten, dass drei Monate kein Treffen stattgefunden hat. Seit Juni können wir über das Rote Kreuz, wo wir unsere Räume haben, wieder tagen.“

ShG Blasenkrebs Schwäbisch Gmünd

Neuer Treffpunkt

„Nach dem Lockdown und allen Auflagen der Pandemie war und ist es uns leider nicht mehr möglich, unsere Treffen in der Onkologie im Krankenhaus Singen durchzuführen. Nach langem Suchen habe ich inzwischen neue Räume gefunden, und wir können uns nun schon kurzfristig treffen.“

SHG Blasenkrebs Bodensee

Schriftliche Beschlüsse statt Präsenzveranstaltung



Dieses Jahr konnten wir aufgrund der Einschränkungen durch die Corona-Pandemie leider keinerlei Präsenzveranstaltungen durchführen. So musste auch die diesjährige Delegiertenversammlung letztendlich abgesagt werden.

Um die erforderlichen Beschlüsse dennoch herbeizuführen und damit handlungsfähig zu bleiben, haben wir daher die Möglichkeiten genutzt, die der Gesetzgeber geschaffen hat. Diese erlaubten uns, das schriftliche Verfahren für Beschlussfassungen einzusetzen.

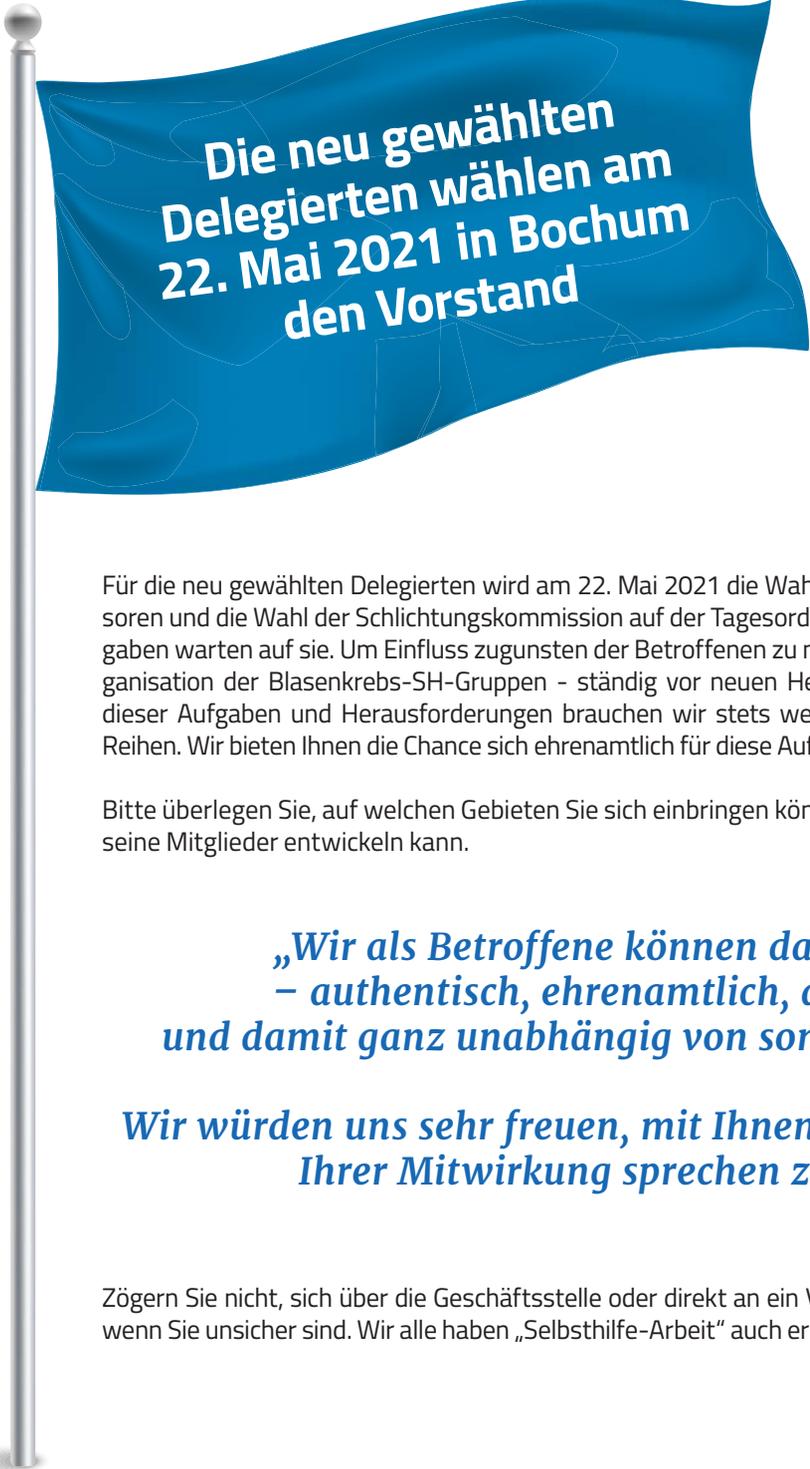
Die für die Gültigkeit dieser schriftlichen Beschlussfassung notwendige Rückmeldequote von 50 % wurde mit 97,4 % mehr als erreicht und es wurden alle Beschlüsse angenommen. Dafür ein ganz herzliches Dankeschön an alle Delegierten.

Wir hoffen, die vom 21. bis 22. Mai 2021 in Bochum geplante Delegiertenversammlung wieder in gewohnter Weise als Präsenzveranstaltung durchführen zu können.

2021 werden dann neu gewählte Delegierte zum ersten Mal zusammentreffen und vier Jahre lang das höchste Entscheidungsgremium des ShB bilden. Die Unterlagen zur Wahl dieser Delegierten sind bereits bei Ihnen eingetroffen.

Beteiligen Sie sich an der Delegiertenwahl

„Mit Ihrer Beteiligung an der Delegiertenwahl haben Sie direkten Einfluss auf dieses höchste Entscheidungsgremium des ShB“



**Die neu gewählten
Delegierten wählen am
22. Mai 2021 in Bochum
den Vorstand**

Die Delegierten treffen sich einmal jährlich und sind sozusagen das „Parlament“ des ShB. Alle wesentlichen Vorgänge, die den ShB und seine Mitglieder betreffen, werden von den Delegierten diskutiert und - wenn erforderlich - Beschlüsse dazu gefasst, z.B. Änderung der Satzung oder der Wahlordnung, die Entlastung des Vorstands und die Genehmigung aller Vorhaben. Außerdem wählt die Delegiertenversammlung sämtliche Organe des ShB.

Für die neu gewählten Delegierten wird am 22. Mai 2021 die Wahl des Vorstands, die Wahl der Revisoren und die Wahl der Schlichtungskommission auf der Tagesordnung stehen. Doch viele weitere Aufgaben warten auf sie. Um Einfluss zugunsten der Betroffenen zu nehmen, steht der ShB - als Dachorganisation der Blasenkrebs-SH-Gruppen - ständig vor neuen Herausforderungen. Zur Bewältigung dieser Aufgaben und Herausforderungen brauchen wir stets weitere aktive Mitwirkende aus Ihren Reihen. Wir bieten Ihnen die Chance sich ehrenamtlich für diese Aufgaben zu engagieren.

Bitte überlegen Sie, auf welchen Gebieten Sie sich einbringen könnten, damit der ShB sich weiter für seine Mitglieder entwickeln kann.

**„Wir als Betroffene können das am besten
– authentisch, ehrenamtlich, anerkannt –
und damit ganz unabhängig von sonstigen Interessen!“**

**Wir würden uns sehr freuen, mit Ihnen über Möglichkeiten
Ihrer Mitwirkung sprechen zu können“**

Zögern Sie nicht, sich über die Geschäftsstelle oder direkt an ein Vorstandsmitglied zu wenden, auch wenn Sie unsicher sind. Wir alle haben „Selbsthilfe-Arbeit“ auch erst lernen müssen.

Einladung zur Delegiertenversammlung 2021 vom 21.-22. Mai 2021 in Bochum



Die nächste Delegiertenversammlung ist vom 21.-22. Mai 2021 im H+Hotel in Bochum geplant. Bei dieser Delegiertenversammlung werden die neu gewählten Delegierten (s.o.) zum ersten Mal zusammenkommen. Ein Tagesordnungspunkt ist u.a. die Wahl des Vorstands.

Alle gewählten Delegierten erhalten eine persönliche Einladung zur Delegiertenversammlung.

Die Zimmer im H+Hotel sind bereits reserviert. Die Reise- und Übernachtungskosten der Delegierten werden vom ShB übernommen.

Die Delegiertenversammlung ist auch für Mitglieder offen. Die anwesenden Mitglieder haben ein Recht auf Teilnahme an der Aussprache zu den Tagesordnungspunkten. Das Stimmrecht bei Abstimmungen und Wahlen darf jedoch ausschließlich von den anwesenden Delegierten ausgeübt werden. Reise- und Verpflegungskosten sind von den Teilnehmern selbst zu tragen.

Bei Verhinderung der Teilnahme an der Delegiertenversammlung kann der betreffende Delegierte seine Stimme mit einer Vollmacht an einen Ersatzdelegierten seines Bundeslandes übertragen.

Folgender Programmablauf ist für die Delegiertenversammlung geplant:

- Freitag, 21.5.2021
Anreise bis 14:30 Uhr
Erfahrungsaustausch: 15 Uhr
- Samstag, 22.5.2021
Delegiertenversammlung
ab 9:00 Uhr
Ende: ca. 14 Uhr

Nächste Medizinische Fachtagung & Tagung für Gruppensprecher vom 7. - 9. Oktober 2021 in Königswinter

Auf Grund der zum gegenwärtigen Zeitpunkt noch unsicheren Lage durch die Corona-Pandemie, verschieben wir die ursprünglich ebenfalls in Bochum geplante Medizinische Fachtagung in den Herbst 2021.

Wir planen derzeit, unsere Fachtagung für Gruppensprecher in Verbindung mit der Medizinischen Fachtagung vom 07. - 09. Oktober 2021 in Königswinter durchzuführen. Alle Gruppensprecher erhalten eine persönliche **Einladung zur Fachtagung für Gruppensprecher und zur Medizinischen Fachtagung**, über deren Programm wir in der nächsten Harnblase im Juni 2021 informieren werden.



Zimmer im Arbeiter-Zentrum Königswinter (AZK) sind bereits reserviert. Mit der Fachtagung informieren wir über Harnblasenkrebs und bieten die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch und Gesprächen.

Ohne Eigennutz helfen und unterstützen

Internationaler Tag des Ehrenamtes steht für Wertschätzung und Förderung des ehrenamtlichen Engagements

Am Samstag, den 5. Dezember 2020 fand der Internationale Tag des Ehrenamtes statt. Der Aktionstag wurde 1985 von den Vereinten Nationen (UN) beschlossen und ersetzt den zuvor in Deutschland am 2. Dezember begangenen Tag des Ehrenamts.

Das Ehrenamt ist von großer Bedeutung für den gesellschaftlichen Zusammenhalt. Im Haus der Krebs-Selbsthilfe - Bundesverband e.V. (HKSH_BV) und den zehn Mitgliedsverbänden - zu denen auch der ShB gehört - engagieren sich seit vielen Jahren tausende Ehrenamtler in der Selbsthilfe. Ehrenamt ist ein fester Bestandteil der Arbeit aller Verbände. Dazu Werner Kubitza, stellvertretender Vorsitzender des Bundesverbandes: „Der Tag des Ehrenamtes unterstreicht den vorbildlichen Gedanken und das große Herz von ehrenamtlichen Mitarbeitern, die anderen Menschen ohne Eigennutz etwas Gutes tun wollen. Wir haben mit unserer Arbeit für Menschen mit einer Krebserkrankung, dank ehrenamtlicher Unterstützung, viel zum Wohle der Betroffenen erreicht. Und dies auf unterschiedlichen Ebenen im Gesundheitswesen, darauf sind wir stolz und den ehrenamtlich Engagierten sehr dankbar.“

Derzeit sind rund 31 Millionen Menschen deutschlandweit freiwillig und unentgeltlich tätig. Sie engagieren sich bundesweit in den Mitgliedsverbänden der Krebs-Selbsthilfe durch Übernahme von vielseitigen Funktionen, beispielsweise in Selbsthilfegruppen und der Verbandsarbeit, als Patientenbetreuer, in Gesundheitsfachgremien auf Bun-

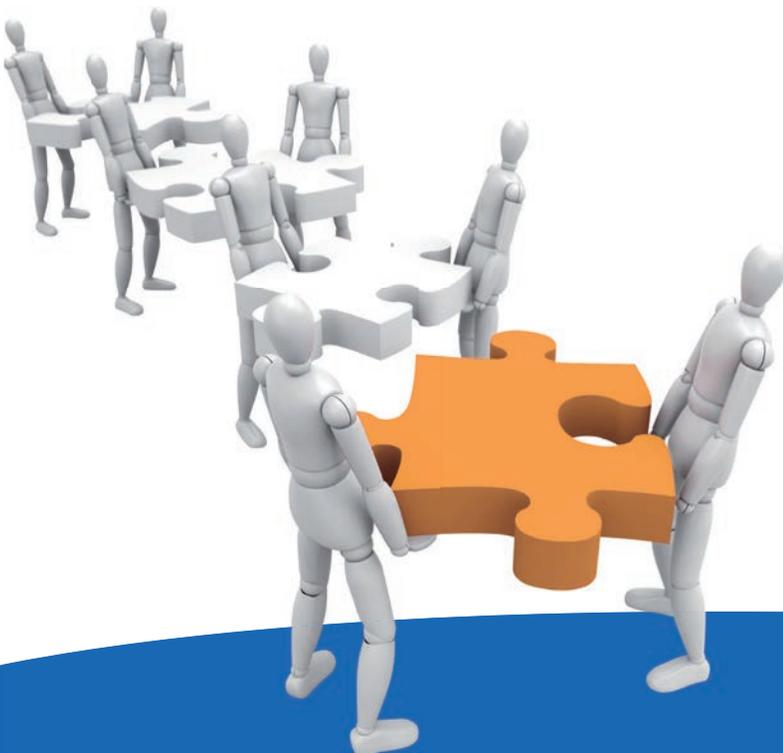
des- und Länderebene und weiteren zahlreichen Organen. Viele arbeiten im Hintergrund und helfen täglich, gerade jetzt in der Corona-Pandemie, wo der Bedarf an Unterstützung besonders hoch ist. „Es ist sicherlich nicht immer eine einfache Aufgabe, Menschen mit einer Krebserkrankung in unterschiedlichen Altersgruppen zu unterstützen. Viele Betroffene möchten ihre Erfahrungen aber weitergeben und leisten selbstlos Hilfe bei Erstdiagnose. Betroffene sind für Betroffene da, teilen deren Sorgen rund um die Erkrankung und begleiten sie in der schweren Zeit. Diese Unterstützung wird als sehr sinnstiftend und beglückend erfahren“, so der Vorsitzende weiter.

Anlässlich des internationalen Aktionstages ruft Werner Kubitza zum ehrenamtlichen Engagement in der Krebsselbsthilfe und in den Verbänden des HKSH BV auf: „Finden Sie Freude und Freunde im Ehrenamt. Im Team, allein, achtsam und willens freuen wir uns deutschlandweit über Menschen, die sich bei uns engagieren möchten. Machen Sie mit!“ Dem schließen wir uns als ShB vollumfänglich an.

Weitere Informationen sind in der Geschäftsstelle des ShB unter ☎ +49 228 33889 - 150 und über E-Mail unter ✉ info@blasenkrebs-shb.de sowie in der Geschäftsstelle des HKSH-BV unter ☎ +49 228 33889-540 und über E-Mail unter ✉ info@hausderkrebsselbsthilfe.de erhältlich.

Wir freuen uns auf Sie!

© Auszüge aus der Pressemitteilung des HKSH-BV/ShB





**Selbsthilfe-Bund
Blasenkrebs e.V.**

Leben mit Blasenkrebs.

Gemeinsam stärker

***Ehrenamt fordert und
bringt Zufriedenheit***

Sie können und wollen

- andere Betroffene unterstützen
- sich engagieren
- aktiv sein und sinnvoll etwas gestalten
- ihre privaten oder beruflichen Fähigkeiten einbringen
- Zeit und Kraft für eine gute Sache nutzen



Vordenker



*Unterstützer
& Ideengeber*

Wir bieten Aufgaben und Einsatzfelder in unterschiedlichen Bereichen:

z.B. Finanzen, Recht und Soziales,
Gesundheitspolitik, Öffentlichkeitsarbeit,
Marketing, Medizin...

Sofern Sie sich für die ehrenamtlichen
Aufgaben im ShB interessieren oder
Kenntnisse haben, die Sie einbringen
möchten, melden Sie sich bitte bei
unserer Geschäftsstelle

☎ 0228 33 88 9 150

✉ info@blasenkrebsshb.de

Wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen.

**Ehrenamtliches
Engagement**

**Bei uns gibt es viele
Betätigungsfelder!**



Organisatoren



*Fachkompetenz
Rund um den
Blasenkrebs*

Einsatzmöglichkeiten gibt es

in vielen Funktionen der Vereinsorganisation oder als Pate
für Themen und Projekte, in der Mithilfe bei Organisation, als
Patientenvertreter in Gremien ...



Teamdenker



*Kreative &
Kritiker*

Wir suchen Unterstützer für Arbeitskreise

z.B. zu den Themen:
Lebensqualität, Informationstechnik und soziale Medien,
Redaktionsmitarbeit, Medizinische Information...

Die Krankheit nach der Krankheit

In meiner Frankfurter Selbsthilfegruppe gibt es das sich immer wiederholende Ritual: Jede und Jeder erzählt seine Krankengeschichte aufs Neue; nur neu ist dabei nichts. Dieses Ritual speißt sich eher aus dem Bedürfnis, die Wochen vor der Diagnosestellung und um die Operation zur radikalen Blasenentfernung (die, die lediglich eine TUR-Blase bekamen, haben es da leichter), gedanklich und emotional zu bewältigen.

Der Einbruch in das Leben der Betroffenen ist so erheblich, dass man von einer posttraumatischen Belastungsstörung sprechen muss. Immer wieder kreisen die Gedanken und Gefühle um den Verlust und die Veränderung, die die Operation mit sich brachte. Es wird dich den Rest deines Lebens beschäftigen.

Hervorgerufen durch die alltägliche Symptomatik, die Dich begleitet: Es beginnt mit dem täglichen Toilettengang oder der Katheterisierung, der unausgeschlafenen Nacht, dem Blick auf das Gemächte, der Müdigkeit. Nachher beim Einkauf siehst Du all die schönen und gesunden Frauen, die Dich an Deine Impotenz erinnern. Ich nenne es die Krankheit nach der Krankheit. Ist es dann folgerichtig, dass in jeder Gruppenstunde, die belastete Erinnerung beschworen wird? Ja durchaus,

aber vielleicht sollten die Gruppenleiter genau darauf hinweisen und auch die belastenden Symptome der Krankheit nach der Krankheit besprechen - tiefergehend - besprechen.

Gibt es einen Weg aus dem kreiselnden Gedanken- und Gefühlskarusell?

Ja: Was hilft, ist sich eine Struktur zu geben, wahrscheinlich machen das die meisten schon. Den Tag mit sportlicher Aktivität beginnen, Hobbys neu beleben. Und wenn es die gesammelten Briefmarken sind, etwas für andere tun (das Beste), etwas in Angriff nehmen, was man schon immer machen wollte, alte Freundschaften aufleben lassen, nicht klagen, stoisch und stolz (auf sich) weiterleben und Reisen. Die Liste kann beliebig erweitert werden.

Und praktisch, was die Gruppenarbeit angeht: Mal das Wiederholungsritual unterbrechen, die Leute von was anderen erzählen lassen (was hast Du so gemacht in Deinem Leben, beispielsweise).

In diesem Sinne: „Mutig voran!“ Diesen Spruch haben wir uns bereits als Pfadfinder zugerufen.

Dr. Edmond Schiek-Kunz



Das Ehrenamt in der Selbsthilfe – Betroffene sind für Betroffene da

Die Harnblase
Ausgabe Dezember 2020

Harnblasenkarzinom behandeln

Radiochemotherapie versus Zystektomie?



Dr. Sebastian A. Exner

Die radikale Zystektomie ist medizinisch die therapeutisch bewährteste Methode bei der Behandlung des muskelinvasiven Urothelkarzinoms. Aber es hat sich weltweit bei der Behandlung enorm viel getan. Bei ausgesuchter Patientenklientel, hierzu müssen bestimmte Bedingungen erfüllt sein (z.B. darf der Tumor nur an einer Stelle aufgetreten sein), spricht man mittlerweile von einer trimodalen Therapie. Diese Therapieform besteht aus einer kompletten TUR-B, Chemotherapie und Strahlentherapie.

Direkte Studien dazu fehlen, es gibt aber Metaanalysen mit knapp 13 000 Patienten und diese zeigen, dass der Unterschied zwischen einer Zystektomie und einer trimodalen Therapie zwar nicht signifikant ist, aber nach bisheriger Datenlage sich eine leichte Überlegenheit der Zystektomie gegenüber einer trimodalen Therapie zeigt. Das bedeutet: Wer sich für letztere Therapie entscheidet muss möglicherweise mit einer Wiederkehr des Tumors rechnen. Wer aber als Patient Angst oder Bedenken gegenüber einer Zystektomie wegen der erheblichen lebenslangen Nebenwirkungen äußert, kann den Weg einer Radiochemotherapie gehen und dies unter dauernder zystoskopischer Kontrolle mit regelmäßigen Staging. Wenn die Radiochemotherapie letztendlich doch versagt, sollte der Patient sich einer Zystektomie unterziehen.

ShB-Vorstandsmitglied Dr. Edmond Schiek-Kunz hat zu diesem Thema Strahlentherapeut Dr. Sebastian A. Exner interviewt. Der Mediziner ist Facharzt für Strahlentherapie und Radioonkologie am Strahlencentrum Hamburg MVZ. Er erläutert aus Sicht eines Strahlentherapeuten die Vor- und Nachteile der Strahlentherapie.

Herr Dr. Exner: Sie halten die Radiochemotherapie beim invasiven Harnblasenkarzinom für eine echte Alternative zur Zystektomie ?

Sehr geehrter Herr Dr. Schiek-Kunz, Harnblasenkarzinome sind relativ strahlensensible Tumore. Es geht erst mal um die Frage, warum wir bei anderen Tumoren organerhaltend therapieren, aber die Harnblase so kompromisslos „geopfert“ wird. Zum Beispiel können wir bei einem Tumor des Kehlkopfes durch eine alleinige Radiochemotherapie den Kehlkopf erhalten. Im Fall von Brustkrebs kann durch eine postoperative Bestrahlung regelmäßig auf eine Brustamputation verzichtet werden. Ebenso kann möglicherweise eine alleinige Bestrahlung Prostatakrebs ohne Operation kurieren.

Eine moderne Radiochemotherapie beim invasiven Harnblasenkarzinom stellt eine gleichwertige Alternative dar, möglicherweise mit Vorteilen für die Lebensqualität.

Wie sieht die Therapie im Einzelnen aus?

Die harnblasenerhaltende Radiochemotherapie existiert schon nun mehr seit 25 Jahren und findet sich übrigens auch in der S3-Leitlinie. Es sollte möglichst eine komplette transurethrale Resektion (TUR) des Tumors erfolgen, welcher als wichtigster Prognosefaktor für die Radiochemotherapie gilt. Dem folgt die Radiochemotherapie. Typischerweise circa 28 bis 30 Bestrahlungen, 1x täglich, montags bis freitags für zehn Minuten. Möglicherweise bei gewissen Risikofaktoren in Kombination mit einer milden Chemotherapie in der ersten und letzten Behandlungswoche, oder auch wöchentlich, je nach Schema. Anschließend erfolgt eine Therapiepause von sechs bis acht Wochen mit einer anschließend Kontroll-TUR. Sollte sich kein Tumor mehr zeigen, erfolgt die reine Nachsorge. Falls sich dennoch ein persistierender Tumor zeigt, kann dann immer noch eine Operation im Sinne eine „Salvage-Zystektomie“ durchgeführt werden - somit eine Heilung im Nachgang.



Linearbeschleuniger – „Eine moderne Radiochemotherapie stellt eine gleichwertige Alternative dar“

Die Nebenwirkungen einer Zystektomie sind beträchtlich und für die Betroffenen mit einer jahrelangen Einschränkung der Lebensqualität verbunden: Inkontinenz, Verlust der Männlichkeit, Müdigkeitssyndrom, Ansäuerung des Körpers. Mit welchen Nebenwirkungen müssen die Patienten nach einer Radiochemotherapie rechnen?

Die Nebenwirkungen durch die Radiochemotherapie sind extrem überschaubar und eher akuter Natur. Temporäre, leichte Blutbildveränderungen, leichte Übelkeit, leichte Müdigkeit, leichter Durchfall und leichte Blasenreizungen. Die Elastizität des Harnblasenmuskel könnte über die Jahre etwas gemindert werden, wodurch sich das Harnblasenvolumen verringern könnte, was wiederum mit häufigerem Wasserlassen korreliert. Meiner Meinung nach, ein relativ kleiner Preis, den man für den Harnblasenerhalt zahlen kann.

Unterscheidet sich die Nachsorge von der einer radikalen Zystektomie?

Aufgrund der Tatsache, dass man noch eine Blase hat, erfolgt in regelmäßigen Abständen eine Blasenspiegelung. Bei gewissen Risikofaktoren wie zum Beispiel initial vergrößerten Lymphknoten könnte man zusätzlich noch ein CT oder MRT vom Becken durchführen. Zur Detektion oder Bestätigung von Absiedlungen in Lymphknoten oder Knochen eignet sich eine FDG-PET-CT Untersuchung, die wiederum gezielt bestrahlt werden können.

Warum glauben Sie, ist den betroffenen Patienten die Alternative zur Operation nicht bekannt?

Die Frage stellen sich wohl auch viele meiner Kollegen. Von wissenschaftlicher Seite betrachtet ist die Studienlage undankbar. Operative und strahlentherapeutische Studien lassen sich schwer vergleichen, da zum Teil Tumore bei der Zystektomie mitbehandelt werden, die durch eine Zystektomie definitiv übertherapiert worden sind, aber das Gesamtüberleben statistisch positiv beeinflussen. Wohin gegen die Patienten, die eine Radiochemotherapie erhalten meist sehr viel weit fortgeschrittenere Tumore zeigen und die Patienten häufig einen deutlich schlechteren Allgemeinzustand oder Begleiterkrankungen aufweisen. Beide Punkte beeinflussen das Gesamtüberleben negativ. Zudem wurden bei den früheren Untersuchungen Strahlentechniken angewendet, die nach heutigen Gesichtspunkten überholt sind und nur mäßig gut vertragen wurden.

Klassischer Weise wird ein Betroffener als erstes vom Urologen gesehen, dann in eine chirurgische Klinik überwiesen, wo möglicherweise nicht ausreichend ganzheitlich informiert wird.

Ich kann nur vermuten, dass die Krankenhäuser unter Druck stehen und Operationszahlen bringen müssen. Möglicherweise auch, weil die Fallbesprechungen - also Tumorkonferenz - meist gleich in der operativen Abteilung stattfindet. Daher ist das Einholen einer zweiten Meinung und die Frage nach anderen Therapien ganz wichtig.

Sehen Sie künftig eine mögliche Zusammenarbeit zwischen den Radioonkologen und den operierenden Urologen?

Auf der Ebene der Tumorkonferenz arbeiten wir bereits mit Krankenhäusern zusammen, da eine zertifizierte Zentrumbildung nur mit der Strahlentherapie funktioniert. Wir interessieren uns sehr für eine gemeinsame Sprechstunde mit aufgeschlossenen operativen Kollegen, insbesondere weil die harnblasenerhaltende Radiochemotherapie nur in Kombination mit den beiden Fachrichtungen unter Einbeziehung eines Onkologen funktioniert. Ich denke, es geht am besten miteinander und von einer guten und gelebten Kooperation profitieren Patienten am meisten.

Dr. Edmond Schiek-Kunz

Rauchen und Blasenkrebs

E-Zigaretten laut US-Studie keine Alternative!

Es ist weitestgehend bekannt, dass Rauchen die Atemwege schädigt. Nur Wenige wissen hingegen von der schädlichen Wirkung der Tabakprodukte auf die Blase. Das Rauchen ist eine wesentliche Ursache für die Entstehung des Urothelkarzinoms der Harnblase, des Harnleiters und des Nierenbeckens. Etwa 50 % aller Blasenkrebskrankungen sind auf das Rauchen zurückzuführen. Darauf haben Experten anlässlich des diesjährigen Welt Nichtrauchertages abermals hingewiesen.

Rauchen gefährdet die Blase

Von Bedeutung für die Entstehung eines Harnblasenkarzinoms ist auch die Menge der täglich gerauchten Zigaretten sowie die Anzahl der Jahre, in denen man raucht: Je mehr Zigaretten am Tag und je länger man raucht, desto höher steigt das Risiko bei Frauen und Männern, an Blasenkrebs zu erkranken. Wer mit dem Rauchen aufhört, verhindert dadurch das weitere Ansteigen dieses Risikos.

Doch wie kommt der blaue Dunst eigentlich in die Blase ?

Tabak enthält Krebs auslösende Chemikalien und Schwermetalle. Durch das Inhalieren des Tabakrauchs gelangen diese schädlichen Bestandteile nicht nur in die Lunge, sondern auch in den Blutkreislauf.

Hier kommen nun die Nieren ins Spiel: Sie filtern täglich bis zu 1800 Liter Blut und giftige Substanzen des Tabaks aus dem Blut heraus. Somit landen die krebserregenden Stoffe in den Nieren. Mit dem Urin wandern diese Schadstoffe nunmehr über die Harnleiter in die Blase. Dort wird der Urin gesammelt und verweilt für eine längere Dauer. Der mit krebserregenden Bestandteilen angereicherte Urin hat somit Kontakt mit der Blasenschleimhaut. Auf diese Weise kann es in der Blase zu bösartigen Veränderungen, sprich zu einem Blasenkarzinom kommen.



Rauchen schädigt auch die Harnblase in besonderem Maße

Wer nun meint, mit dem Rauchen von E-Zigaretten diese bösartige Veränderung zu verhindern, hat sich allerdings geirrt. Einer aktuellen US-Studie zufolge besteht auch beim Konsum von E-Zigaretten ein erhöhtes Risiko, an einem Harnblasenkarzinom zu erkranken. Im Urin der E-Zigaretten-Konsumenten wurden schädliche Metalle, giftige Chemikalien sowie krebserregende Metaboliten nachgewiesen. Prof. Marc Bjurlin von der Universität von North Carolina, Lineberger Comprehensive Cancer Center resümiert: „Die Resultate der Untersuchung zeigen uns, dass sich Konsumenten von E-Zigaretten einer Vielzahl unterschiedlichster Karzinogene aussetzen. Über Jahrzehnte hinweg kann diese Auseinandersetzung das Risiko, an Malignomen zu erkranken – besonders Blasenkrebs – deutlich erhöhen.“

Fazit

Das Rauchen von herkömmlichen , wie von E-Zigaretten, bildet Risikofaktor Nummer 1 für die Entstehung des Urothelkarzinoms. Also - HÄNDE bitte weg von Zigaretten, egal welcher Art.

Nicole-Karen Bohm

Quellen:

- S 3 Leitlinie Früherkennung, Diagnose, Therapie und Nachsorge des Harnblasenkarzinoms, Langversion 2.0 – März 2020, S. 42. <https://www.krebsinformationsdienst.de/tumorarten/harnblasenkrebs/index.php>
- <http://www.paracelsus-kliniken.de>
- Siehe hierzu die Tabellen in der S 3 Leitlinie Früherkennung, Diagnose, Therapie und Nachsorge des Harnblasenkarzinoms, Langversion 2.0 – März 2020, S. 43. Ebd.
- <https://www.esanum.de/today/posts/nutzung-von-e-zigaretten-stellt-us-gesundheitssystem-weiterhin-vor-probleme>
- Metabolit ist ein Zwischenprodukt im biochemischen Stoffwechselvorgang.
- Implications for the Development of Bladder Cancer: A Systematic Review Bjurlin, Marc A. et al. European Urology Oncology DOI: <http://doi.org/10.1016/j.euo.2020.02.004>
- Karzinogen = krebserzeugend, Krebsgeschwülste auslösend
- Malignom = bösartige Geschwulst
- https://www.eurekalert.org/pub_releases/2020-03/ulcc-euh031920.php

Die Harnblase

Ausgabe Dezember 2020

Kongressnachlese 2020

Erster Online-DGU-Kongress erfolgreich durchgeführt



Erster Online-DGU-Kongress erfolgreich durchgeführt

Sind alle bereit? Fünf, vier... Es ist Donnerstag, der 24. September 2020, 09:15 Uhr und die Deutsche Gesellschaft für Urologie e.V. (DGU) eröffnete ihre erste virtuelle Jahrestagung vor laufenden Kameras im Congress Center Leipzig (CCL). Drei Tage lang sendete die Fachgesellschaft das wissenschaftliche Programm des 72. DGU-Kongresses als Best-of DGU 2020 unter der Leitung von DGU- und Kongresspräsident Prof. Dr. Dr. Jens Rassweiler aus dem Studio 1 im CCL live ins Internet. Die Referenten waren vor Ort während Urologen überall im In- und Ausland den interaktiven Live-Stream am eigenen Bildschirm verfolgten. Mit gut 3 500 angemeldeten Teilnehmern, über 1 200 parallelen Zuschauern in den wissenschaftlichen Sitzungen, rund 2 000 Teilnehmern in den Industriesymposien sowie 90 000 Klicks auf virtuelle Kongressinhalte und 10 000 Besuchen in der virtuellen Industrieausstellung allein bis zum letzten Kongresstag ist schließlich der Beweis erbracht: Die DGU kann auch digital!

Den Quantensprung vom traditionellen Präsenzkongress zur digitalen Hybridveranstaltung, die den Kongress live und online zu den Teilnehmern brachte, machte die DGU bekanntlich nicht ganz freiwillig. Vielmehr ist er der Corona-Pandemie geschuldet. „Im Juni war uns klar, dass eine Präsenzveranstaltung mit all ihren so geschätzten persönlichen Begegnungen nicht zu verantworten gewesen wäre“, so Prof. Dr. Dr. Jens Rassweiler. Aus seinem Kongressmotto „Urologie 2020 - Es ist Zeit“ wurde unversehens eine konkrete Herausforderung: Es war Zeit für die erste Online-Jahrestagung in der Kongressgeschichte der Fachgesellschaft. Und wer, wenn nicht dieser technikaffine und beeindruckend tatkräftige Präsident, hätte diese Aufgabe besser meistern können.

So öffnete sich der Online-Kongress den Besuchern, detailliert dargestellt, viele Türen aus dem virtuellen Foyer am Bildschirm – zum Webcast der Live-Sessions, den Symposien, zu On-Demand-Angeboten und dem Pflegekongress, zu einer Industrieausstellung in sechs Hallen, zum DGU-Stand, zur Historischen Ausstellung der Fachgesellschaft und erlaubte nicht zuletzt das Netzwerken der engagierten Urologinnen und Urologen.

Das wissenschaftliche Programm des Best-of DGU 2020 machte seinem Namen Ehre und reihte Highlights aus den Kernbereichen der Urologie aneinander: in Zahlen zwölf Foren und 13 Satelliten-Symposien im Live-Angebot sowie jederzeit abrufbar 42 Vortragssitzungen, Filmsitzungen, Studienposter und einen Pflegekongress im Online-Bereich.

Online-Premiere trotzte Coronavirus

DGU-Generalsekretär Prof. Dr. Maurice Stephan Michel zollte dem Präsidenten Respekt und größten Dank der Fachgesellschaft. Er berichtete von zahlreichen neu veröffentlichten Leitlinien und neuen Leitlinienprojekten sowie über das Engagement der Fachgesellschaft im Rahmen des G-BA Verfahrens zum PSA-Screening mit diversen Anhörungen, Positionspapieren und Stellungnahmen.

Aufbruchstimmung im Congress Center Leipzig

Vor Ort herrschte Aufbruchstimmung. Während leere Congress-Hallen, Maskierte, die sich erst auf den zweiten Blick erkannten und ungewohnte Stille, wo üblicherweise ein DGU-Präsenz-Kongress brummt, anfangs noch zu denken gaben, hatte das positive Feedback Begeisterung Platz gemacht. „Ich freue mich sehr, dass sich Urologen in so großer Zahl gegenüber dem neuen digitalen Format aufgeschlossen gezeigt und aktiv an unserem Konzept teilgenommen haben“, sagte Präsident Rassweiler.

Mit dem Ende des der virtuellen Kongresses live aus Leipzig war das neue Kapitel in der Geschichte der Deutschen Urologie, das die Fachgesellschaft so erfolgreich unter ihrem „Corona-Präsidenten“ aufgeschlagen hatte. Das Motto 2020 wird darüber hinaus in der DGU Bestand haben: Es ist Zeit für mehr Digitales!

© DGU-Pressestelle/bp
Auszüge aus der Pressemitteilung

Die Verbände der Krebs-Selbsthilfe sind besorgt Über die Qualität der medizinischen Versorgung von Menschen mit Krebserkrankungen während der Corona-Krise

Die Belastungen des Gesundheitssystems durch die Ausbreitung des Virus SARS-CoV-2 und die damit verbundene Lungenerkrankung COVID-19 betreffen auch Menschen mit Krebserkrankungen. Die Verbände der Krebs-Selbsthilfe, die unter der Schirmherrschaft der Deutschen Krebshilfe stehen und im „Haus der Krebs-Selbsthilfe – Bundesverband e. V.“ (HKSH-BV) vereinigt sind, fürchten um die medizinische Versorgung von Menschen mit Krebserkrankungen in Zeiten der Corona-Krise.

Dies betrifft sowohl den Zugang zu diagnostischen Maßnahmen als auch die zeitnahe therapeutische Versorgung, da aktuell vorrangig alle verfügbaren medizinischen Kapazitäten auf die Bewältigung der COVID-19-Erkrankung konzentriert werden. Das kann einerseits bedeuten, dass durch spätere Diagnostik eine Krebserkrankung weiter fortschreitet und u. U. eine potenzielle Heilungschance vergeblich wird. Darüber hinaus kann ebenso die Verschiebung onkologischer Therapien mit mehr Symptomen für die Erkrankten und einer Prognoseverschlechterung verbunden sein. Für den einzelnen Menschen entsteht dadurch noch eine zusätzliche große psychische Belastung.

Das HKSH-BV und seine Mitgliedsverbände schließen sich daher den verschiedenen Fachgesellschaften, u.a. der Stellungnahme der Deutschen Gesellschaft für Urologie e. V. an. Darüber hinaus begrüßt das HKSH-BV die Initiative der Deutschen Krebshilfe, dem Deutschen Krebsforschungszentrum und der Deutschen Krebsgesellschaft ein Frühwarnsystem zu installieren, um möglichst kurzfristig Informationen über mögliche Einschnitte in der Onkologie zu erfahren und diese an die Entscheidungsträger weiter zu geben. Diese Informationsweitergabe wird aus Sicht der Krebs-Selbsthilfe mit der Erwartung verknüpft, durch eine wirksame Reaktion der Verantwortlichen in den Kliniken, den Krebspatienten adäquat zu helfen.

Sollten sich im weiteren Verlauf der Pandemie Entscheidungssituationen entwickeln, die eine Zuteilung von Ressourcen erfordern (Triage), erwarten wir eine interdisziplinäre Erarbeitung von Empfehlungen, die eine gleichberechtigte Versorgung vulnerabler Personengruppen, zu denen insbesondere onkologische Patient*innen zählen, gewährleistet.

Wir befinden uns in einer Situation, die es so weltweit noch nicht gab, und es gibt somit keine Erfahrungswerte, wie politische Vorgaben und Entscheidungen letztlich langfristig effektiv sein werden. Von Evidenz sind wir aktuell noch entfernt. Dennoch ist es unabdingbar, Lösungsvorschläge – unter Einbeziehung von Patientenvertretenden – schnellstmöglich zu erarbeiten. Anzudenken wären:

- Trennung von Zentren für die Versorgung von Menschen mit einschlägigen Erkrankungen bei Epidemien und Pandemien (z.B. COVID-19-Erkrankungen) und der regulären medizinischen Versorgung
- Priorisierung der Testung von Risikopersonen, wie z.B. Krebspatient*innen und deren behandelnde Teams
- Eine gemeinsame globale Anstrengung und die Bereitstellung von Forschungsgeldern für potenzielle aktive und passive Immunisierung

Besonders in diesen schwierigen und von Unsicherheit geprägten Zeiten stehen die Verbände im HKSH-BV den Menschen mit Krebserkrankungen zur Seite. Mit unseren telefonischen sowie digitalen Angeboten bieten wir Plattformen für einen geschützten Austausch unter Betroffenen und Ratsuchenden.

www.infonetz-krebs.de

**INFONETZ
KREBS**

WISSEN SCHAFFT MUT

Ihre persönliche
Beratung
Mo bis Fr 8 – 17 Uhr

**0800
80708877**

kostenfrei

Deutsche Krebshilfe
HELPFEN. FÖRSCHEN. INFORMIEREN.

DKC
KREBSGESELLSCHAFT

Ein Statement für eine Pflegereserve bei künftigen Krisen und Notlagen



Bayerns Gesundheitsstaatssekretär
Klaus Holetschek (CSU)

Als Lehre aus manchen Engpässen in der Corona-Krise macht sich Bayerns Gesundheitsstaatssekretär Klaus Holetschek (CSU) nach einem Zeitungsbericht für die Zukunft den Aufbau einer Pflegereserve stark. Damit soll sichergestellt werden, dass in künftigen Pandemien und Notlagen schnell zusätzliches Personal etwa für Kliniken, Alten- und Pflegeheime rekrutiert werden kann.

„In der Krise muss man schnell handeln können“, sagte Holetschek Ende November der Deutschen Presseagentur (dpa). Nach der Coronakrise müsse man dafür zusammen mit Verbänden und Hilfsorganisationen die nötigen Strukturen schaffen.“ „Der Aufbau einer Pflegereserve muss eine große Lehre aus dieser Pandemie sein“, sagte Holetschek. „Das ist eine Aufgabe, die wir nach der aktuellen Coronakrise für die nächste Krise angehen müssen.“

Holetschek verwies auf einen schon existierenden „Pflegepool“ – darüber werden seit einiger Zeit Fachkräfte angeworben, die eine Ausbildung im Pflege- und Gesundheitsbereich absolviert haben, derzeit jedoch nicht in ihrem Ausbildungsberuf tätig sind. Das sei aber zu wenig. „Man muss da richtige Strukturen schaffen“, sagte Holetschek. „Wir wissen ja nicht, wann die nächste Krise kommt.“

Grundsätzlich und zuallererst fordert Holetschek für die Zukunft eine Stärkung des Pflegeberufs unter anderem durch ausreichende Personalsicherung und Ausbildung, bessere Arbeitsbedingungen, eine bessere Bezahlung und mehr gesellschaftliche Anerkennung.

Darüber hinaus plädiert er für die Rekrutierung von Reservepersonal und die Formulierung verschiedener Qualifikationsebenen für den Einsatz: Menschen mit medizinischen und pflegerischen Fachberufen, mit ein- oder zweijährigen Helferausbildungen, mit „gesundheitsnahen“ Ausbildungen (etwa Pädagogik), Menschen mit Erfahrungen als pflegende Angehörige, aber auch Ehrenamtliche ohne pflegerische Vorerfahrung.

Gelerntes Pflegepersonal, das nicht mehr in der Pflege tätig ist oder im Ruhestand ist, soll demnach in eine Art „Reservistensystem“ eingebunden werden. Andere könnten Aufgaben in der medizinischen Begleitung von Patienten und Pflegepersonal und organisatorische Aufgaben übernehmen.

Auch jeder Bürger ohne medizinische oder pflegerische Qualifikation soll nach Vorstellung Holetscheks die Möglichkeit haben, sich in ein ehrenamtliches Unterstützungssystem einzubringen – etwa für haushaltsnahe Dienstleistungen wie Einkaufen.

Und man müsse sich in dem Zusammenhang Gedanken machen, wie pflegende Angehörige künftig besser unterstützt werden könnten, sagte er. Holetschek sprach sich zudem für „Schnellschulungen“ in künftigen Krisen für freiwillige Helfer ohne medizinische Vorkenntnisse aus.

Organisatorisch könnten die Fäden beim Aufbau und der Organisation der Pflegereserve demnach beim Landesamt für Pflege zusammenlaufen. Holetschek plädierte dafür, den Aufbau der Pflegereserve sofort nach der Coronakrise zusammen mit Verbänden und Hilfsorganisationen anzugehen. Er sagte, es gehe dabei um ein Konzept speziell für Krisensituationen und nicht um das Stopfen von Lücken im Alltag.

© dpa/aerzteblatt.de



Eine Pflegereserve soll nach der Pandemie möglichst aufgebaut werden

Der ShB begrüßt und unterstützt derartige Ideen und Bestrebungen, vor allem auch in solchen Zeiten, in denen Blasenkrebs-Erkrankungen sowie notwendige Operationen und Therapien durchgeführt und nicht verschoben werden müssen.

Trauer um unseren stv. Vorsitzenden Dr. Manfred Petrik



Dr. Manfred Petrik

Der ShB trauert um Dr. Manfred Petrik, geboren am 31. August 1941, verstorben am 7. September 2020.

Dr. Manfred Petrik war ein Mann der ersten Stunde und eine tragende Säule des ShB. Seit 2007 engagierte er sich für die gemeinnützige Organisation als verlässlicher Weggefährte. 2009 wurde er in den Vorstand gewählt.

Er leistete für unseren Verband wertvolle Arbeit, war wegweisend am Aufbau der Struktur, den Abläufen des ShB und der Umsetzung aller Broschüren beteiligt.

Mit seinen Anregungen oder auch kritischen Hinweisen hat er den ShB wesentlich vorangetrieben. Seine umsichtige Wesensart war beruhigend und wird uns fehlen.

Unseren Mitarbeitern im Bonner Büro war er stets ein einfühlsamer Ansprechpartner, der sich mit Herz und Verstand, besonders in Personalfragen, in jeden einzelnen Menschen hineinversetzen konnte und in so manchen Krisensituationen unbürokratisch und effektiv handelte.

Seine fachliche, wie menschliche Begleitung, hinterlässt eine große Lücke. Der ShB ist sehr dankbar für alles, was er für den Verband und die Selbsthilfearbeit geleistet hat.

Der ShB wird Manfred mit seiner - all in den Bann ziehenden ruhigen Ausstrahlung und seinem trockenen Esprit- sehr vermissen als verlässlichen Freund, Weggefährten und ausgesprochen vielseitigen Menschen.

*Joachim Weier, Alfred Marenbach,
Artur Krzyzanowski, Dr. Edmond Schiek-Kunz*

**„Was ein Mensch an Gutem in die Welt hinausgibt,
geht nicht verloren!“**

Albert Schweitzer

10 Jahre Geschäftsstelle ShB

Ehrenamt und Hauptamt: Gute Zusammenarbeit bestimmen die Arbeit



Die ShB-Geschäftsstelle im Haus der Krebs-Selbsthilfe in Bonn

Am 1. Juni 2010 war es soweit: Der ShB bezog die Räume im Haus der Krebs-Selbsthilfe in Bonn und eröffnete die Geschäftsstelle. Damals waren es fünf Vorstandsmitglieder, die die Geschicke des ShB lenkten: Peter Schröder (Vorsitzender), Karl-Heinz Bockelbrink (1. stv. Vorsitzender), Dr. Manfred Petrik (2. stv. Vorsitzender), Alfred Marenbach (Schriftführer) und Bernd W. Balsler (Schatzmeister). Sechs Jahre zuvor wurde der ShB 2004 gegründet, 2005 kam die erste Mitgliederzeitschrift heraus und 2009 wurde die erste Delegiertenversammlung abgehalten. Ab diesem Jahr wurde der ShB auch in das Haus der Krebs-Selbsthilfe aufgenommen und unter der Schirmherrschaft der Deutschen Krebshilfe (DKH) gefördert.

Man spürte, wie es aufwärtsging. Nicht nur die Anzahl der Mitglieder und Selbsthilfegruppen wuchs ständig, sondern auch die Aufgaben, die die Ehrenamtler übernahmen und noch übernehmen wollten.

Zur Unterstützung wurde Corinna Busch als erste hauptamtliche Mitarbeiterin zum 1. Oktober 2010 eingestellt.

Seither ist viel geschehen: Es galt es eine Menge zu bereden, zu klären, auszuhandeln und aufzubauen. An dieser Stelle soll nicht verschwiegen werden: Es galt Einiges zu ertragen, zu erstreiten und es wurde oft miteinander gerungen.

Die Internetseite ging 2010 an den Start und die ersten Auflagen der Broschüren „Wir über uns“, „Blasenkrebs was nun?“ und „Blasenkrebs – Kleines Wörterbuch“ wurden 2011 herausgebracht.

Bernd W. Balsler legte im Januar 2011 das Amt des Schatzmeisters nieder, Joachim Weier wurde als kommissarischer Schatzmeister berufen und 2012 zum Schatzmeister gewählt. Auch wenn es einige Schatzmeister gab, die kamen und gingen, ist die Besetzung des Vorstands mit Joachim Weier, Dr. Manfred Petrik (+ 7. September 2020) und Alfred Marenbach seit 2013 relativ konstant geblieben. Artur Krzyzanowski kam 2018 als Schatzmeister dazu und seit Oktober 2020 konnte Dr. Edmond Schiek-Kunz als kommissarisches Vorstandsmitglied gewonnen werden.

Seit 2013 wurden Vorstandsmitglieder des ShB als Patientenvertreter berufen. Dr. Manfred Petrik und Joachim Weier arbeiteten an der S3-Leitlinie Harnblasenkarzinom mit, die im Oktober 2016 erstmalig auf dem DGU Kongress vorgestellt wurde. Beide wurden 2015 ebenfalls zur Mitarbeit an der Patientenleitlinie Blasenkrebs benannt. Joachim Weier ist überdies in den Patientenbeirat der Deutschen Krebshilfe berufen worden. Alfred Marenbach wurde als themenorientierter Patientenvertreter 2013 in Arbeitsgruppen des Gemeinsamen Bundesausschuss (G-BA) benannt.

2014 konnten die Broschüre „Leben mit Blasenkrebs - Erfahrungen von Betroffenen und Angehörigen“ unter der Federführung von Karl-Heinz Bockelbrink und 2018 die Broschüre „Harnableitungen - Entscheidungshilfen für Betroffene“ veröffentlicht werden.

Der ShB ist Gründungsmitglied (2015) des „Haus der Krebs-Selbsthilfe – Bundesverband e.V.“, wo er gemeinsam mit den anderen Mitgliedsverbänden die Interessen der Krebspatienten auf Bundesebene vertritt und auch hier das Ziel ist, nachhaltig auf eine Verbesserung der Versorgung der Krebspatienten einzuwirken. Gemeinsam mit den anderen Verbänden nimmt der ShB national und international Einfluss auf die Gesundheitspolitik.

Der ShB ist jedes Jahr auf Bundes- und Regionalebene bei zahlreichen Patienten-, Ärzten- und Fachkongressen – nicht nur mit einem Stand – sondern zum Teil auch mit Vorträgen vertreten (z.B. Offene Krebskonferenz, Kongress der Deutschen Gesellschaft für Urologie, Kongress der Nordrhein-Westfälischen Gesellschaft für Urologie e.V., Nordkongress der Urologen und weiteren Veranstaltungen).

Doch auch intern wurde Einiges an Aufbauarbeit geleistet: Die Fachtagung für Gruppensprecher hat sich mittlerweile als jährliche Veranstaltung etabliert. Hier haben die Gruppensprecher und Funktionsträger nicht nur die Möglichkeit sich auszutauschen, sondern auch Vorträge zu verschiedenen Themen zu hören und sich weiterzubilden.

Alle zwei Jahre findet die Medizinische Fachtagung statt. Diese bietet nicht nur den Funktionsträgern, sondern auch Mitgliedern die Möglichkeit, sich über die aktuellen Themen zum Blasenkrebs zu informieren.

In den zehn Jahren wurden etliche Projekte realisiert. Gerade in Projekt-, Fach- oder Arbeitsgruppen haben viele Funktionsträger mitgearbeitet, ohne deren Unterstützung manches nicht möglich gewesen wäre. So hat zum Beispiel Franz Hagenmaier (von der SHG Hessen und Bad Nauheim) unendliche Pionierarbeit geleistet, damit sich die Selbsthilfegruppen auf den Internetseiten präsentieren können oder das „Wiki-Forum“ ins Leben gerufen werden konnte und weiterhin aufgebaut wird. Franz Hagenmaier war, neben Claus Hofmann, auch der Initiator der ShB-Fallzahlentabelle, die mittlerweile ein unverzichtbares Instrument der Information für Betroffene geworden ist.



Nicole-Karen Bohm (l.) mit Corinna Busch in der ShB-Geschäftsstelle

Auch die Fachgruppe Gruppengründungen, allen voran durch Peter Schröder, hat seit 2010 enorme Aufbauarbeit geleistet. Waren es 2010 nur 26 Gruppen, die dem ShB angehörten, so sind es aktuell 64 Gruppen. Der ShB unterstützt seine Gruppen und Gruppensprecher finanziell, in der Öffentlichkeitsarbeit und in ihrem Tagesgeschäft. In allen Belangen können sich die Gruppensprecher an die Geschäftsstelle wenden, die immer ein offenes Ohr hat.

Die Öffentlichkeitsarbeit wurde zudem verstärkt. Die freie Journalistin Brigitte Papayannakis berät und unterstützt dahingehend die Geschäftsstelle. So wird „Die Harnblase“ in einer Auflage von 3500 Exemplaren nicht nur an Mitglieder, sondern auch an Akut- und Rehakliniken und interessierte niedergelassene Urologen und Institutionen herausgegeben.

Auch wird der Internetauftritt stets weiterentwickelt, so dass 2018 der ShB sogar einen 1. Preis für Öffentlichkeitsarbeit erhielt. Unter über 100 Internetsites hatte eine Jury nach überzeugenden Internetauftritten mit hervorragenden Kommunikationsmöglichkeiten sowie Hilfestellungen für Betroffene gesucht und den ShB als Besten gekürt.



Joachim Weier
- Vorsitzender -



Artur Krzyzanowski
- stv. Vorsitzender -



Alfred Marenbach



Dr. Edmond Schiek-Kunz -
kommissarisch -

Der Vorstand des ShB

All dies wird von der Geschäftsstelle seit nunmehr zehn Jahren mit aufgebaut, begleitet, organisiert und koordiniert: Projekte, Fachgruppen und Arbeitsgruppen mit ihren vielen ehrenamtlichen ShB-Akteuren, externen Auftragnehmern wie z.B. Druckerei, IT-Dienstleister, Designer, freie Mitarbeiter oder Wirtschaftsprüfer sowie die Zusammenarbeit mit den anderen Verbänden im Bundesverband Haus der Krebs-Selbsthilfe e. V.

Unsere beiden hauptberuflichen Mitarbeiterinnen Corinna Busch und Nicole-Karen Bohm sind eine

unverzichtbare Stütze des Vorstands und aller Funktionsträger im ShB. Durch das gemeinsame Engagement der Geschäftsstelle und aller Ehrenamtler wurde in den letzten zehn Jahren vieles bewegt und erreicht. Gemeinsam wollen wir auch die kommenden Aufgaben und Herausforderungen bewältigen.

Ganz herzlichen Dank für die bisherige hervorragende Arbeit und auch zukünftig auf ein gutes Miteinander.

Der Vorstand

Der ShB gratuliert herzlich	
SHG Hamburg Wandsbek SHG Jena	15 Jahre
SHG Essen	10 Jahre
SHG Erfurt SHG Göttingen SHG Heilbronn SHG Lübeck SHG Neuss SHG Saarbrücken SHG Südbaden / Freibrug SHG Wismar SHG Wiesbaden	5 Jahre



„500 000 – und ich!“ Was uns die jährlichen Krebs-Neuerkrankungen angehen

Neulich bin ich an der groß aufgemachten Ziffernfolge 500 000 in einer Apotheken-Zeitschrift hängengeblieben: „500 000 Menschen erkranken in Deutschland pro Jahr an Krebs. Experten schätzen, dass rund 40 Prozent aller Fälle durch eine gesunde Lebensweise vermieden werden können.“ Gesagt habe das Gerd Nettekoven, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Krebshilfe, auf dem Deutschen Krebsskongress im Frühjahr 2020 in Berlin.

Wer das Zitat in den Kongressunterlagen sucht, stellt fest, dass die Zahl der 500 000 Neuerkrankten der Expertenschätzung („40 Prozent“) redaktionell voran gestellt wurde. Sie entspricht durchaus den aktuellen Krebsdaten des Robert-Koch-Instituts. Aber was ist mit der gesunden Lebensweise?

Auf diese Zahlen fixiert, überfällt mich wieder die Frage, die ich mir so ähnlich seit der Krebsdiagnose vor sieben Jahren immer wieder stelle: Hätte ich den Krebs vermeiden können? Zähle ich zu den 200 000, die ihren Krebs, vielleicht sogar wissenschaftlich, begünstigt haben? Zu viele Zigaretten, ein undisziplinierter Lebenswandel oder eine Berufserkrankung? Wer weiß das schon genau? Es ist wohl eine Charakterfrage, ob man das überhaupt möchte: Aber einen Freibrief, dass ich für meinen (Blasen-)Krebs nichts kann, wird mir niemand geben.

Selbstverständlich weiß auch der DKH-Vorstandsvorsitzende um die Problematik der 40 Prozent: „Das ist natürlich ein theoretischer Wert, und viele Menschen, die an Krebs erkrankt sind, sind nicht selbst schuld an ihrer Erkrankung.“ Und dann zählt Nettekoven auf, was die Deutsche Krebshilfe tut und bereits getan hat, um dieser gigantischen Zahl von 500 000 etwas Substantielles entgegenzusetzen. Dabei sucht sie Allianzen und politischen Einfluss, beispielsweise beim Nichtraucherschutz, oder der Forderung nach dem Verbot von Hautkrebs verursachenden Solarien. Auch Prävention wird groß- und müsse zukünftig noch größer geschrieben werden.

Zurück ins heute! Man muss sich das vorstellen: Eine halbe Million unserer Mitmenschen erkranken jährlich neu an Krebs; etwa so viele Einwohner, wie sie die Stadt Duisburg aufweist. Aber eben jedes Jahr einmal Duisburg! Ganz zu schweigen von der Zahl der Mit-Betroffenen.



Betroffene fragen sich oft: Hätte ich den Krebs vermeiden können?

Gerade in der Selbsthilfe erfahren wir immer wieder, dass eine Krebserkrankung keinerlei Immunität vor der nächsten bedeutet. Und dass sich Krebs keinesfalls von einem amtlichen Schreiben verschrecken lässt, in dem dessen Heilung behauptet wird. Oft kommt er wieder wie ein Dieb in der Nacht. Mitunter erleben wir in den Gruppen und im Verband Biografien, bei denen einem angst und bange wird, und man sich fragt, was denn noch alles passieren wird, an Krebserkrankungen (durchaus im Plural) und Komorbiditäten.

Angesichts solcher Erfahrungen wird es dann nebensächlich, wer und wie viel einen persönlichen Anteil an seiner Erkrankung hat. Auch die theoretisch ja wahrscheinlich hoch spannende Frage, wie man das denn wissenschaftlich belegen kann, tritt in den Hintergrund. Abgeleitet auf eine Mikroebene kommen einem die großen Krebszahlen ziemlich nahe: „Fast jeder zweite Mann und mehr als jede dritte Frau leiden einmal in ihrem Leben an Krebs.“ Dieses Abzählspiel kann man an jedem Tisch – aber bitte nur vor dem geistigen Auge – selbst unter Corona-Beschränkungen durchführen: „Ene, mene, muh ...“. Dass dieses alles nur Statistik ist, mit ein bisschen Theorie im Hintergrund, ist kein Trost. Vielmehr drängt sich die Frage auf, was ich denn – neben der mit Ärzten abgestimmten Therapie und Nachsorge – tun kann?

Individuelle Achtsamkeit ist zunächst eine persönliche Entscheidung für eine ganzheitliche Betrachtung meiner (Krebs-)Erkrankung und eine Perspektive für die Zeit, die vor mir liegt. Dabei ist mir die Blasenkrebsselfhilfe vor Ort eine wichtige Hilfe. Wo es sie gibt, sollten wir nicht müde werden, immer wieder und durchaus selbstbewusst, darauf hinzuweisen! Erfahrung und Wissen sind nicht in allen Gruppen jederzeit und gleichermaßen vorhanden; da müssen wir einander nichts vormachen! Aber wo Fragen zunächst offen bleiben, kann bestimmt jemand aus dem bundesweiten ShB-Netzwerk unterstützen oder seriöse Kontakte vermitteln.

Darüber hinaus braucht es die persönliche Befassung, auch unter der Zuhilfenahme der Angebote, mit denen wir ja nun wirklich zuhauf konfrontiert sind: von der Apotheken-Zeitschrift über die dem Laien verständliche Fachliteratur, bis hin zum einem Wust von Informationen höchst unterschiedlicher Art und Güte im Internet. Wer neu im Netz ist, sollte sich erst mal ganz bewusst auf Seiten anerkannter Anbieter konzentrieren, die sich auch in anderen Medien und gesellschaftlichen Kontexten als vertrauenswürdig bewährt haben.

Persönlich bevorzuge ich Gedrucktes: also Bücher und Broschüren. Auch da kann man Scharlatanen begegnen oder Anbietern, denen der persönliche Gewinn allemal wichtiger ist, als die Gesundheit der anderen. Wer sicher gehen möchte, mit seinem Interesse und Engagement nicht auf Abwege zu geraten, sollte bei Büchern und Ratgebern auf bekannte Verlage achten und Autoren vertrauen, die eine fundierte Fachausbildung und langjährige einschlägige Praxis nachweisen können.



Ein Beispiel für ein Buch, mit dem es sich zu arbeiten lohnt: Es trägt den Titel „Krebs ganzheitlich behandeln. Komplementäre Methoden – vom Experten bewertet.“ Verfasser ist der Kölner Professor Josef Beuth, der sich seit langen Jahren auch mit Naturheilverfahren bei Krebs beschäftigt. Die erste Auflage erschien 2003. Die hier vorliegende 4. Auflage ist seit 2014 auf dem Markt und mit einem Preis von knapp 25 Euro nicht gerade preiswert. Dem steht ge-

genüber, dass Beuth und ein Team von sechs ausgewiesenen Fachleuten auf gut 200 Seiten tausende Fragen zum Thema Krebs (25 Krebsarten) beantworten und dabei Ross und Reiter nennen – in Bezug auf Medikamente, Diäten und andere komplementäre Maßnahmen. Für den Laien hilfreich sind vor allem die Bewertungen, die vor dem Hintergrund wissenschaftlicher Standards erfolgen. Wichtig ist auch das detaillierte Stichwortverzeichnis, das die selektive Lektüre im Hinblick auf eigene Fragen und Erkenntnisinteressen ermöglicht. So ist Beuths Publikation kein Buch, das man von der ersten bis zur letzten Seite durchliest – wohl aber ein kompetentes Nachschlagewerk zum Langzeitgebrauch.

Ähnliches gilt auch für „Die blauen Ratgeber“, die sowohl für die einzelnen Krebsarten, wie auch zu zahlreichen Querschnittsaspekten in Herausgeberschaft der Deutschen Krebshilfe erschienen sind. Neben den häufig auch in Arztpraxen und Krankenhäusern erhältlichen Basispublikationen scheinen mir die übergreifenden Themen nicht ganz so präsent zu sein. Deshalb sei hier eigens nochmal auf die Nummern 46 und 48 hingewiesen: „Ernährung bei Krebs“ und „Bewegung und Sport bei Krebs“, Themen also, die unabhängig vom Lebensalter und dem Grad der Erkrankung immer wieder neue Beachtung verdienen. Sämtliche Publikationen dieser Reihe enthalten umfangreiche Empfehlungen und Adressmaterialien. Insofern eignen sie sich besonders als Arbeits- und Nachschlagematerialien sowohl die eigene Situation betreffend wie auch zur Unterstützung Neuerkrankter. Es ist wirklich bemerkenswert, dass diese fundierten Materialien kostenlos erhältlich sind. Dennoch gilt: „Ohne Fleiß, keinen Preis“ - aber die intensive Lektüre lohnt!

Klaus Schuhmacher

Herausgeber:

Prof. Dr. med. Josef Beuth
Krebs ganzheitlich behandeln,
4. Aufl. Stuttgart 2014,
ISBN 978-3-8304-8158-
24,99 Euro

Kostenlose Leseprobe:

✉ kundenservice@trias-verlag.de

Aktualisierter Wegweiser zu Sozialleistungen

Wenn eine Krebserkrankung diagnostiziert wurde und der Patient vielleicht für längere Zeit nicht berufstätig sein kann, ist es wichtig zu wissen, auf welche Sozialleistungen er einen Anspruch hat. Die sozialen Sicherungssysteme bieten im Krankheitsfall zahlreiche Hilfen an. Diese Unterstützung steht Patienten rechtlich zu.

Die kürzlich aktualisierte Broschüre der Stiftung Deutsche Krebshilfe erläutert die gesetzlichen Regelungen, wie sie im Augenblick gelten. Immer wieder gibt es allerdings bei den verschiedenen Kostenträgern Sonder- oder Ausnahmeregelungen oder es ergeben sich aktuelle gesetzliche Änderungen.

Herausgeber:

Stiftung Deutsche Krebshilfe, Wegweiser zu Sozialleistungen, Aktualisierte Auflage, Stand 4/2020, ISSN 0947-4816, kostenfrei abrufbar online unter: <https://bit.ly/311fP04> oder bestellbar als Printversion über: <https://bit.ly/2PZGx2W>



Das Buch „**Diagnose Krebs – Zusammen stark bleiben**“ ist ein Ratgeber, der speziell für Angehörige entstanden ist. Das Buch gibt Tipps für die Zeit während und nach der Krebstherapie. zum Beispiel bei den Themen Ernährung, Bewegung und Lebensstil.

Das Handbuch findet Antworten auf typische Fragen, wie:

- Wie kann ich einen erkrankten Angehörigen in den verschiedenen Phasen seiner Krankheit unterstützen?
- Was muss ich dabei beachten?
- Wie läuft die Behandlung ab?
- Was kann ich für mich tun und wo kann ich Hilfe bekommen?

Das Handbuch hilft dabei, die **Krebsdiagnose gemeinsam zu verarbeiten** und in der schweren Zeit eine **offene Gesprächskultur** zu entwickeln. Es kann Menschen dabei unterstützen, die neuen Hindernisse zu überwinden. Darüber hinaus gibt es Tipps für die Zeit während und nach der Krebstherapie z.B. bei den Themen **Ernährung, Bewegung und Lebensstil**. Der Ratgeber „Diagnose Krebs – Zusammen stark bleiben“ ist in Buchhandlungen sowie bei Stiftung Warentest erhältlich.



Buchvorstellung

„Brauch ich das oder kann das weg?“ Aussortieren – ein schwieriges Unterfangen

Durch die Ausgehbeschränkungen in Coronazeiten habe auch ich das schon lange angestrebte Aufräumen und Aussortieren endlich in Angriff genommen.

In puncto Kleidung bin ich schon seit Jahren eingeübt. Die letzte Aktion war im Herbst (vor Corona) und mit dem Vorsatz verbunden: Keine Neuanschaffung, wenn kein Teil aussortiert werden muss. Ich habe bisher durchgehalten.

Jetzt sollen auch einige andere Bereiche durchforstet werden, beispielsweise Tisch- und Bettwäsche, Gläser und Geschirr, Keller und Garage und Zeitschriften sowie Bücher.

Der Bereich Tisch- und Bettwäsche ist schnell und ohne Emotionen erledigt. Besitze ich noch den passenden Tisch für diese Decke? Bei der Bettwäsche ist es noch einfacher, da ich mir eine neue Daunendecke in Komfortgröße geleistet habe, können alle kleinen Bezüge weg. Die Diakonie hat sich gefreut, ebenso über die aussortierten Gläser und das Geschirr.

Im Bereich Keller und Garage kommen die ersten problematischen Augenblicke: Wie viele Marmeladengläser werde ich dieses Jahr füllen, soll ich wieder Kürbis einwecken und Gurken einlegen? Der Gläservorrat entspricht der Vorratshaltung einer sechsköpfigen Familie. Die großen Töpfe (ab sechs Liter) werde ich auch nicht mehr brauchen - ob meine Nichte bei der nächsten Gartenparty einen Eintopf anbieten will, ich werde fragen.

Ich befülle den Glascontainer und suche mal wieder die Diakonie auf.

In der Garage, auch Lagerstätte für Gartengeräte, Blumentöpfe und Kübel, fallen mir gleich zwei große Bügelsägen in die Hand. Ich erinnere mich, dass mein Vater damit den geliebten Kirschbaum zersägt hat. Mein Vater starb vor 60 Jahren. Die Sägeblätter sind verrostet, ich werde keinen Baum zersägen. So werden alte, verrostete und verbogene Gartengeräte und Werkzeuge aussortiert. Das schon im Vorjahr gekaufte Regal wird aufgebaut und mit Winkelhaken an der Wand befestigt. Dies ist nun Heimat für Blumentöpfe, Handgeräte und Düngerpaket.

Ich bin richtig stolz, als mit der zweiten Fahrt zum Recyclinghof auch dieser Bereich erledigt ist.

Jetzt aber kommt das Problem: Zeitschriften und Bücher. Bei den Zeitschriften fange ich an. Nochmal durchblättern und schon ist klar, dass ich mindestens zwei Ordner anlegen muss: für die Pflanzenporträts und für besondere Rezepte. Ich sortiere gut vier Tage und meine Papiertonne wird sehr voll und schwer.

Zum Schluss, noch die Bücher. Da gelesene Romane sofort im Familien- und Freundeskreis weitergereicht werden, zur Not auch im Ferienhaus bleiben, stehen in meinen Bücherregalen insbesondere Fachbücher und Bildbände zu den Themen Reisen, Garten und Kunst.

Mitten in dieser Aktion besucht mich mein Freund Quintus Ribesehl. Während ich uns einen Tee zubereite, hat Quintus schon ein Regalbrett geleert und schmökert in einem Bildband „Norwegen und die Hurtigroute“. Die Hurtigroute haben wir gemeinsam 2010 bereist – wir schwelgen in Reiseerinnerungen. Auch das nächste Buch erinnert an eine gemeinsame Reise. So sitzen wir nach zwei Stunden bei kaltem Tee inmitten zahlreicher auf Tisch und Boden gestapelter Bücher. Diese Bücher brauche ich – die können nicht weg!!!

In diesem Sinn, mit herzlichen Grüßen
Ihre Irmelin von Brömse



Baden-Württemberg

SHG Heilbronn

Karl Dagenbach
 ☎ (07133) 901 164 1
 ✉ k.dagenbach@t-online.de

Dietmar Gerli

☎ (06264) 140 0
 ✉ dietmar-gerli@t-online.de

Mainz Pouch Gruppe Karlsruhe

Sendi Mallouh
 ☎ (0176) 80 80 27 81
 ✉ sendi.mallouh86@googlemail.com

SHG Blasenkrebskrankungen Schwäbisch Gmünd

Theo Heidenreich
 ☎ (07161) 525 63
 ✉ heidenreichgmbh@t-online.de

SHG Blasenkrebs Bodensee Singen

Wolfgang Wagner
 ☎ (0152) 317 022 01
 ✉ blasenkrebs.bodensee@gmail.com

SHG Blasenkrebs Sindelfingen

Monika Burkhardt
 ☎ (07033) 32186
 ✉ monika.burkhardt1@web.de

SHG Blasenkrebs Südbaden/Freiburg

Gaby Stünzi
 ☎ (07631) 731 50
 ☎ (0173) 840 727 5
 ✉ gamave@web.de

Andrea Frömming

☎ (0157) 752 867 27
 ✉ andrea.froemming@googlemail.com

SHG Reutlingen - Tübingen

Alexandra Plew
 ☎ (07127) 570 715
 ☎ (01525) 40 248 721
 ✉ selbsthilfegruppe.blasenkrebs@gmail.com

SHG Blasenkrebs Stuttgart

Klaus Blarr
 ☎ (0711) 514532
 ✉ blarris@online.de

Hannelore Deinhardt

☎ (0711) 508 737 35
 ✉ hanne@deinhardt-feldenkrais.com

Villingen Schwenningen

Selbsthilfegruppe für Menschen mit urologischen Krebserkrankungen und deren Angehörigen Schwarzwald-Baar-Heuberg

Dieter Brammertz
 ☎ (07720) 449 7
 ✉ info@shg-Uro-SBh.de

Bayern

SHG Allgäu für Blasenkrebskranke

Margot Sammet
 ☎ (08370) 922 620
 ☎ (0151) 122 75 649
 ✉ margot_lothar_sammet@web.de

SHG Blasenkrebs Coburg

Norbert Scholz
 ☎ (09571) 708 11
 ✉ mail@norbert-scholz.de

SHG Blasenkrebs München

Kurt Wagenlehner
 ☎ (089) 141 514 5
 ☎ (0151) 552 337 87
 ✉ kh.wagenlehner@t-online.de

SHG Blasenkrebs / Ersatzblase Nürnberg

Helga Rottkamp
 ☎ (09122) 889 770 6
 ✉ helga.rottkamp@web.de

Berlin

Selbsthilfe Harnblasenkrebs

Detlef Höwing
 ☎ (030) 744 007 3
 ☎ (0178) 2777 132

Hamburg

SHG Blasenkrebs Hamburg-Wandsbeck

Gisela Lemke
 ☎ (040) 278 080 01
 ✉ giselalemke@gmx.de

Elisabeth Natschke

☎ (040) 648 618 94
 ✉ eh.natschke@gmx.net

Hessen

SHG Blasenkrebs Hessen

Franz Hagenmaier
 ☎ (06039) 931 094
 ✉ Hagenmaier@SHGBH.de

Blasenkrebs-SHG Bad Soden-Salmünster

Detlef Wacker
 ☎ (0170) 180 809 1
 ✉ Wacker@SHGBH.de

Blasenkrebs SHG Darmstadt

Werner Schmachtenberg
 ☎ (06155) 665 786
 ✉ Schmachtenberg@SHGBH.de

Blasenkrebs SHG Frankfurt

Dr. med. Edmond Schiek-Kunz
 ☎ (0151) 175 746 18
 ✉ Schiek-Kunz@SHGBH.de

Jürgen Martin

☎ (0177) 792 1980
 ✉ Martin@SHGBH.de

Blasenkrebs SHG Fulda

Information über die
 ShB-Geschäftsstelle

Blasenkrebs SHG Gießen

Uwe Helm
 ☎ (0151) 237 513 84
 ✉ Helm@SHGBH.de

Prof. Dr. Günter Leithold

☎ (06403) 968 649 6
 ✉ Leithold@SHGBH.de

Blasenkrebs + Prostatakrebs - Selbsthilfegruppe Heppenheim

Klaus Rickl
 ☎ (0176) 802 238 35
 ✉ Rickl@SHGBH.de

Dieter Hochstätter

☎ (06251) 780 511 3
 ☎ (0157) 732 971 94
 ✉ Hochstaetter@SHGBH.de

Blasenkrebs SHG + Harnableitungen Kassel

Françoise Löffelmann
 ☎ (05661) 908 624 1
 ✉ Loeffelmann@SHGBH.de

Hermann Josef Diegmüller

☎ (0561) 827 063
 ✉ Diegmuller@SHGBH.de

Blasenkrebs SHG Wetterau

Franz Hagenmaier
 ☎ (06039) 931 094
 ✉ Hagenmaier@SHGBH.de

Blasenkrebs SHG Wiesbaden

Bärbel Springer
 ☎ (0151) 271 900 25
 ✉ Springer@SHGBH.de

Mecklenburg-Vorpommern

Blasenkrebs SHG Mecklenburgische Seenplatte

Udo Walter
 ☎ (038203) 649 983
 ☎ (0177) 479 812 0
 ✉ blasenkrebs-rostock-shg@t-online.de

Dietmar Schudek

☎ (0172) 971 259 2

Blasenkrebs - SHG Rostock

Udo Walter
 ☎ (038203) 649 983
 ☎ (0177) 479 812 0
 ✉ blasenkrebs-rostock-shg@t-online.de

Blasenkrebs - SHG Wismar

Mario Wiemers
 ☎ (03841) 661 275 7
 ☎ (0157) 580 802 20
 ✉ mario.wiemers@web.de

Niedersachsen

SHG Blasenkrebs Hannover (in der MHH)

Christa Kley
 ☎ (05191) 931 950
 ✉ WolfPeterKley@web.de

Erika Benneckenstein

☎ (0176) 430 624 16
 ✉ erika.benneckenstein@t-online.de

SHG Blasenkrebs Göttingen

Karl-Heinz Bsufka
 ☎ (0551) 703 634
 ☎ (0151) 172 408 95
 ✉ bsufka.karl-heinz@t-online.de

SHG Blasenkrebs Lüneburg

Günter Burmeister
 ☎ (040) 761 154 00
 ✉ burmeister@blasenkrebs-shb.de

SHG Blasenkrebs Oldenburg

Klaus Starker
 ☎ (0441) 405 791 69
 ☎ (0159) 052 503 95
 ✉ klaus.starker@freenetmail.de

SHG Blasenkrebs Wilhelmshaven

Andreas Dengler
 ☎ (0152) 54709274
 ✉ andreas.dengler59@gmail.com

Nordrhein-Westfalen

SHG Blasenkrebskrankungen Aachen

Horst Beer
☎ (0241) 524 343
☎ (0173) 403 112 4
✉ horst.beer@gmail.com

SHG Blasenkrebs Bielefeld

Dorothea Kohlrausch
☎ (0521) 556 189 06
✉ dorothea.kohlrausch@web.de

SHG Blasenkrebs Westfalica (Bad Oeynhausen)

Klaus Schuhmacher
☎ (05734) 444 8
✉ schuhmacher@blasenkrebs-shb.de

Hartmut Schäfer

☎ (0571) 398 488 58
✉ blasenkrebs-westfalica@t-online.de

SHG Blasenkrebs Bocholt

Peter Schröder
☎ (0172) 265 210 9
✉ schroeder@blasenkrebs-shb.de

SHG Blasenkrebs Bochum

Christel Battling
☎ (0234) 496 720
✉ ch-battling@t-online.de

Torsten Karbaum

☎ (0234) 958 762 1
✉ torsten.karbaum@nw.aok.de

SHG Blasenkrebs Bonn

Alfred Marenbach
☎ (02133) 453 65
☎ (0175) 475 898 6
✉ marenbach@blasenkrebs-shb.de

SHG Blasenkrebskrankungen Dortmund

Karl-Heinz Bockelbrink
☎ (0231) 403 676
☎ (0171) 844 949 8
✉ info@shg-blasenkrebs-do.de

Eliane Denucé

☎ (0231) 721 225 4
✉ e.denuce@gmx.net

Inge Döring

☎ (0231) 446 1063
✉ dingedo@dokom.net

Wilfried Betzinger

☎ (0231) 281 960
✉ w.betzinger@web.de

SHG Blasenkrebs Duisburg

Antonia Wessels
☎ (02065) 768 45
✉ antonia.wessels@gmx.de

Inge Pothast

☎ (0203) 594 303
✉ ingept@t-online.de

SHG Blasenkrebs Düsseldorf

Carlo Coosmann
☎ (0211) 598 252 82
✉ shg@coosmann.name

Georg Krämer

☎ (0170) 383 6753
✉ info@ibt-kraemer.de

SHG Blasenkrebs Essen

Elke Anuebnwa
☎ (0201) 340 164
☎ (0173) 430 7 862
✉ elkeanuebnwa@yahoo.de

SHG Blasenkrebs Gladbeck

Rolf Kickum
☎ (02041) 340 18
☎ (0173) 607 303 9
✉ rolf.kickum@t-online.de

SHG Blasenkrebs Köln Nord

am Heilig-Geist-Krankenhaus Köln Longerich
Alfred Marenbach
☎ (02133) 453 65
☎ (0175) 475 898 6
✉ marenbach@blasenkrebs-shb.de

SHG Blasenkrebs Köln Süd St. Hildegardis

Franz-Xaver Corneth
☎ (0178) 839 019 2
✉ corneth@mieterverein-koeln.de

SHG Blasenkrebs Neuss

Alfred Marenbach
☎ (02133) 453 65
✉ marenbach@blasenkrebs-shb.de

SHG Blasenkrebs Niederrhein (Oberhausen)

Peter Schröder
☎ (0172) 265 210 9
✉ schroeder@blasenkrebs-shb.de

SHG Blasenkrebs Velbert

Peter Schröder
☎ (0172) 265 210 9
✉ schroeder@blasenkrebs-shb.de

SHG Blasenkrebs Wuppertal - Bergisches Land

Artur Krzyzanowski
☎ (02195) 7978
☎ (0160) 578 374 5
✉ artur.krzyzanowski@t-online.de

Rheinland-Pfalz

SHG Blasenkrebs Kaiserslautern

Walter Schitterle
☎ (06381) 5785

SHG Blasenkrebs Koblenz

Irmgard Häckmanns
☎ (02607) 974 32 73
☎ (0172) 78 68 238
✉ irmgard.haackmanns@web.de

Saarland

SHG Blasenkrebs Saarbrücken Info über KISS Kontakt - und Informationsstelle für Selbsthilfe im Saarland

☎ (0681) 960 21 30
✉ kontakt@selbsthilfe-saar.de

Sachsen

SHG Blasenkrebs Zwickau

Jürgen Löffler
☎ (0375) 296 455
✉ juergen.loeffler@blasenkrebs-shg-zwickau.de

Sachsen-Anhalt

SHG Blasenkrebs Halle a.d. Saale (Südliches Sachsen-Anhalt)

Fred-Johannes Twarde
☎ (0345) 685 882 8

SHG Blase Magdeburg

Ulrich Lehmann
☎ (0391) 531 247 7
✉ Selbsthilfe-Blase-Magdeburg@t-online.de

Schleswig Holstein

SHG Blasenkrebs Flensburg

Rolf Hagen
☎ (0461) 311 254
✉ r-hagen@online.de

Michael Becker

☎ (0461) 303 19
✉ becker.flensburg@t-online.de

SHG Blasenkrebs Westküste (Itzehoe)

Michael Hollerith
☎ (04821) 892 052
✉ blasenkrebs_shg@m-hollerith.de

SHG Blasenkrebs Kiel

Gerhard Webers
☎ (04642) 655 6
✉ gerhardwebers@yahoo.de

SHG Blasenkrebs Lübeck

Jörg Bleuß
☎ (0451) 132 349
✉ joerg.bleuss@web.de

Thüringen

SHG Harnblasenkrebs Erfurt - Thüringen

Wolfgang Ullmann
☎ (036201) 850 57
✉ wsullmann@freenet.de

Elke Neuschulz

☎ (0361) 733 362

SHG Harnblasentumor Gera - Thüringen

Helmut Hahn
☎ (0365) 420 107 0
✉ selbsthilfe-blasenkrebs-gera@t-online.de

SHG Harnblasentumor Jena - Thüringen

Monika Piehler
☎ (036601) 555 640
✉ shg-jena-mp@harnblasentumor-thueringen.de

Ute Sadowski

☎ (036424) 23389

Dieter Neubert

☎ (03641) 829 029
✉ SHG-Blasenkrebs-Jena-DN@t-online.de

Selbsthilfegruppe Blasen- und Prostatakrebs Suhl

Dieter Werner
☎ (03681) 700 586
✉ die.werner@gmx.net

Jürgen Weisheit

☎ (03681) 761 628
✉ juergen.weisheit@gmx.de

Senden Sie bitte dies an:



**Selbsthilfe-Bund
Blasenkrebs e.V.**

Selbsthilfe-Bund Blasenkrebs e.V.
Thomas-Mann-Straße 40
53111 Bonn

Liebe Betroffene, liebe Angehörige,

unsere Informationsmaterialien sind kostenlos zu bestellen.
Über eine Spende würden wir uns aber freuen.

Bestellung

- per Post: in einem DIN lang-Fensterumschlag
- online: blasenkrebs-shb.de/bestellformular/



Bestellung von



Informationen



Aufnahmeantrag

Ihre Daten werden nicht an Dritte weitergegeben und nur zum Zweck der Versendung genutzt. Die Daten werden danach gelöscht. Ihre Angaben werden vor dem Zugriff Dritter nach Maßgabe des Bundesdatenschutzgesetzes angemessen geschützt.

Anzahl Titel

_____	ShB Flyer „Leben mit Blasenkrebs“ Flyer DIN lang - 6 Seiten
_____	ShB Flyer „Wie viele Blasenkrebs- operationen gab es in welcher Klinik?“ Flyer DIN lang - 6 Seiten
_____	ShB Flyer „Ehrenamtliches Engagement . Bei uns gibt es viele Betätigungsfelder!“ Flyer DIN lang - 6 Seiten
_____	Blasenkrebs und Selbsthilfe. Wir über uns Broschüre - 19 Seiten
_____	Blasenkrebs - was nun? Broschüre - 51 Seiten
_____	Kleines Wörterbuch Blasenkrebs Broschüre - 49 Seiten

Anzahl Titel

_____	Harnableitungen - Entscheidungshilfen für Betroffene - Broschüre - 44 Seiten
_____	Leben mit Blasenkrebs. Erfahrungen von Betroffenen und Angehörigen Broschüre - 98 Seiten
_____	Zeitschrift „Die Harnblase“ Aktuelle Ausgabe
_____	Patientenleitlinie Blasenkrebs Broschüre - 170 Seiten Bestellung oder Download bei: Stiftung Deutsche Krebshilfe Buschstr. 32, 53113 Bonn Telefon: 0228 7 29 90-0 E-Mail: deutsche@krebshilfe.de Internet: www.krebshilfe.de

Bestellung
Infomaterial

Vorname:

Name:

Straße Hausnr.:

PLZ Ort:

Ort, Datum

Unterschrift



Gemeinsam sind wir stärker – darum:

Mitglied werden im ShB
und Mitglieder werben
für den ShB!



Jetzt handeln!



**Liebe Leserin, lieber Leser,
sehr geehrte Damen und Herren!**

Viele von Ihnen wissen es:

Der **Selbsthilfe-Bund Blasenkrebs e.V. (ShB)** ist eine bundesweit tätige Vereinigung von an Blasenkrebs erkrankten Menschen und deren Angehörige sowie von Selbsthilfegruppen Blasenkrebs.

Aktuell hat dieser **Selbsthilfe-Bund Blasenkrebs e.V.** über 850 Mitglieder, und es müssen noch mehr werden, damit der ShB die Interessen der Blasenkrebs erkrankten und deren Angehörige noch stärker vertreten kann. Nur gemeinsam können wir die Entscheidungen in der Gesundheitspolitik und bei den Gesundheitsbehörden zugunsten von uns Patienten und unseren Angehörigen beeinflussen. Ferner ist das Harnblasenkarzinom ein bisschen das vernachlässigte Kind der Forschung. Dies bedeutet, dass in der Grundlagenforschung sowie in der klinischen Anwendungsforschung beim Harnblasenkarzinom nur wenig geforscht wird. Mit einer großen Mitgliederzahl können wir unseren Wunsch nach intensiverer Forschung nachdrücklicher aussprechen.

Werden Sie Mitglied im **Selbsthilfe-Bund Blasenkrebs e.V.** und werben Sie bitte weitere Mitglieder.

Die nächste Ausgabe „Die Harnblase“ erscheint im Juni 2021.

Unsere Ziele

Wir wollen

- über die Krankheit Blasenkrebs, die Risikofaktoren und die Therapiemöglichkeiten informieren
- medizinische, psychosoziale und versorgungsrechtliche Informationen zum Thema Blasenkrebs verständlich aufbereiten und bereitstellen
- erreichen, dass die Früherkennung von Blasenkrebs insbesondere für Risikogruppen erheblich verbessert wird
- bestehende Selbsthilfegruppen fördern und die Gründung neuer Gruppen unterstützen
- die Interessen der Betroffenen bündeln und vertreten