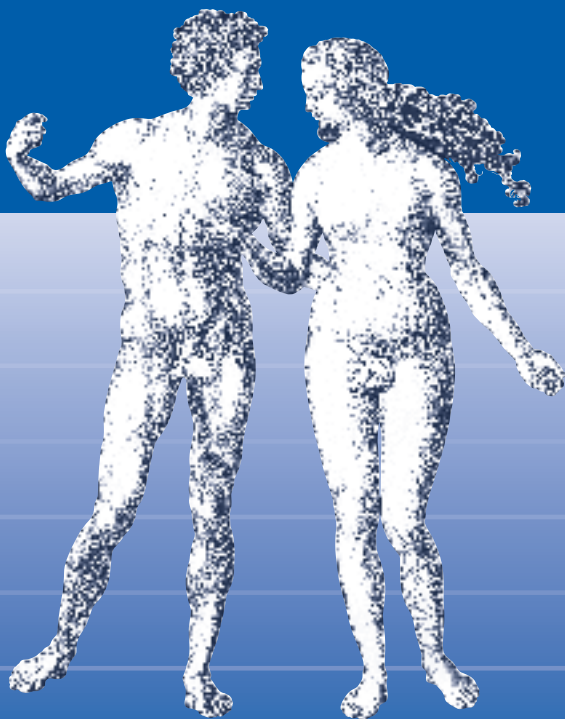




krebsliga

Leukämien bei Erwachsenen

Eine Information der Krebsliga



Die Krebsligen der Schweiz: Nah, persönlich, vertraulich, professionell

Wir beraten und unterstützen Sie und Ihre Angehörigen gerne in Ihrer Nähe. Rund hundert Fachpersonen begleiten Sie unentgeltlich während und nach einer Krebserkrankung an einem von über siebzig Standorten in der Schweiz.

Zudem engagieren sich die Krebsligen in der Prävention, um einen gesunden Lebensstil zu fördern und damit das individuelle Risiko, an Krebs zu erkranken, weiter zu senken.

Impressum

Herausgeberin

Krebsliga Schweiz
Effingerstrasse 40, Postfach
3001 Bern
Tel. 031 389 91 00
www.krebsliga.ch

4. Auflage

Projektleitung und Redaktion

Andrea Seitz, Redaktorin Krebsinformationen,
Krebsliga Schweiz, Bern

Fachberatung

Prof. Dr. med. Thomas Pabst, Stv. Klinikdirektor
und Chefarzt, Universitätsklinik für Medizinische
Onkologie, Inselspital Bern
Prof. Dr. med. Jakob R. Passweg, Chefarzt Klinik für
Hämatologie, Bereich Innere Medizin, Universitäts-
spital Basel
Nicole Steck, Wissenschaftliche Mitarbeiterin,
Krebsliga Schweiz, Bern

Wir danken der betroffenen Person für das sorg-
fältige Lesen des Manuskripts und die wertvollen
Rückmeldungen.

Lektorat

Romy Kahl, Redaktorin Krebsinformationen,
Krebsliga Schweiz, Bern

Frühere Auflagen

Elsbeth Baumann, Expertin Pflege, Inselspital Bern;
Nicole Bulliard, Fachspezialistin Publizistik, Krebs-
liga Schweiz, Bern; PD Dr. med. Sabine Blum,
Hämatologische Abteilung, CHUV; Doris Jäggi-
Meinken, Study Nurse, Universitätsklinik für
Medizinische Onkologie, Inselspital Bern

Titelbild

Nach Albrecht Dürer, Adam und Eva

Fotos

S. 4, 10, 16, 22, 34, 42: Adobe Stock

Design

Wassmer Graphic Design, Wüssachen

Druck

Hartmann Druck & Medien GmbH, Hiltzingen

Diese Broschüre ist auch in französischer und italienischer Sprache erhältlich.

© 2024, 2021, 2015, 2011 Krebsliga Schweiz, Bern | 4. überarbeitete Auflage

Inhalt

Das Blut und seine Zellen	6
Was ist eine Leukämie?	7
Die verschiedenen Formen der Leukämie	11
Welche Untersuchungen führen zur Diagnose?	12
Wie wird die Behandlung geplant?	17
Wie wird eine Leukämie behandelt?	24
Was tun bei Nebenwirkungen?	35
Rückkehr in den Alltag	39
Beratung und weitere Informationen	43



Liebe Leserin, lieber Leser

In dieser Broschüre finden Sie folgende Informationen:

- Was ist eine Leukämie?
- Welche Beschwerden weisen auf eine Leukämie hin?
- Welche Untersuchungen braucht es für die Diagnose?
- Welche Therapiemöglichkeiten gibt es?
- Wie läuft die Behandlung ab?
- Was kann ich gegen Nebenwirkungen tun?

In den Broschüren der Krebsliga finden Sie hilfreiche Informationen und Tipps. Die Beraterinnen und Berater in den kantonalen und regionalen Krebsligen sind für Sie da und begleiten Sie gerne. Sie finden die Adressen und Kontaktdaten der Beratungsstellen ab Seite 50. Sie können sich auch an das Krebstelefon wenden: 0800 11 88 11.

Wir wünschen Ihnen alles Gute.

Ihre Krebsliga

Wenden Sie sich mit Ihren Fragen an das Behandlungsteam. Lassen Sie sich von Menschen unterstützen, die Ihnen nahestehen.



Jetzt mit TWINT spenden:

 QR-Code mit der TWINT-App scannen.

 Betrag eingeben und Spende bestätigen.



Oder online unter www.krebsliga.ch/spenden.

Das Blut und seine Zellen

Das Wichtigste in Kürze

- Blutzellen entstehen im Knochenmark.
- Es gibt drei Arten von Blutzellen: rote Blutkörperchen, weisse Blutkörperchen und Blutplättchen.
- Gesunde Menschen haben von jeder Art so viele Blutzellen, wie der Körper gerade braucht.

Wenn Sie die Blutzellen und das Knochenmark kennen, können Sie Leukämien wahrscheinlich besser verstehen.

Das Knochenmark als Blutfabrik

Ihr Blut besteht aus Blutzellen und Blutflüssigkeit. Die Blutzellen entstehen im Knochenmark.

Das Knochenmark ist der weiche und schwammartige Teil im Inneren des Knochens. Stellen Sie sich Ihr Knochenmark wie eine Blutfabrik mit grossem Rohstofflager vor: Hier lagern die sogenannten Blutstammzellen. Aus den Blutstammzellen entwickeln sich laufend über mehrere Stadien die verschiedenen Blutzellen.

Die Blutzellen

Es gibt drei Arten von Blutzellen. Gesunde Menschen haben von jeder Art so viele Blutzellen, wie der Körper gerade braucht.

Rote Blutkörperchen

Die roten Blutkörperchen (Erythrozyten) transportieren den Sauerstoff aus der Lunge in Ihren gesamten Körper.

Weisse Blutkörperchen

Die weissen Blutkörperchen (Leukozyten) helfen, Krankheitserreger abzuwehren. Zudem beseitigen sie «Abfälle» und Reste von Körperzellen.

Blutplättchen

Die Blutplättchen (Thrombozyten) stillen die Blutung, wenn Sie sich geschnitten oder auf eine andere Art verletzt haben.

Was ist eine Leukämie?

Das Wichtigste in Kürze

- Bei einer Leukämie bildet der Körper unreife, krankhaft veränderte Blutzellen.
- Die unreifen Blutzellen verdrängen die gesunden, reifen Blutzellen.
- Wenn Sie zu wenige gesunde Blutzellen haben, werden Sie krank.

Bei einer Leukämie bildet Ihr Körper zu viele unreife Blutzellen, die sogenannten Blasten. Diese Blasten können sich nicht weiterentwickeln. Damit sind sie für den Körper nutzlos.

Im Alltag nennen wir eine Leukämie auch «Blutkrebs». Genau genommen sind Leukämien jedoch Erkrankungen des blutbildenden Systems: Nicht nur das Blut, sondern vor allem das Knochenmark und die sogenannte lymphatischen Organe (etwa die Milz oder die Lymphknoten) sind betroffen.

Welche Beschwerden verursacht eine Leukämie?

Blasten werden auch «Leukämiezellen» genannt. Sie vermehren sich schneller als gesunde Blutzellen und verdrängen sie. Die gesunden Blutzellen können irgendwann nicht mehr richtig arbeiten: Sie bekommen Beschwerden und werden krank.

Zu wenige rote Blutkörperchen

Haben Sie zu wenige rote Blutkörperchen, wird Ihr Körper mit zu wenig Sauerstoff versorgt. Sie fühlen sich wahrscheinlich müde und sind weniger leistungsfähig. Ihre Haut ist blass. Vielleicht lösen schon kleinste körperliche Anstrengungen bei Ihnen Atemnot und Herzklopfen aus.

Zu wenige weisse Blutkörperchen

Ihr Körper kann Krankheitserreger schlecht abwehren, wenn gesunde weisse Blutkörperchen fehlen. Dadurch sind Sie anfällig für Infektionen.

Vielleicht haben Sie grippeähnliche Symptome wie Fieber und Kopfschmerzen. Vielleicht bekommen Sie eine Lungenentzündung. Auch das Zahnfleisch, die Zahnwurzeln und die Mundschleimhaut können entzündet sein.

Zu wenige Blutplättchen

Haben Sie zu wenige Blutplättchen, gerinnt Ihr Blut nicht mehr richtig. Sie bekommen häufiger Nasenbluten oder Zahnfleischbluten als früher. Haben Sie sich verletzt, können Sie die Blutung nicht mehr so rasch stillen. Vielleicht haben Sie häufiger blaue Flecken, wenn Sie sich gestossen haben. Bei Frauen können die Monatsblutungen stärker sein und länger andauern als früher.

Weitere Symptome und Beschwerden

Die Leukämiezellen gelangen über das Blut in den ganzen Körper. Dort können sie Ihr Nervensystem und andere Organe schädigen.

Weitere mögliche Beschwerden und Symptome sind:

- Sie haben keinen Appetit und verlieren unbeabsichtigt Gewicht.
- Sie schwitzen in der Nacht.
- Die Lymphknoten sind geschwollen.
- Sie spüren ein rechts- oder linksseitiges Druckgefühl im Oberbauch. Das passiert bei einer Vergrößerung der Milz oder der Leber, weil sich dort die Leukämiezellen ansammeln.
- Sie haben Kopfschmerzen oder Sehstörungen.
- Sie haben Schmerzen in den Knochen oder Gelenken.
- Bei Männern sind die Hoden geschwollen.
- Sie bekommen Tumoren in anderen Körperteilen (beispielsweise in der Haut).

Was sind Risikofaktoren für eine Leukämie?

Jedes Jahr erkranken in der Schweiz etwa 1200 Menschen erstmals an einer Leukämie. Männer sind häufiger betroffen als Frauen. Etwa die Hälfte der Betroffenen ist bei der Diagnose über 70 Jahre alt.

Einige Faktoren und Lebensumstände können das Erkrankungsrisiko für eine Leukämie erhöhen:

- Sie rauchen oder haben längere Zeit geraucht.
- Sie haben oder hatten längere Zeit Kontakt mit bestimmten Chemikalien (wie Benzol oder Formaldehyd).
- Sie haben oder hatten längere Zeit Kontakt mit ionisierenden Strahlen (wie Röntgenstrahlen).
- Sie haben wegen einer früheren Krebserkrankung eine Chemotherapie oder Strahlentherapie bekommen.
- Sie haben bestimmte Genmutationen.
- Sie haben das Down-Syndrom (Trisomie 21).

Wieso trifft es mich?

Krebs kann jede und jeden treffen. Auch gesund lebende Menschen oder junge Menschen können an Krebs erkranken. Ob jemand an Krebs erkrankt oder nicht, ist bis zu einem gewissen Grad Zufall oder Schicksal.

Möglicherweise beschäftigt Sie die Frage, warum gerade Sie an Krebs erkrankt sind. In der Broschüre «Wenn auch die Seele leidet» finden Sie mehr zum Thema. Sie können auch mit jemandem vom Krebstelefon darüber sprechen oder mit jemandem von der Krebsliga. Die Adressen finden Sie ab Seite 50.



Die verschiedenen Formen der Leukämie

Es gibt verschiedene Leukämieformen mit zusätzlichen Untergruppen. Vereinfacht gibt es folgende Hauptformen:

- akute myeloische Leukämie (abgekürzt AML),
- akute lymphatische Leukämie (abgekürzt ALL),
- chronische myeloische Leukämie (abgekürzt CML).

Die verschiedenen Formen verlaufen unterschiedlich und werden unterschiedlich behandelt. Sie unterscheiden sich auch darin, wie rasch sie behandelt werden müssen. Deshalb sollten Sie wissen, welche Form der Leukämie Sie haben.

Ein Hinweis: Trotz des Namens zählt die chronische lymphatische Leukämie (CLL) nicht zu den Leukämien, sondern zu den Lymphomen. Mehr zur CLL erfahren Sie in der Krebsliga-Broschüre «B-Zell-Lymphome».

Ist die Leukämie akut oder chronisch?

Fachleute unterscheiden Leukämien danach, ob eine Leukämie akut oder

chronisch ist. Davon hängt beispielsweise ab, wie rasch Sie mit einer Therapie beginnen müssen.

Akute Leukämien treten plötzlich auf und schreiten rasch fort. Betroffene bekommen schnell starke Beschwerden. Chronische Leukämien haben einen langsamen Verlauf. Bei einer chronischen Leukämie dauert es Monate oder Jahre, bis Sie Beschwerden bekommen.

Ist die Leukämie myeloisch oder lymphatisch?

Fachleute unterscheiden, welche Blutstammzellen bei einer Leukämie betroffen sind. Das ist wichtig für die Wahl der Therapie.

Bei myeloischen Leukämien sind unter anderem die roten Blutkörperchen und die Blutplättchen beeinträchtigt.

Bei lymphatischen Leukämien sind die Lymphozyten beeinträchtigt. Die Lymphozyten gehören zu den weissen Blutkörperchen.

Welche Untersuchungen führen zur Diagnose?

Das Wichtigste in Kürze

- Für die Diagnose einer Leukämie werden unter anderem das Blut und das Knochenmark untersucht.
- Manchmal braucht es zusätzliche Untersuchungen von einzelnen Organen.
- Die Untersuchungsergebnisse zeigen, welche Organe betroffen sind. Das erlaubt eine möglichst genaue Diagnose und erleichtert die Behandlungsplanung.

Belastet Sie das Warten auf die Untersuchungsergebnisse? Möchten Sie mit jemandem darüber sprechen? Dann können Sie sich ans Krebstelefon wenden oder an Ihre kantonale oder regionale Krebsliga. Die Adressen finden Sie ab Seite 50.

Erste Abklärungen

Die Ärztin oder der Arzt fragt Sie nach Ihren Beschwerden, nach Vorerkrankungen und möglichen Risikofaktoren und ob Sie regelmässig Medikamente einnehmen.

Der Arzt prüft Ihren Blutdruck, Ihren Puls und Ihre Atmung. Er kontrolliert unter anderem, wie gut Lunge und Herz funktionieren. Der Arzt tastet die Lymphknoten und die Organe ab. Dabei achtet er darauf, ob die Milz (im linken Oberbauch) oder die Leber (im rechten Oberbauch) vergrössert sind.

Mithilfe eines Blutbildes (Hämogramm) erkennt der Arzt Veränderungen im Blut. Beispielsweise, ob Sie von einer bestimmten Art von Blutzellen zu wenige oder zu viele haben. Dafür entnimmt Ihnen der Arzt eine kleine Menge Blut und lässt es im Labor untersuchen.

Untersuchung des Knochenmarks

Für diese Untersuchung müssen Sie in ein Spital gehen. Das Knochenmark entnimmt die Ärztin oder der Arzt meistens aus dem Beckenknochen (hinterer Beckenkamm). Der Eingriff dauert etwa eine Viertelstunde.

Falls Sie noch nicht ins Spital eingewiesen wurden, dürfen Sie nach der Entnahme wieder nach Hause gehen.

Wie läuft die Untersuchung ab?

Für die Untersuchung liegen Sie auf der Seite mit angewinkelten Beinen oder auf dem Bauch. Zuerst erhalten Sie eine örtliche Betäubung. Falls notwendig, bekommen Sie ein Schmerz- und/oder ein Beruhigungsmittel.

Dann führt der Arzt über einen kleinen Hautschnitt eine Biopsienadel ein und schiebt sie bis in das Knochenmark. Die Nadel ist innen hohl. Mit der Nadel entnimmt der Arzt etwas Knochenmark (Knochenmarkbiopsie). Anschliessend

saugt er mit einer zweiten Nadel und einer Spritze etwas Blut aus dem Knochenmark an (Knochenmarkaspiration).

Sie bekommen ein Pflaster und ein Druckpolster auf die Einstichstelle. Das Knochenmark und das Blut werden im Labor untersucht. Ein Teil der Ergebnisse liegt innerhalb von ein bis zwei Tagen vor. Manche Ergebnisse sind erst nach etwa zwei Wochen verfügbar.

Tut die Entnahme weh?

Das Entnehmen von Knochenmark kann trotz Betäubung einen kurzen, ziehenden Schmerz oder ein unangenehmes Gefühl verursachen. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder dem Behandlungsteam, wenn Sie Angst vor der Untersuchung haben.

Weitere Untersuchungen

Im Labor untersuchen Fachpersonen Ihre Blut-, Knochenmark- und Leukämiezellen. Sie untersuchen zum Beispiel die Form, den Reifungsgrad und das Aussehen der

Zellen. Sie prüfen auch, ob Ihre Zellen genetische Schäden haben.

Für die Behandlungsplanung muss die Ärztin oder der Arzt wissen, ob das Nervensystem oder weitere Organe von Leukämiezellen befallen sind.

Bildgebende Verfahren

Vielleicht ordnet der Arzt eines oder mehrere der folgenden bildgebenden Verfahren an:

- Ultraschalluntersuchung von Milz und Leber,
- Röntgenuntersuchung der Lunge,
- Computertomografie (CT),
- Positronen-Emissionstomografie (PET),
- Magnetresonanztomografie (MRT).

Für diese Untersuchungen müssen Sie in ein Spital oder Röntgeninstitut gehen. Die Untersuchungen sind schmerzlos und dauern wenige Minuten bis eine halbe Stunde. Sie sind dabei wach und können danach wieder nach Hause gehen. Ihr Behandlungsteam wird Ihnen den Ablauf erklären.

Untersuchung der Rückenmarkflüssigkeit (Lumbalpunktion)

Bei einer Lumbalpunktion entnimmt der Arzt eine Probe der Flüssigkeit, die das Gehirn und das Rückenmark umgibt. Diese Flüssigkeit heisst Liquor.

Für die Untersuchung liegen Sie auf der Seite. Zuerst erhalten Sie eine örtliche Betäubung. Dann führt der Arzt eine dünne Nadel zwischen zwei Lendenwirbeln hindurch, bis in den mit Liquor gefüllten Wirbelkanal. In einem Gefäss sammelt er eine kleine Probe der austretenden Flüssigkeit. Die Probe wird im Labor untersucht. Gibt es im Liquor Leukämiezellen, hat sich die Erkrankung ins zentrale Nervensystem (Gehirn und Rückenmark) ausgebreitet.

Gut zu wissen: Das Rückenmark endet oberhalb der Punktionsstelle, in welche der Arzt die Nadel einsticht. Deshalb kann Ihr Rückenmark bei dieser Untersuchung nicht verletzt werden.

Krankheitsstadien

Anhand der Untersuchungsergebnisse bewertet die Ärztin oder der Arzt, wie weit eine Krebserkrankung fortgeschritten ist. Man nennt das Stadieneinteilung oder auf Englisch «Staging».

Für jede Art von Leukämie gibt es ein eigenes Klassifizierungssystem mit verschiedenen Krankheitsstadien oder -phasen. Ihr Behandlungsteam wird Sie darüber informieren, wie weit fortgeschritten Ihre Leukämie ist und an welcher Art von Leukämie Sie erkrankt sind.



Wie wird die Behandlung geplant?

Das Wichtigste in Kürze

- Die Behandlungsplanung hängt unter anderem davon ab, welche Form der Leukämie Sie haben.
- Um die Behandlung zu planen, arbeiten Ärztinnen und Ärzte aus unterschiedlichen Fachrichtungen zusammen.
- Eine Krebsbehandlung besteht meistens aus mehreren Therapien über einen längeren Zeitraum.

Ärztinnen und Ärzte aus unterschiedlichen Fachrichtungen besprechen und planen Ihre Behandlung in regelmässigen gemeinsamen Sitzungen. Diese Sitzungen heissen Tumorboards.

Hat das Behandlungsteam Ihren Fall in einem Tumorboard besprochen, empfiehlt es Ihnen die für Sie am besten geeignete Behandlung.

Therapieziele

Die Therapieziele hängen davon ab, wie weit die Erkrankung fortgeschritten ist und wie gut die Heilungsaussichten sind. Auch die Art der Leukämie spielt eine Rolle.

Bei guten Heilungsaussichten ist das Ziel, die Leukämie zu heilen oder zumindest den Gesundheitszustand stabil zu halten. Das nennt sich Remission.

Die Behandlung wird als palliativ bezeichnet, wenn die Heilungschancen sehr gering sind. Die Ärzte versuchen dann, das Fortschreiten der Erkrankung hinauszuzögern und Beschwerden zu lindern. Die Lebensqualität steht im Vordergrund.

Behandlung akuter Leukämien

Ohne Behandlung verschlechtert sich eine akute Leukämie rasch. Wird eine akute Leukämie nicht

behandelt, sterben Sie daran. Deshalb beginnt die Therapie meistens, bevor alle Untersuchungsergebnisse bekannt sind.

Die Behandlung dauert je nach Art der Leukämie mehrere Monate bis zu zwei Jahren oder länger. Zu Beginn müssen Sie meistens im Spital bleiben. Später können die Therapien zum Teil ambulant durchgeführt werden. Dann müssen Sie zwar für die Therapie ins Spital, können danach aber wieder nach Hause gehen.

Behandlung chronischer Leukämien

Das Fortschreiten einer chronischen Leukämie lässt sich manchmal über Jahre aufhalten. Die Therapien bei einer chronischen Leukämie sind meistens weniger intensiv als jene bei einer akuten Leukämie. In den meisten Fällen können sie ambulant durchgeführt werden und Sie müssen nicht über Nacht im Spital bleiben.

Lassen Sie sich begleiten und beraten

Nehmen Sie sich genügend Zeit, um über einen Therapievorschlagnachzudenken. Schreiben Sie Ihre Fragen zu Hause in Ruhe auf, damit Sie im Gespräch nichts vergessen. Lassen Sie sich bei Bedarf von einer Vertrauensperson begleiten.

Fragen Sie nach, wie viel Erfahrung das Behandlungsteam mit Leukämien hat. Die Erfahrung beeinflusst den Krankheitsverlauf und Ihre Lebensqualität.

Sie entscheiden

Sie können jederzeit einen früheren Entscheid hinterfragen. Sie haben das Recht, eine Behandlung abzulehnen oder mehr Bedenkzeit zu verlangen. Stimmen Sie einer Therapie erst zu, wenn Sie über das Vorgehen sowie die möglichen Folgen umfassend informiert worden sind und alles verstehen.

Haben Sie das Bedürfnis, über die psychische oder soziale Belastung zu sprechen? Dann können Sie sich ans Krebstelefon oder an Ihre

kantonale oder regionale Krebsliga wenden. Die Adressen finden Sie ab Seite 50.

Getrauen Sie sich, zu fragen

Hier sind mögliche Fragen, die Sie der Ärztin oder dem Arzt stellen können:

- Was kann ich von der vorgeschlagenen Behandlung erwarten? Kann sie mich heilen?
- Welche Vor- und Nachteile hat die Behandlung?
- Mit welchen Nebenwirkungen muss ich rechnen? Was kann ich dagegen tun?
- Muss ich auf eine Isolierstation? Wenn ja, für wie lange?
- Wie beeinflusst die Behandlung meine Fruchtbarkeit und meine Sexualität?
- Welche Kosten übernimmt meine Krankenkasse?

Kann ich eine Zweitmeinung einholen?

Ja, Sie können eine fachärztliche Zweitmeinung einholen. Bitten Sie Ihr Behandlungsteam, Ihre Untersuchungsergebnisse an die entsprechenden Ärzte weiterzuleiten.

Sie haben zudem das Recht, jederzeit die Herausgabe Ihrer Unterlagen mit den Untersuchungsergebnissen zu verlangen. Dann können Sie diese dem anderen Arzt selbst schicken oder bringen.

Zahnstatus und Krankenkasse

Krebsmedikamente können Ihre Zähne schädigen. Wenn die Behandlung Ihre Zähne beschädigt hat, können Sie abklären, ob die Krankenkasse die Kosten übernimmt. Für diese Abklärung brauchen Sie einen sogenannten Zahnstatus.

Gehen Sie deshalb vor der Behandlung zu Ihrer Zahnärztin oder Ihrem Zahnarzt. Fragen Sie nach einem Zahnstatus. Das ist ein schriftlicher Bericht über Ihre Zähne. Sie zeigen mit dem Zahnstatus, ob Ihre Zähne vor der Behandlung gesund sind.

Der Zahnarzt schaut auch, ob Sie versteckte Entzündungen im Mund haben. Er behandelt diese Entzündungen, bevor Sie mit einer Behandlung beginnen.

Fruchtbarkeit, Sexualität und Schwangerschaft

Krebstherapien können bei einer späteren Schwangerschaft zu Fehlbildungen beim Kind führen. Deshalb müssen Sie während und noch einige Zeit nach der Therapie beim Geschlechtsverkehr sicher verhüten.

Mehr über die Auswirkungen von Krebs und Krebstherapien auf Fruchtbarkeit und Sexualität finden Sie in den Broschüren «Männliche Sexualität bei Krebs» und «Weibliche Sexualität bei Krebs». Wenden Sie sich mit Fragen an Ihr Behandlungsteam oder an die Krebsliga.

Kann ich noch Kinder bekommen?

Krebstherapien können die Eizellen und die Eierstöcke schädigen. Einige betroffene Frauen bekommen beispielsweise keine Monatsblutung mehr, sie bluten stärker oder weniger stark. Bei Männern können Krebstherapien die Spermazellen schädigen oder zerstören.

Eventuell können Sie nach der Therapie auf natürlichem Weg kein Kind mehr bekommen beziehungsweise zeugen. Sprechen Sie deshalb mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt über dieses Thema, auch wenn Sie zum Zeitpunkt der Diagnose keinen Kinderwunsch haben. Eventuell können Sie vor der Therapie Ihr Sperma, Ihre Eizellen oder Eierstockgewebe einfrieren lassen.

Was ist, wenn ich schwanger bin?

Krebstherapien können beim ungeborenen Kind zu Fehlbildungen führen. Falls Sie schwanger sein könnten, sollten Sie vor der Therapie einen Schwangerschaftstest machen. Weisen Sie Ihren Arzt oder Ihre Ärztin darauf hin, wenn Sie schwanger sind.

Nicht alle Spitäler sind auf die Behandlung von an Krebs erkrankten schwangeren Frauen spezialisiert. Fragen Sie Ihr Behandlungsteam nach seiner Erfahrung oder holen Sie sich eine Zweitmeinung.

Therapie im Rahmen einer klinischen Studie

Die Medizin entwickelt laufend neue Krebstherapien und Behandlungspläne. In klinischen Studien untersuchen Forschende, ob eine neue Therapie tatsächlich besser ist als eine bereits anerkannte.

Möchten Sie an einer klinischen Studie teilnehmen?

Erkundigen Sie sich bei Ihrem Behandlungsteam, ob Sie an einer solchen Studie teilnehmen können. Nicht alle Spitäler führen klinische Studien durch.

Die Teilnahme an einer Studie ist freiwillig. Auch wenn Sie einer Teilnahme zugestimmt haben, können Sie jederzeit wieder davon zurücktreten. Wenn Sie nicht an einer Studie teilnehmen möchten, erhalten Sie dennoch die bestmögliche zugelassene Therapie nach dem heutigen Stand des Wissens.

Wer bezahlt die Behandlungskosten?

Die Grundversicherung Ihrer Krankenkasse bezahlt die Kosten für Untersuchung, Behandlung und Folgen der Krebserkrankung. Eine freiwillige Zusatzversicherung bezahlt Leistungen wie beispielsweise die Privatabteilung im Spital.

Einen Teil der Behandlungskosten bezahlen Sie selbst. Ihre Kostenbeteiligung setzt sich wie folgt zusammen:

- Franchise: Die tiefste, obligatorische Franchise ist 300 CHF pro Jahr. Das bedeutet, dass Sie pro Jahr alle Kosten bis 300 CHF selbst bezahlen.
- Selbstbehalt: Das sind zehn Prozent Ihrer Rechnung. Diesen Betrag bezahlen Sie selbst, maximal bis zu einem Betrag von 700 CHF pro Jahr.
- Spitalbetrag: Sie bezahlen bei einem Spitalaufenthalt pro Spitaltag 15 CHF. Diese Kosten sind zusätzlich zur Franchise und zum Selbstbehalt.



Haben Sie Zweifel, ob die Krankenkasse die Kosten bezahlt? Erkundigen Sie sich vorher bei Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt oder bei Ihrer Krankenkasse.

Wer bezahlt nichtärztliche Leistungen?

Die Krankenkasse bezahlt auch:

- Physiotherapie,
- ambulante Krankenpflege durch spitalexterne Dienste (z.B. Spitex),
- Krankenpflege im Pflegeheim,
- Ernährungsberatung,
- Diabetesberatung,
- Ergotherapie,
- Röntgenaufnahmen,
- Blutuntersuchung.

Diese Leistungen muss Ihnen eine Ärztin oder ein Arzt verordnen. Bezahlte die Krankenkasse eine dieser Behandlungen nicht, muss Sie der Arzt im Voraus darüber informieren. Fragen Sie bei Ihrer Krankenkasse nach, wenn Sie nicht sicher sind.

Wer bezahlt meinen Spitalaufenthalt?

Die Krankenkasse bezahlt den Aufenthalt im Spital. Beachten Sie, dass eine freie Spitalwahl in der ganzen

Schweiz nur mit einer Zusatzversicherung möglich ist. Erkundigen Sie sich bei Ihrem Arzt oder Ihrer Krankenkasse.

Wer bezahlt meine Medikamente?

Die Krankenkasse übernimmt die Kosten für Medikamente, die vom Arzt verordnet sind und in der Spezialitätenliste des Bundesamts für Gesundheit aufgeführt sind. Wird ein verschriebenes Medikament dennoch nicht bezahlt, stellt der Arzt ein Gesuch für eine Kostenübernahme.

Wer bezahlt die Pflege zu Hause oder im Pflegeheim?

Die Krankenkasse bezahlt einen Beitrag an die Kosten von ärztlich verordneten pflegerischen Leistungen wie beispielsweise Spritzen oder die Wundpflege. Sie selbst bezahlen einen vertraglich geregelten Teil der Kosten. Die verbleibenden Kosten bezahlt Ihre Wohngemeinde.

Mehr dazu erfahren Sie bei Ihrer Wohngemeinde, der Spitex-Organisation oder im Pflegeheim.

Wie wird eine Leukämie behandelt?

Das Wichtigste in Kürze

Die häufigsten Therapien bei Leukämien sind:

- Chemotherapie,
- Hochdosis-Chemotherapie mit Stammzelltransplantation,
- zielgerichtete Therapien,
- aktive Überwachung.

Bei Leukämien gibt es verschiedene Behandlungsmöglichkeiten. Sie werden auf den nachfolgenden Seiten kurz erklärt.

Chemotherapie

Eine Chemotherapie wird im Alltag «Chemo» genannt. Die Medikamente einer Chemo heissen Zytostatika. Sie gelangen über die Blutgefäße in den gesamten Körper. Zytostatika verhindern, dass Zellen sich teilen und vermehren. Dadurch werden die Krebszellen zerstört. Die Chemotherapie schädigt auch gesunde Zellen, sodass Sie Nebenwirkungen bekommen können.

Wie läuft die Chemotherapie ab?

Entweder werden Ihnen die Medikamente per Infusion in eine Vene

gespritzt oder als Tabletten abgegeben. Die Dauer der Therapie beträgt mehrere Monate.

Die Chemotherapie ist in Zyklen aufgeteilt. Ein Zyklus besteht aus einer bestimmten Behandlungsdauer und einer darauffolgenden Pause. Eine Chemo besteht aus mehreren Zyklen. In den Pausen können Sie sich erholen.

Bei einer akuten Leukämie müssen Sie meistens für den ersten Teil der Behandlung im Spital bleiben. In späteren Phasen oder bei einer chronischen Leukämie erhalten Sie die Medikamente ambulant. Dann bleiben Sie nur einige Stunden im Spital oder in der Praxis und können danach wieder nach Hause gehen. Das gilt auch, wenn Sie eine niedrig dosierte Chemotherapie erhalten.

Manchmal wird die Chemotherapie mit anderen Medikamenten kombiniert, beispielsweise mit Steroiden (siehe S. 31) oder mit zielgerichteten Therapien (siehe S. 29).

Chemotherapie und Hirnhaut

Akute Leukämien befallen manchmal die weichen Hirnhäute. Diese Hirnhäute umgeben und schützen das Gehirn.

Die sogenannte Blut-Hirn-Schranke ist ein natürlicher Schutz, um Viren, Bakterien und schädliche Substanzen abzuwehren. Ihre Blutgefäßwände sind so undurchlässig, dass auch die meisten Medikamente sie nicht durchdringen können.

Um diese Blut-Hirn-Schranke zu umgehen, wird die Chemo manchmal direkt in die Gehirn-Rückenmark-Flüssigkeit (Liquor cerebrospinalis) verabreicht. Dazu spritzt die Ärztin oder der Arzt das Medikament während einer Lumbalpunktion in den Raum, der die Gehirn-Rückenmark-Flüssigkeit enthält.

Welche Nebenwirkungen kann ich bekommen?

Häufige Nebenwirkungen sind:

- Sie fühlen sich erschöpft.
- Sie bekommen schneller eine Infektion als früher.
- Die Blutgerinnung ist gestört: Wenn Sie sich verletzen, bluten Sie stärker und länger als früher.
- Sie leiden an Übelkeit und Erbrechen.
- Sie haben Magen- und Darmbeschwerden.
- Die Schleimhäute sind trocken oder entzündet (beispielsweise im Mund).
- Die Haare fallen aus.
- Sie haben Hautausschlag oder Juckreiz.
- Sie haben Herzrhythmusstörungen, eine Herzschwäche oder eine Verengung der Herzkranzgefäße.
- Sie haben Nervenschäden, die Sie zum Beispiel als Kribbeln, Taubheit oder Schmerzen in Händen und Füßen merken.
- Die Fruchtbarkeit ist beeinträchtigt.

Viele dieser Nebenwirkungen sind vorübergehend und können mit Medikamenten gelindert werden. Ihr Behandlungsteam wird Sie beraten. Einige Nebenwirkungen können allerdings länger anhalten oder bleiben bestehen.

Mehr über Krebsmedikamente und was Sie gegen Nebenwirkungen tun können, erfahren Sie in der Krebsliga-Broschüre «Medikamente gegen Krebs».

Hochdosis-Chemotherapie mit Stammzelltransplantation

Eine Hochdosis-Chemotherapie zerstört so viele Krebszellen wie möglich in kurzer Zeit. Die Medikamente schädigen allerdings auch das gesunde Knochenmark. Deshalb muss das Knochenmark nach der Hochdosis-Chemotherapie mithilfe einer Stammzelltransplantation wieder aufgebaut werden.

Während der Therapie müssen Sie im Spital auf der Isolierstation bleiben.

Was ist eine Hochdosis-Chemotherapie?

Bei einer Hochdosis-Chemotherapie erhalten Sie eine höhere Dosis von Medikamenten als bei einer «normalen» Chemo. Die Medikamente erhalten Sie als Infusion oder in Tablettenform. Die Nebenwirkungen sind die gleichen wie bei einer «normalen» Chemotherapie, aber viel stärker. Zudem haben Sie ein leicht erhöhtes Risiko, später im Leben an einer weiteren Krebsart zu erkranken.

Ihr Körper kann sich während und nach einer Hochdosis-Chemotherapie nicht mehr genügend vor Krankheitserregern wie Bakterien oder Viren schützen. Deshalb müssen Sie mehrere Wochen im Spital auf einer Isolierstation bleiben, wo strenge Hygienemassnahmen gelten. Dort dürfen Sie nur in Absprache mit dem Pflegepersonal Besuch empfangen.

In einigen Fällen erhalten Sie vor der Blutstammzelltransplantation zusätzlich eine Ganzkörperbestrahlung.

Was ist eine Stammzelltransplantation?

Nach einer Hochdosis-Chemotherapie werden Ihnen Blutstammzellen in eine Vene gespritzt. Über die Blutbahn gelangen sie ins Knochenmark. Innerhalb weniger Tage bilden sie neue Blutzellen.

Bis die transplantierten Stammzellen wieder genügend gesunde Blutzellen bilden, haben Sie ein erhöhtes Risiko für Infektionen. Deswegen müssen Sie noch eine Weile auf der Isolierstation bleiben.

Mehr über Stammzelltransplantationen erfahren Sie auf www.blutstammzellspende.ch.

Woher kommen die Stammzellen?

Die gesunden Stammzellen werden dem Blut oder dem Knochenmark entnommen. Das passiert entweder bei einer besonderen «Blutspende» oder bei einer Punktion des Beckenknochens. Für die Punktion bekommen Sie meist eine Vollnarkose, sodass Sie schlafen und nichts spüren.

Es gibt zwei Arten von Stammzelltransplantationen:

- **Allogene Transplantation:** Sie erhalten Blutstammzellen eines verwandten Spenders (beispielsweise der Schwester oder des Bruders). Oder Sie erhalten Blutstammzellen von jemandem, der nicht mit Ihnen verwandt ist.
- **Autologe Transplantation:** Sie erhalten Ihre eigenen Blutstammzellen, die Ihnen vor der Hochdosis-Chemotherapie entnommen wurden.

Welche Nebenwirkungen kann ich bekommen?

Während der Behandlung kann Ihr Bewusstsein getrübt oder Sie können verwirrt sein. Deshalb sollten Sie sich überlegen, im Voraus eine Patientenverfügung (siehe S. 33) zu erstellen.

Haben Sie gespendete Blutstammzellen erhalten, kann der Körper diese abstossen:

- Die transplantierten Abwehrzellen betrachten Ihre Zellen als Eindringlinge und greifen sie an

(Graft-versus-Host-Reaktion). Um dies zu vermeiden, erhalten Sie vor und nach der Transplantation Medikamente (sogenannte Immunsuppressiva).

- Manchmal stösst der Körper die transplantierten Zellen ab. Der Arzt kann diese Reaktion behandeln. Vielleicht bekommen Sie eine zweite Transplantation.

Nach der Transplantation dauert es mehrere Monate, bis Ihr Immunsystem wieder gut funktioniert. Während dieser Zeit sind Sie anfälliger für Infektionen. Das Behandlungsteam wird Ihnen sagen, auf welche Beschwerden und Symptome Sie achten müssen.

Strahlentherapie

Während der Strahlentherapie (Radiotherapie) werden bestimmte Körperregionen mit hochenergetischen Strahlen behandelt. Die Strahlen werden von aussen durch die Haut hindurchgeschickt. Sie schädigen die Krebszellen, sodass diese absterben.

Wann wird eine Strahlentherapie gemacht?

Eine Strahlentherapie kann eine Leukämie nicht heilen. Sie wird aber manchmal in folgenden Fällen eingesetzt:

- Eine Ganzkörperbestrahlung zusammen mit einer Hochdosis-Chemotherapie dient zur Vorbereitung einer Stammzelltransplantation (siehe S. 27).
- Eine Strahlentherapie auf bestimmte Körperregionen zerstört Leukämiezellen, die für Medikamente schwer zugänglich sind (etwa im Gehirn oder in den Hoden).
- In einem fortgeschrittenen Krankheitsstadium kann eine Strahlentherapie Schmerzen lindern.

Wie lange dauert eine Strahlentherapie?

Eine Strahlentherapie hat meistens mehrere Sitzungen. Eine einzelne Sitzung dauert nur wenige Minuten. Je nach Ziel der Strahlentherapie dauert sie von wenigen Tagen bis zu mehreren Wochen.

Welche Nebenwirkungen kann ich bekommen?

Die hochdosierte Ganzkörperbestrahlung wirkt nicht nur auf die Krebszellen, sondern auch auf die gesunden Zellen im gesamten Körper. Deshalb können die Nebenwirkungen alle Organe betreffen.

Eine hochdosierte Ganzkörperbestrahlung führt oftmals zu bleibender Unfruchtbarkeit. Betroffene haben zudem für einige Jahre ein erhöhtes Risiko, an einer weiteren Krebsart zu erkranken.

Sowohl bei der Ganzkörperbestrahlung als auch bei der örtlichen Strahlentherapie sind folgende Nebenwirkungen möglich:

- Nach einer Bestrahlung des Kopfes fallen die Haupthaare aus.
- Sie fühlen sich sehr müde.
- Die Haut ist gereizt.
- Sie haben einen trockenen Mund.
- Sie haben Probleme beim Schlucken.
- Sie haben Durchfall.

Mehr über Strahlentherapien und deren Nebenwirkungen erfahren Sie in der Broschüre «Die Strahlentherapie».

Zielgerichtete Therapien

Zielgerichtete Therapien sind Medikamente gegen Krebs. Sie werden häufig als Tabletten eingenommen. Einige Medikamente werden Ihnen als Infusion verabreicht oder unter die Haut gespritzt. Manchmal erhalten Betroffene zielgerichtete Medikamente kombiniert mit einer Chemotherapie.

Die Wirkstoffe zielgerichteter Therapien bremsen das Wachstum oder den Stoffwechsel von Krebszellen. Oder sie sorgen dafür, dass die Krebszellen schneller absterben. Manche Medikamente aktivieren dabei gleichzeitig bestimmte Zellen des Immunsystems, damit diese die Krebszellen bekämpfen. Gesunde Zellen werden dabei nicht angegriffen.

Welche Nebenwirkungen kann ich bekommen?

Am häufigsten treten Nebenwirkungen an der Haut, an Schleimhäuten, im Magen-Darm-Trakt und im Herz- und Blutkreislauf auf:

- Ihnen wird schlecht oder Sie müssen erbrechen.
- Flüssigkeit sammelt sich im Gewebe an (Ödeme).
- Sie haben Durchfall.
- Sie haben Muskelschmerzen oder -krämpfe.
- Sie bekommen Kopfschmerzen.
- Sie bemerken Hautveränderungen.
- Sie bekommen Blutgerinnsel (Thrombosen) oder andere Auswirkungen auf das Herz-Kreislauf-System.

CAR-T-Zell-Therapie

Die sogenannte CAR-T-Zell-Therapie gehört zu den Immuntherapien. Dabei werden Ihre Immunzellen (T-Zellen) gentechnologisch so verändert, dass sie Krebszellen erkennen und bekämpfen können.

Vorgehen

Die CAR-T-Zell-Therapie wird bei akuten lymphatischen Leukämien eingesetzt, die erneut aufgetreten sind oder die nicht auf die bisherige Behandlung ansprechen.

Für die Therapie werden Ihnen T-Zellen aus dem Blut entnommen und im Labor aufbereitet. Kurz bevor Sie die CAR-T-Zellen bekommen, erhalten Sie eine Chemotherapie. Sie zerstört möglichst viele T-Zellen im Blut. Über eine Infusion fließen dann die veränderten Zellen in Ihren Blutkreislauf. Nachdem Sie die CAR-T-Zellen erhalten haben, müssen Sie mehrere Wochen im Spital bleiben.

Welche Nebenwirkungen kann ich bekommen?

Häufige Nebenwirkungen sind:

- Infektionen,
- Zytokin-Freisetzungssyndrom: eine Reaktion des Immunsystems, die zu Fieber, Schüttelfrost, Gliederschmerzen, Blutdruckabfall, Übelkeit, Erbrechen und Atembeschwerden führen kann,

- neurologische Störungen mit beispielsweise Verwirrtheit, Kopfschmerzen, Schwindel, Störungen der Konzentration, der Sprache oder des Schreibens,
- Entzündungsreaktionen (etwa eine vorübergehende Erhöhung der Leberwerte).
- Sie haben Flüssigkeitseinlagerungen.
- Sie nehmen an Gewicht zu.
- Sie bemerken psychische Veränderungen, etwa eine starke Unruhe oder Schlafstörungen.

Steroide

Steroide regulieren den Stoffwechsel und sind an Entzündungsreaktionen beteiligt. Als Medikamente zerstören sie bei akuten lymphatischen Leukämien die Leukämiezellen. Die Steroide werden manchmal mit einer Chemotherapie kombiniert. Sie verringern allergische Reaktionen auf die Chemo und beugen Übelkeit vor. Die Steroide werden meist als Infusion oder als Tabletten verabreicht.

Welche Nebenwirkungen kann ich bekommen?

- Sie bekommen schneller eine Infektion als früher.
- Der Blutdruck ist erhöht.
- Der Blutzuckerspiegel ist erhöht.
- Die Lymphknoten sind stark geschwollen.
- Die Milz ist vergrößert.
- Sie haben Fieber.
- Sie verlieren ungewollt Gewicht.
- Die Zahl der roten Blutkörperchen ist gering. Das ist die sogenannte Blutarmut (Anämie).
- Sie haben Atembeschwerden.

Aktive Überwachung

Bei bestimmten langsam fortschreitenden Leukämien müssen Sie nicht sofort mit einer Therapie beginnen.

Bei einer aktiven Überwachung müssen Sie zu regelmässigen Kontrolluntersuchungen gehen. Sie beginnen die Behandlung erst, wenn sich Ihre Blutwerte verschlechtern oder wenn folgende Symptome und Beschwerden auftreten:

Komplementärmedizin Palliative Care

Komplementärmedizinische Verfahren können helfen, während und nach einer Krebstherapie das allgemeine Wohlbefinden zu verbessern. Sie können Nebenwirkungen erträglicher machen. Gegen die Krankheit selbst sind sie wirkungslos.

Einige dieser Methoden werden manchmal auch alternativ angewandt, das heisst anstelle der schulmedizinischen Krebstherapie. Davon rät die Krebsliga ab. In der Broschüre «Komplementärmedizin bei Krebs» erfahren Sie mehr darüber.

Verwenden Sie keine komplementärmedizinischen Medikamente oder Salben, ohne vorher Ihre Ärztin oder Ihren Arzt darüber zu informieren. Auch scheinbar harmlose Produkte können sich mit Ihrer Krebstherapie nicht vertragen oder die Wirkung der Medikamente beeinflussen.

Palliative Care meint die umfassende Betreuung von Betroffenen, die an einer fortschreitenden oder unheilbaren Krebserkrankung leiden. Ziel von Palliative Care ist dann, das Fortschreiten der Krankheit zu verlangsamen, Schmerzen zu lindern und die Lebensqualität zu erhöhen.

Das passende Angebot

Entscheidend für die Wahl des Angebots sind unter anderem Ihr Gesundheitszustand und Ihre Bedürfnisse: zu Hause mit Unterstützung eines mobilen Palliativdienstes oder der Onko-Spitex, auf einer Palliativ-Abteilung im Spital, in einem Hospiz oder in einem Pflegeheim.

Die Beraterinnen und Berater der regionalen und kantonalen Ligen sowie das Krebstelefon können Ihnen bei der Planung einer palliativen Betreuung weiterhelfen. Die Adressen und Telefonnummern finden Sie ab Seite 50.

Mehr über Palliative Care erfahren Sie in der Broschüre «Mein Krebs ist nicht heilbar: Was tun?» oder bei der Schweizerischen Gesellschaft für Palliative Medizin, Pflege und Begleitung: www.palliative.ch.

Vorsorgeauftrag und Patientenverfügung

Diese Dokumente werden nur dann berücksichtigt, wenn Sie urteilsunfähig sind. Urteilsunfähig sind Sie, wenn Sie die Folgen Ihrer Entscheidungen nicht mehr beurteilen können. Beim Verfassen eines Vorsorgeauftrags oder einer Patientenverfügung müssen Sie urteilsfähig sein.

Vorsorgeauftrag

Manchmal sind Krebsbetroffene nicht mehr in der Lage, ihre persönlichen, rechtlichen und wirtschaftlichen Angelegenheiten zu regeln. Für diesen Fall können sie eine oder mehrere Vertretungspersonen bestimmen. Dieses Vertretungsrecht kann alle oder nur ein-

zelne Angelegenheiten betreffen (beispielsweise Post öffnen, Bankgeschäfte erledigen).

Ein Vorsorgeauftrag muss handschriftlich verfasst werden. Ist dies nicht möglich, muss er von einem Notar beurkundet werden.

Patientenverfügung

Damit medizinische Entscheidungen nach Ihrem Willen getroffen werden können, ist eine Patientenverfügung sinnvoll. Diese Verfügung verschafft Ihnen, den Angehörigen und dem Behandlungsteam Klarheit darüber, was Sie an Ihrem Lebensende wollen und vor allem auch, was Sie nicht wollen.

Mehr über Patientenverfügungen erfahren Sie in der Broschüre «Selbstbestimmt bis zuletzt» oder in der «Patientenverfügung der Krebsliga».



Was tun bei Nebenwirkungen?

Das Wichtigste in Kürze

- Eine Krebsbehandlung verursacht Nebenwirkungen.
- Die häufigsten Beschwerden bei einer Leukämie sind Müdigkeit, Fieber und Infektionen.
- Warten Sie nicht, bis Ihre Schmerzen zu stark werden. Melden Sie sich frühzeitig bei Ihrem Behandlungsteam. Schmerzen können meistens gelindert werden.

Krebstherapien können Nebenwirkungen verursachen. Ob und in welcher Form solche Nebenwirkungen auftreten, wie stark sie sind und wie lange sie anhalten, ist individuell sehr verschieden.

Information ist wichtig

Meistens erhalten Sie im Spital ein Merkblatt zur Therapie, zu den möglichen Nebenwirkungen und zum Umgang damit. Diese Informationen sind manchmal schwierig zu verstehen. Zögern Sie nicht, bei Unklarheiten nachzufragen oder ein solches Merkblatt zu verlangen, wenn Sie keines bekommen haben.

Nebenwirkungen können gelindert werden

Viele Nebenwirkungen können behandelt werden. Manche Beschwerden wie Schmerzen oder Übelkeit sind voraussehbar. Um sie zu lindern, erhalten Sie schon vor einer Therapie Begleitmedikamente. Informieren Sie Ihr Behandlungsteam bei Beschwerden oder bei Einschränkungen im Alltag, damit die nötigen Massnahmen rasch eingeleitet werden können.

In der Broschüre «Schmerzen bei Krebs und ihre Behandlung» finden Sie ausführliche Informationen zum Thema.

Was tun bei Beschwerden?

Die unkontrollierte Vermehrung der Leukämiezellen sowie die Therapien können zu ernsthaften Beschwerden führen. Dies ist einer der Gründe, weshalb Sie für viele Therapien im Spital bleiben müssen. Seien Sie auch vorsichtig, wenn Sie nach einem Spitalaufenthalt wieder nach Hause dürfen.

Müdigkeit, Sauerstoffmangel

Wenn die Anzahl der roten Blutkörperchen stark abnimmt, erhalten die Organe nicht mehr genügend Sauerstoff. Sie fühlen sich schwach und erschöpft.

Suchen Sie bei akuten Beschwerden wie plötzlicher Atemnot, Herzrasen oder Schwindelgefühl unverzüglich Ihre Ärztin oder Ihren Arzt auf.

Bei leichteren Symptomen helfen Ihnen eventuell folgende Tipps:

- Überanstrengen Sie sich nicht und gönnen Sie sich vermehrt Ruhepausen.

- Lassen Sie sich bei Tätigkeiten helfen, die Sie ermüden, und schlafen Sie genug.
- Leichte körperliche Aktivität kann Ihnen guttun.
- Beachten Sie die Hinweise in der Krebsliga-Broschüre «Fatigue bei Krebs».

Blutungsneigung

Ist die Anzahl der Blutplättchen niedrig, bluten Sie vielleicht schneller oder stärker. Blutungen können spontan und ohne erkennbaren Grund auftreten (etwa Nasenbluten). Auch das Risiko einer inneren Blutung ist erhöht, zum Beispiel nach einem Sturz:

- Seien Sie besonders vorsichtig bezüglich Schnitt- und Stichverletzungen. Tragen Sie beispielsweise Schutzhandschuhe bei Gartenarbeiten.
- Benachrichtigen Sie bei unstillbaren Blutungen unverzüglich Ihren Arzt.
- Tragen Sie gute Schuhe, die den Fuss gut stützen, nicht drücken und Ihnen beim Gehen Sicherheit geben.

- Suchen Sie nach einem Sturz Ihren Arzt auf, auch wenn Sie äusserlich unverletzt sind.

Fieber und Infektionen

Ist die Anzahl gesunder weisser Blutkörperchen niedrig, steigt die Gefahr von Infektionen:

- Nehmen Sie selbst kleinste Anzeichen einer Infektion ernst und lassen Sie sich ärztlich behandeln. Die Selbstbehandlung mit Medikamenten aus der Apotheke genügt in diesem Fall nicht.
- Lassen Sie auch geringfügige Verletzungen (z. B. Aphten im Mund, Risse im Analbereich) behandeln.
- Bei plötzlichem Fieber über 38 °C (in der Achselhöhle gemessen), Schüttelfrost und beschleunigter Atmung sollten Sie sofort den Arzt benachrichtigen. Es könnte sich um eine Blutvergiftung handeln.

Lassen Sie sich von Ihrem Behandlungsteam die möglichen Anzeichen einer Infektion erklären. Dazu gehören beispielsweise verletzte, blutende oder entzündete Schleimhäute (beispielsweise im Mund) oder plötzlicher Durchfall.

Vermindern Sie das Risiko von Infektionen:

- Pflegen Sie Mund und Zähne sorgfältig und behutsam (weiche Zahnbürste, milde Mundspülungen). Ihr Behandlungsteam kann Sie beraten.
- Achten Sie auf eine gute Körperhygiene, besonders auch auf eine sorgfältige Intimpflege.
- Senken Sie das Risiko einer Blasenentzündung, indem Sie ausreichend trinken (Wasser, ungesüssten Tee).
- Tragen Sie eine Hygienemaske (Mund-Nasen-Schutz), beispielsweise im öffentlichen Verkehr oder beim Einkaufen.
- Meiden Sie Menschenansammlungen.

Empfindungsstörungen, Hautveränderungen

Krebsmedikamente können zu Kribbeln an Händen und Füßen oder zu Schmerzen der Handflächen und Fusssohlen führen. Die Haut kann gerötet sein, jucken oder brennen.

Diese Beschwerden sind nicht nur unangenehm, sondern verunsichern Sie unter Umständen beim Gehen und beim Verrichten der täglichen Aufgaben. Fragen Sie Ihr Behandlungsteam nach vorbeugenden Massnahmen. Nehmen Sie unverzüglich Kontakt mit Ihrem Arzt auf, wenn solche Beschwerden auftreten.

Verdauungsbeschwerden

Akuter Durchfall kann auf eine Infektion hinweisen. Ein Darmverschluss könnte die Ursache für Verstopfung sein. Lassen Sie Verdauungs- und Ausscheidungsbeschwerden deshalb ärztlich abklären. Nehmen Sie keine Abführmittel, ohne vorher mit Ihrem Arzt zu sprechen.

Versuchen Sie, sich ausgewogen und gesund zu ernähren und sich regelmässig zu bewegen. Weitere Informationen finden Sie in den Krebsliga-Broschüren «Ernährung bei Krebs» und «Körperliche Aktivität bei Krebs».

Rückkehr in den Alltag

Das Wichtigste in Kürze

- Oft sind Krebsbetroffene weniger belastbar als früher.
- Eine onkologische Rehabilitation unterstützt Sie bei der Rückkehr in den Alltag.
- Nach einer Krebstherapie sollten Sie regelmässig zu Nachsorgeuntersuchungen gehen.

Es braucht Zeit und Geduld, um sich von einer Krebserkrankung und deren Therapien zu erholen. Vielleicht fühlen Sie sich den Anforderungen des Alltagslebens noch nicht gewachsen.

Eventuell erwarten Ihre Nächsten oder Ihr Arbeitgeber, dass Sie nun trotzdem zur Tagesordnung zurückkehren. Damit umzugehen, ist nicht einfach. Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen.

Mehr zu diesen Themen erfahren Sie in den Krebsliga-Broschüren «Wenn auch die Seele leidet», «Fatigue bei Krebs» oder «Arbeiten mit und nach Krebs».

Fachliche Unterstützung beanspruchen

Besprechen Sie sich mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt. Sie können sich auch an die Beratenden der Krebsliga oder an eine andere Fachperson wenden (siehe S. 43 ff.). Gemeinsam lässt sich herausfinden, welche unterstützenden Massnahmen sinnvoll sind und allenfalls von der Krankenkasse bezahlt werden.

Die Krebsliga bietet Kurse für Betroffene und Angehörige an. Bei Ihrer kantonalen oder regionalen Krebsliga erfahren Sie, wo Sie in Ihrer Nähe passende Angebote finden.

Nachsorge- untersuchungen

Nach einer abgeschlossenen Therapie empfiehlt Ihnen Ihre Ärztin oder Ihr Arzt regelmässige Nachsorgeuntersuchungen. Wie oft solche Untersuchungen notwendig sind, hängt vom Stadium der Erkrankung, von den Therapien, Ihrem Rückfallrisiko und Ihrem Gesundheitszustand ab.

Eine Nachsorgeuntersuchung dient dazu, Begleit- und Folgebeschwerden frühzeitig zu erfassen und zu lindern. Ziel dieser Untersuchungen ist auch, ein Wiederauftreten der Krankheit frühzeitig zu erkennen und behandeln zu können.

Der Zeitraum zwischen den einzelnen Untersuchungen und die Art der Kontrolluntersuchungen richten sich nach Ihrer Leukämie. Meistens wird eine Blutuntersuchung durchgeführt. Manchmal wird zusätzlich eine Knochenmarkuntersuchung gemacht.

Wichtig: Wenden Sie sich beim Auftreten von Symptomen oder Be-

schwerden an Ihren Arzt, auch wenn kein Nachsorgeuntersuchungs-Termin ansteht. Sie können auch psychische, berufliche und soziale Schwierigkeiten ansprechen.

Onkologische Rehabilitation

Eine onkologische Rehabilitation (kurz: Reha) unterstützt Sie beim Gesundwerden und bei Ihrer Wiedereingliederung in den Alltag und ins Berufsleben. Sie kann vor, während oder nach einer Krebstherapie stattfinden.

Es gibt ambulante und stationäre Angebote. Dazu gehören beispielsweise Bewegung und Sport, Tätigkeiten im kreativen und künstlerischen Bereich oder das Erlernen von Entspannungsmethoden.

Beachten Sie die Broschüren «Onkologische Rehabilitation» und «Körperliche Aktivität bei Krebs». Die Adressen von Anbietern onkologischer Rehabilitationsangebote unter medizinischer Leitung finden Sie auf www.krebsliga.ch.

Zurück zur Arbeit

Manche Krebsbetroffene arbeiten während einer Therapie weiter. Einige reduzieren dabei vorübergehend ihr Arbeitspensum. Andere unterbrechen ihre Arbeit und kehren nach Abschluss der Therapien wieder an ihren Arbeitsplatz zurück.

Oft sind die Betroffenen weniger belastbar als früher. Die Erkrankung und die Therapien können körperliche Einschränkungen, eine andauernde Müdigkeit, Gedächtnisprobleme, Schlaf- oder Konzentrationsstörungen auslösen. Ausserdem begleitet Krebsüberlebende die Angst vor einem Rückfall (Rezidiv).

Planen Sie den Arbeitsalltag oder die Rückkehr an Ihren Arbeitsplatz sorgfältig zusammen mit Ihrem Behandlungsteam und den Personalverantwortlichen des Arbeitgebers. Gegebenenfalls können die Aufgaben angepasst und die Arbeitszeiten reduziert werden.

Weitere Informationen finden Sie in der Broschüre «Arbeiten mit und nach Krebs». Bei finanziellen Fragen (beispielsweise zur Lohnfortzahlung) helfen Ihnen die Beratenden der regionalen und kantonalen Krebsligen weiter. Die Adressen der Beratungsstellen in Ihrer Nähe finden Sie ab Seite 50.



Beratung und weitere Informationen

Die kantonale oder regionale Krebsliga

Berät, begleitet und unterstützt Betroffene und Angehörige. Zum Angebot gehören:

- Sie können persönliche Gespräche führen.
- Sie können Versicherungs- und Finanzierungsfragen klären.
- Beraterinnen und Berater unterstützen Sie beim Ausfüllen einer Patientenverfügung.
- Sie finden Kurs- und Seminarangebote.

Beraterinnen und Berater vermitteln Ihnen Fachpersonen, zum Beispiel für komplementäre Therapien, für psychoonkologische Beratung und Therapie oder für die Kinderbetreuung.

Das Krebstelefon 0800 11 88 11

Am Krebstelefon hört Ihnen eine Fachberaterin oder ein Fachberater zu. Sie erhalten Antwort auf Ihre Fragen rund um Krebs. Die Fachberaterin informiert Sie über mögliche weitere Schritte. Sie können mit ihr über Ihre Ängste und Unsicherheiten und über Ihr persönliches Erleben sprechen. Ausserdem erhalten Sie Adressen von Spitälern und Tumorzentren in Ihrer Nähe, die auf die Behandlung Ihrer Krebserkrankung spezialisiert sind.

Anruf und Auskunft sind kostenlos. Die Fachberaterinnen sind auch per E-Mail an helpline@krebsliga.ch erreichbar.

Canceline: der Chat zu Krebs

Kinder, Jugendliche und Erwachsene erreichen über www.krebsliga.ch/canceline eine Beratungsperson, mit der sie chatten können (Montag bis Freitag von 10 bis 18 Uhr). Haben Sie Fragen zur Krankheit oder möchten Sie einfach jemandem mitteilen, wie es Ihnen geht? Dann chatten Sie los.

Das Beratungsangebot stopsmoking 0848 000 181

Professionelle Beraterinnen geben Ihnen Auskunft und helfen Ihnen beim Rauchstopp. Auf Wunsch können kostenlose Folgegespräche vereinbart werden. Mehr dazu erfahren Sie auf www.stopsmoking.ch.

Kurse

Die Krebsliga organisiert an verschiedenen Orten in der Schweiz Kurse für krebsbetroffene Menschen und Angehörige: www.krebsliga.ch/kurse

Andere Betroffene

Es kann Mut machen, zu erfahren, wie andere Menschen mit besonderen Situationen umgehen und welche Erfahrungen sie gemacht haben.

Sie können Ihre Erfahrungen in einem Forum diskutieren oder sich in einer Selbsthilfegruppe austauschen. Das ist oft leichter in einem Gespräch mit Menschen, die Ähnliches erleben.

Informieren Sie sich bei Ihrer kantonalen oder regionalen Krebsliga über Selbsthilfegruppen, laufende Gesprächsgruppen oder Kursangebote für Krebsbetroffene und Angehörige. Auf www.selbsthilfeschweiz.ch können Sie nach Selbsthilfegruppen in Ihrer Nähe suchen.

Spitex-Dienste für Krebsbetroffene

Bei Spitex-Diensten handelt es sich um spitalexterne Hilfe und Pflege zu Hause. In manchen Kantonen gibt es auf krebskranke Menschen spezialisierte Spitex-Dienste. Diese Dienste heissen in jedem Kanton anders (z. B. Onko-Spitex, spitalexterne Onkologiepflege SEOP, palliativer Brückendienst). Am besten erkundigen Sie sich bei Ihrer kantonalen oder regionalen Krebsliga nach Adressen.

Ernährungsberatung

Viele Spitäler bieten eine Ernährungsberatung an. Ausserhalb von Spitälern gibt es freiberuflich tätige Ernährungsberaterinnen oder Ernährungsberater.

Diese arbeiten meistens mit dem Behandlungsteam zusammen und sind einem Verband angeschlossen:

Schweizerischer Verband
der Ernährungsberater/innen SVDE
Altenbergstrasse 29
Postfach 686
3000 Bern 8
Tel. 031 313 88 70
service@svde-asdd.ch

Auf der Website des SVDE können Sie eine/n Ernährungsberater/in in Ihrer Nähe suchen: www.svde-asdd.ch.

Palliative Medizin, Pflege und Begleitung

Palliative Care unterstützt Betroffene, die unheilbar krank sind und deren Krebserkrankung fortschreitet. Betroffene sollen bis zuletzt eine gute Lebensqualität haben. Die Gesellschaft für Palliative Care, Pflege und Begleitung sorgt dafür, dass Sie schweizweit eine professionelle Palliative Care erhalten, unabhängig von Ihrer Diagnose und Ihrem Wohnort.

palliative.ch
Kochergasse 6
3011 Bern
Tel. 031 310 02 90
info@palliative.ch, www.palliative.ch

Die Karte gibt eine Übersicht über Palliative-Care-Angebote in der Schweiz, die hohe Qualitätsstandards in Palliative Care erfüllen:

www.palliativkarte.ch/karte.

Ihr Behandlungsteam

Das Behandlungsteam berät Sie, was Sie gegen krankheits- und behandlungsbedingte Beschwerden tun können. Fragen Sie auch nach Massnahmen, die Ihnen zusätzlich helfen und Ihre Genesung erleichtern. Zum Behandlungsteam gehören jene Fachpersonen, die Sie während der Krankheit begleiten, behandeln und unterstützen.

Psychoonkologie

Eine Fachperson der Psychoonkologie unterstützt Betroffene und Angehörige dabei, die Krebserkrankung besser zu bewältigen und zu verarbeiten.

Eine psychoonkologische Beratung bieten Fachleute verschiedener Fachrichtungen an (z. B. Medizin, Psychologie, Pflege, Sozialarbeit, Theologie). Wichtig ist, dass diese Fachperson über eine Weiterbildung in Psychoonkologie verfügt. Auf psychoonkologie.krebsliga.ch finden Sie Psychoonkologinnen und Psychoonkologen in Ihrer Nähe.

Broschüren der Krebsliga

(Auswahl)

- **B-Zell-Lymphome**
- **Medikamente gegen Krebs**
Chemotherapie, antihormonelle Therapie, zielgerichtete Therapie und Immuntherapie
- **Krebsmedikamente zu Hause einnehmen**
- **Die Strahlentherapie**
Radiotherapie
- **Komplementärmedizin bei Krebs**
- **Schmerzen bei Krebs und ihre Behandlung**
- **Fatigue bei Krebs**
Rundum müde
- **Ernährung bei Krebs**
- **Das Lymphödem nach Krebs**
- **Weibliche Sexualität bei Krebs**
- **Männliche Sexualität bei Krebs**
- **Die Krebstherapie hat mein Aussehen verändert**
Tipps und Ideen für ein besseres Wohlbefinden
- **Wenn auch die Seele leidet**
Krebs trifft den ganzen Menschen

- **Körperliche Aktivität bei Krebs**
Dem Körper wieder vertrauen
- **Onkologische Rehabilitation**
- **Arbeiten mit und nach Krebs**
Ein Ratgeber für Arbeitnehmer und Arbeitgeber
- **Ich begleite eine an Krebs erkrankte Person**
- **Wenn Eltern an Krebs erkranken**
Wie mit Kindern darüber reden
- **Erblich bedingter Krebs**
- **Selbstbestimmt bis zuletzt**
Wegleitung zum Erstellen einer Patientenverfügung
- **Patientenverfügung der Krebsliga**
Mein verbindlicher Wille im Hinblick auf Krankheit, Sterben und Tod
- **Mein Krebs ist nicht heilbar: Was tun?**
- **In Zeiten des Trauerns**
Wenn ein geliebter Mensch an Krebs stirbt

Bei der Krebsliga finden Sie weitere Broschüren zu einzelnen Krebsarten und Therapien und zum Umgang mit Krebs. Diese Broschüren sind kostenlos und stehen auch in elektronischer Form zur Verfügung. Sie werden Ihnen von der Krebsliga Schweiz und Ihrer kantonalen oder regionalen Krebsliga offeriert. Das ist nur möglich dank grosszügigen Spenden.

Bestellmöglichkeiten

- Krebsliga Ihres Kantons
- Telefon 0844 85 00 00
- shop@krebsliga.ch
- www.krebsliga.ch



Alle Broschüren können Sie **online lesen und bestellen.**

Ihre Meinung interessiert uns

Äussern Sie Ihre Meinung zur Broschüre mit dem Fragebogen am Ende dieser Broschüre oder online unter: www.krebsliga.ch/broschueren. Vielen Dank fürs Ausfüllen.

Broschüren anderer Anbieter

«**Methoden und Verfahren zur Krebsdiagnose**», Österreichische Krebshilfe, 2023. Online verfügbar auf www.krebshilfe.net

«**Krebsbehandlung im Rahmen einer klinischen Studie**», Schweizerische Arbeitsgemeinschaft für Klinische Krebsforschung SAKK, 2015. Online verfügbar auf www.sakk.ch/de/

«**Krebswörterbuch**», 2021. Die deutsche Krebshilfe erklärt Fachbegriffe von A wie Abdomen bis Z wie Zytoplastikum. Online verfügbar auf www.krebshilfe.de

Literatur

«**Diagnose-Schock: Krebs**», Hilfe für die Seele, konkrete Unterstützung für Betroffene und Angehörige. Alfred Künzler, Stefan Mamié, Carmen Schürer, Springer-Verlag, 2012.

Einige Krebsligen verfügen über eine Bibliothek, in der Bücher zum Thema kostenlos ausgeliehen werden können. Erkundigen Sie sich bei der Krebsliga in Ihrer Region (siehe S. 50).

Informationen im Internet

Angebot der Krebsliga

www.krebsliga.ch

Das Angebot der Krebsliga Schweiz mit Links zu allen kantonalen und regionalen Krebsligen.

www.krebsliga.ch/cancerline

Die Krebsliga bietet einen Livechat mit Beratung an.

www.krebsliga.ch/kurse

Kurse der Krebsliga, um krankheitsbedingte Alltagsbelastungen besser zu bewältigen.

www.krebsliga.ch/onkoreha

Übersichtskarte zu onkologischen Rehabilitationsangeboten in der Schweiz.

peerplattform.krebsliga.ch

Betroffene begleiten Betroffene.

psychoonkologie.krebsliga.ch

Verzeichnis von Psychoonkologinnen und Psychoonkologen in Ihrer Nähe.

Andere Angebote

www.avac.ch/de

Der Verein «Lernen mit Krebs zu leben» organisiert Kurse für Betroffene und Angehörige.

www.bag.admin.ch/transplantation

Informationen des Bundesamts für Gesundheit (BAG) zur Transplantationsmedizin.

www.blutspende.ch

Informationen zur Blutstammzellspende.

www.cipa-igab.ch

Dieser Dachverband gibt den betreuenden Angehörigen in der Schweiz eine Stimme.

www.fertionco.ch

Fruchtbarkeit bei Krebs.

www.gdk-cds.ch

Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren GDK. Hier finden Sie die Liste der Spitäler mit einem Leistungsauftrag für Behandlungen je nach Krebsart.

www.kofam.ch

Portal des Bundesamts für Gesundheit zur Humanforschung in der Schweiz.

www.komplementaermethoden.de

Informationen der Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen.

www.krebshilfe.de

Informationen der Deutschen Krebshilfe.

www.krebsinformationsdienst.de

Ein Angebot des Deutschen Krebsforschungszentrums Heidelberg.

www.krebs-webweiser.de

Eine Zusammenstellung von Internetseiten durch das Universitätsklinikum Freiburg i. Br.

www.palliative.ch

Schweizerische Gesellschaft für Palliative Medizin, Pflege und Begleitung.

www.patientenkompetenz.ch

Eine Stiftung zur Förderung der Selbstbestimmung im Krankheitsfall.

www.psychoonkologie.ch

Schweizerische Gesellschaft für Psychoonkologie.

www.selbsthilfeschweiz.ch

Adressen von Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige in Ihrer Nähe.

Informationen auf Englisch

www.cancer.org

American Cancer Society.

www.cancer.gov

National Cancer Institute USA.

www.cancer.net

American Society of Clinical Oncology.

www.cancerresearchuk.org

Independent cancer research and awareness charity.

www.macmillan.org.uk

A non-profit cancer information service.

Quellen

Die in dieser Broschüre erwähnten Publikationen und Websites dienen der Krebsliga auch als Quellen.

Folkerts, J. (21.01.2020). *Akute lymphoblastische (lymphatische) Leukämie bei Erwachsenen*. Deutsches Krebsforschungszentrum.

<https://m100-kid.dkfz.de/wissensdatenbank/lymphatisches-blutbildendes-und-verwandtes-gewebe/all-akute-lymphoblastische-leukaemie-akute-lymphatische-leukaemie-bei-erwachsenen/>

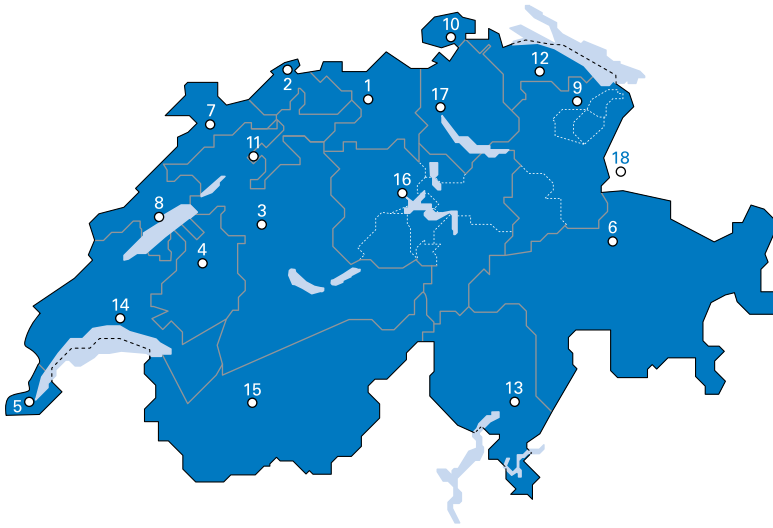
Folkerts, J. (01.01.2023). *Akute myeloische Leukämie bei Erwachsenen*. Deutsches Krebsforschungszentrum.

<https://m100-kid.dkfz.de/wissensdatenbank/lymphatisches-blutbildendes-und-verwandtes-gewebe/aml-akute-myeloische-leukaemie-bei-erwachsenen/>

Manegold, K. (24.08.2020). *Chronische myeloische Leukämie*. Deutsches Krebsforschungszentrum.

<https://m100-kid.dkfz.de/wissensdatenbank/lymphatisches-blutbildendes-und-verwandtes-gewebe/cml-chronische-myeloische-leukaemie/>

Unterstützung und Beratung – die Krebsliga in Ihrer Region



1 Krebsliga Aargau

Kasernenstrasse 25
Postfach 3225
5001 Aarau
Tel. 062 834 75 75
admin@krebsliga-aargau.ch
www.krebsliga-aargau.ch
IBAN: CH09 0900 0000 5001 2121 7

2 Krebsliga beider Basel

Petersplatz 12
4051 Basel
Tel. 061 319 99 88
info@klbb.ch
www.klbb.ch
IBAN: CH11 0900 0000 4002 8150 6

3 Krebsliga Bern

Ligue bernoise contre le cancer
Schwanengasse 5/7
Postfach
3001 Bern
Tel. 031 313 24 24
info@krebsligabern.ch
www.krebsligabern.ch
IBAN: CH23 0900 0000 3002 2695 4

4 Ligue fribourgeoise contre le cancer Krebsliga Freiburg

route St-Nicolas-de-Flüe 2
case postale
1701 Fribourg
tél. 026 426 02 90
info@liguecancer-fr.ch
www.liguecancer-fr.ch
IBAN: CH49 0900 0000 1700 6131 3

5 Ligue genevoise contre le cancer

11, rue Leschot
1205 Genève
tél. 022 322 13 33
ligue.cancer@mediane.ch
www.lgc.ch
IBAN: CH80 0900 0000 1200 0380 8

6 Krebsliga Graubünden

Ottoplatz 1
Postfach 368
7001 Chur
Tel. 081 300 50 90
info@krebsliga-gr.ch
www.krebsliga-gr.ch
IBAN: CH97 0900 0000 7000 1442 0

7 Ligue jurassienne contre le cancer

rue des Moulins 12
2800 Delémont
tél. 032 422 20 30
info@ljcc.ch
www.liguecancer-ju.ch
IBAN: CH13 0900 0000 2500 7881 3

8 Ligue neuchâteloise contre le cancer

faubourg du Lac 17
2000 Neuchâtel
tél. 032 886 85 90
LNCC@ne.ch
www.liguecancer-ne.ch
IBAN: CH23 0900 0000 2000 6717 9

9 Krebsliga Ostschweiz SG, AR, AI, GL

Flurhofstrasse 7
9000 St. Gallen
Tel. 071 242 70 00
info@krebsliga-ostschweiz.ch
www.krebsliga-ostschweiz.ch
IBAN: CH29 0900 0000 9001 5390 1

10 Krebsliga Schaffhausen

Mühlentalstrasse 84
8200 Schaffhausen
Tel. 052 741 45 45
info@krebssliga-sh.ch
www.krebssliga-sh.ch
IBAN: CH65 0900 0000 8200 3096 2

11 Krebsliga Solothurn

Wengistrasse 16
Postfach 531
4502 Solothurn
Tel. 032 628 68 10
info@krebssliga-so.ch
www.krebssliga-so.ch
IBAN: CH73 0900 0000 4500 1044 7

12 Krebsliga Thurgau

Bahnhofstrasse 5
8570 Weinfelden
Tel. 071 626 70 00
info@krebssliga-thurgau.ch
www.krebssliga-thurgau.ch
IBAN: CH58 0483 5046 8950 1100 0

13 Lega cancro Ticino

Piazza Nosetto 3
6500 Bellinzona
Tel. 091 820 64 20
info@legacancro-ti.ch
www.legacancro-ti.ch
IBAN: CH19 0900 0000 6500 0126 6

14 Ligue vaudoise contre le cancer

Av. d'Ouchy 18
1006 Lausanne
tél. 021 623 11 11
info@lvc.ch
www.lvc.ch
IBAN: CH89 0024 3243 4832 0501 Y

15 Ligue valaisanne contre le cancer Krebsliga Wallis

Siège central:
rue de la Dixence 19
1950 Sion
tél. 027 322 99 74
info@lvcc.ch
www.lvcc.ch
Beratungsbüro:
Spitalzentrum Oberwallis
Überlandstrasse 14
3900 Brig
Tel. 027 604 35 41
Mobile 079 644 80 18
info@krebssliga-wallis.ch
www.krebssliga-wallis.ch
IBAN: CH73 0900 0000 1900 0340 2

16 Krebsliga Zentralschweiz LU, OW, NW, SZ, UR, ZG

Löwenstrasse 3
6004 Luzern
Tel. 041 210 25 50
info@krebssliga.info
www.krebssliga.info
IBAN: CH61 0900 0000 6001 3232 5

17 Krebsliga Zürich

Freiestrasse 71
8032 Zürich
Tel. 044 388 55 00
info@krebssligazuerich.ch
www.krebssligazuerich.ch
IBAN: CH77 0900 0000 8000 0868 5

18 Krebshilfe Liechtenstein

Landstrasse 40a
FL-9494 Schaan
Tel. 00423 233 18 45
admin@krebsshilfe.li
www.krebsshilfe.li
IBAN: LI98 0880 0000 0239 3221 1

Krebsliga Schweiz

Effingerstrasse 40
Postfach
3001 Bern
Tel. 031 389 91 00
www.krebssliga.ch
IBAN: CH95 0900 0000 3000 4843 9

Broschüren

Tel. 0844 85 00 00
shop@krebssliga.ch
www.krebssliga.ch/
broschueren

Cancerline

www.krebssliga.ch/
cancerline,
der Chat für Kinder,
Jugendliche und Erwachsene
zu Krebs
Mo–Fr 10–18 Uhr

Beratungsangebot stopsmoking

Tel. 0848 000 181
Max. 8 Rp./Min. (Festnetz)
Mo–Fr 11–19 Uhr

Ihre Spende freut uns.

Krebstelefon 0800 11 88 11

Montag bis Freitag
10–18 Uhr
Anruf kostenlos
helpline@krebssliga.ch

Gemeinsam gegen Krebs

Die Krebsliga setzt sich dafür ein, dass ...

- ... weniger Menschen an Krebs erkranken,
- ... weniger Menschen an den Folgen von Krebs leiden und sterben,
- ... mehr Menschen von Krebs geheilt werden,
- ... Betroffene und ihr Umfeld die notwendige Zuwendung und Hilfe erfahren.

Diese Broschüre wird Ihnen durch Ihre Krebsliga überreicht, die Ihnen mit Beratung, Begleitung und verschiedenen Unterstützungsangeboten zur Verfügung steht. Die Adresse der für Ihren Kanton oder Ihre Region zuständigen Krebsliga finden Sie auf der Innenseite.

Nur dank
Spenden sind unsere
Broschüren
kostenlos erhältlich.

**Jetzt mit TWINT
spenden:**



QR-Code mit der
TWINT-App scannen.



Betrag eingeben
und Spende bestätigen.



Oder online unter www.krebsliga.ch/spenden.