

magen
krebs

RATGEBER - SÜDTIROLER KREBSHILFE
BETROFFENE & ANGEHÖRIGE



Impressum

Herausgeber

Südtiroler Krebshilfe EO
G.-Marconi-Strasse, 1b,
39100 Bozen
Tel. +39 0471 283348,
Handy +39 342 017 6404
www.krebshilfe.it

Autor

Krebsliga Schweiz

Fachexperten & Reviewer

Prof. Dr. med. **Markus Borner**,
Facharzt Medizinische Onkologie
und Allgemeine Innere Medizin,
Lindenhofgruppe, Bern

Prof. Dr. med. Dr. phil. **Andreas Wicki**,
Stellvertretender Direktor,
Klinik für Medizinische Onkologie
und Hämatologie, Universität und
Universitätsspital Zürich

Redaktion

Ärztebeirat und Zentralvorstand
der Südtiroler Krebshilfe

Layout und Satz

mediamacs.design

Druck

Athesia Druck, Bozen

Copyright
Südtiroler Krebshilfe EO
Printed in Italy



Wir danken der Krebsliga Schweiz
für Ihr entgegenkommen.
Sie hat uns das Manuskript überlassen
und uns erlaubt, es unseren
Verhältnissen anzupassen



Inhalt

- 4 Liebe Leserin, lieber Leser

- 5 Der Magen
- 7 Was ist Magenkrebs?
- 10 Welche Untersuchungen führen zur Diagnose?
- 15 Wie wird die Behandlung geplant?
- 17 Wie wird Magenkrebs behandelt?
- 24 Welche Behandlung in welchem Krankheitsstadium?
- 25 Was tun bei Nebenwirkungen?
- 27 Was tun bei Schmerzen?
- 28 Was tun bei Essensproblemen?
- 31 Wie geht es weiter nach den Behandlungen?

- 34 Nützliche Adressen
- 35 Notizen

Liebe Leserin, lieber Leser

Die Broschüre beantwortet folgende Fragen:

Was ist Magenkrebs?

Welche Beschwerden weisen auf Magenkrebs hin?

Welche Untersuchungen braucht es für die Diagnose Magenkrebs?

Welche Behandlungen kommen bei Magenkrebs infrage?

Haben Sie Fragen? Benötigen Sie oder Ihre Nahestehenden Unterstützung?

Wenn Sie Rat und Hilfe brauchen, stehen Ihnen verschiedene Kontaktstellen offen, an die Sie sich wenden können (letzte Seite dieser Broschüre).

Wir wünschen Ihnen von Herzen alles Gute.

Ihre Südtiroler Krebshilfe

Der Magen

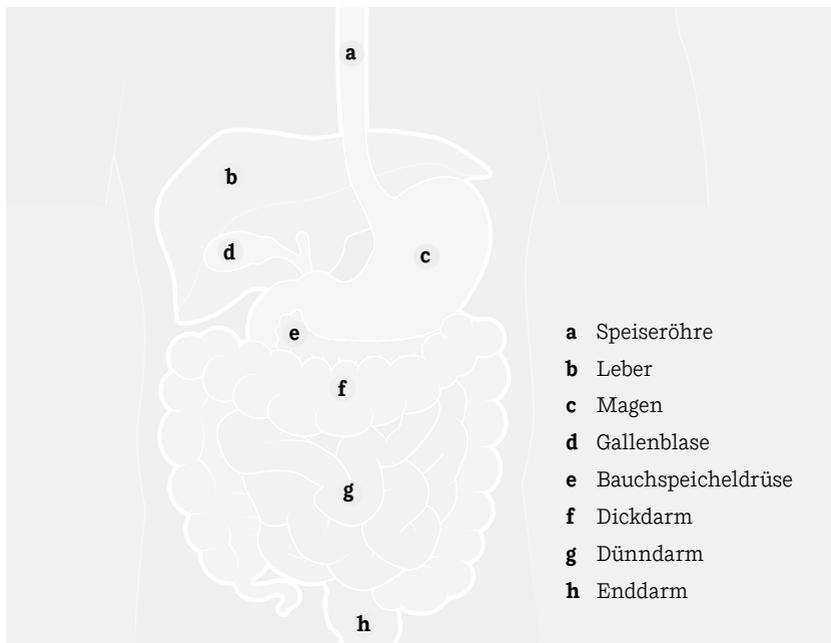
Der Magen liegt im linken Oberbauch zwischen der Speiseröhre und dem Zwölffingerdarm.

Welche Aufgabe hat der Magen?

Der Magen hilft Essen zu verdauen. Dafür fügt er dem Essen Magensaft hinzu. Der Magensaft verarbeitet das Essen zu einem Essensbrei.

Nach einigen Stunden schiebt der Magen den Essensbrei weiter in den Darm. Der Darm entzieht dem Essensbrei Nährstoffe und Flüssigkeit.

Der Magen mit seinen Nachbarorganen



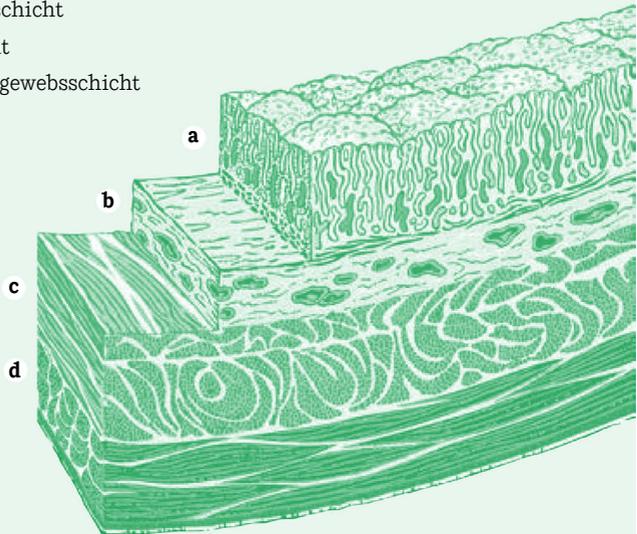
Wie ist die Magenwand aufgebaut?

Die Wand des Magens besteht aus vier Schichten:

- » Magenschleimhaut: Sie schützt die Innenwand des Magens vor der Magensäure.
- » Schicht aus Bindegewebe mit Nervenbahnen sowie Blut- und Lymphgefäßen.
- » Schicht aus Muskeln: Sie ist zuständig, dass der Speisebrei durchmischt und in den Darm weitergeleitet wird.
- » äußere Schicht aus Bindegewebe.

Die Magenwand

- a** Magenschleimhaut
- b** Bindegewebsschicht
- c** Muskelschicht
- d** äussere Bindegewebsschicht



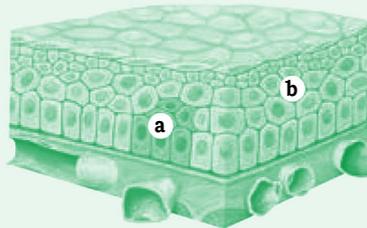
Was ist Magenkrebs?

Magenkrebs ist ein bösartiger Tumor im Magen. Von einem bösartigen Tumor sprechen wir, wenn sich Zellen eines Organs unkontrolliert vermehren und eine Geschwulst bilden. Solche Tumore können in das gesunde Gewebe einwachsen und es dadurch schädigen.

Die Zellen eines bösartigen Tumors nennt man Krebszellen. Krebszellen können sich über die Lymph- und Blutbahnen im Körper ausbreiten. Eine Ansammlung von Krebszellen an anderen Stellen im Körper nennt man Metastasen oder Ableger. Magenkrebs bildet Metastasen hauptsächlich im Bauchfell, in den Lymphknoten, in der Leber, in den Lungen und in den Knochen.

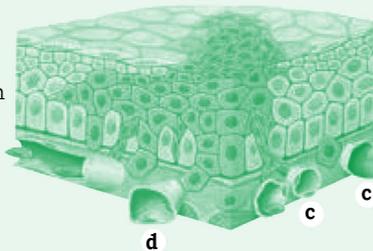
Wie entsteht ein Tumor?

Der Tumor beginnt im gesunden Gewebe zu wachsen.



- a** bösartiger Tumor
- b** gesundes Gewebe

Der Tumor wächst in umgebendes Gewebe ein. Krebszellen breiten sich über Blut- und Lymphbahnen aus.



- c** Blutbahnen
- d** Lymphbahnen

Wo entsteht Magenkrebs?

Am häufigsten entsteht Magenkrebs in der Magenschleimhaut. Dort sind viele Drüsenzellen. Entsteht Krebs aus Drüsenzellen, sprechen Fachleute von einem Adenokarzinom.

Wo entsteht Magenkrebs noch?

Magenkrebs kann in jedem Teil des Magens entstehen:

- » In den Muskelzellen der Magenwand. Fachleute sagen gastrointestinale Stromazelltumore (GIST). GIST zählen zu den Sarkomen.
- » In den Lymphgefäßen in der Magenwand. Fachleute nennen sie MALT-Lymphome. Sie zählen zu den B-Zell-Lymphomen.
- » In den hormonproduzierenden Zellen. Fachleute sprechen von neuroendokrinen Tumoren des Magens.

Auf diese Magenkrebsformen geht die vorliegende Broschüre nicht weiter ein.

Welche Beschwerden bei Magenkrebs?

Menschen, die an Magenkrebs erkranken, spüren oft lange Zeit nichts davon.

Wenn Sie längere Zeit:

- » Magenbrennen haben,
- » keinen Appetit haben,
- » Schwierigkeiten beim Schlucken haben,
- » öfter erbrechen müssen,
- » ungewollt Gewicht verlieren,
- » schwarzen Stuhl haben,
- » Blutarmut durch einen Eisenmangel haben (zu wenig Eisen im Blut),

kann das ein Hinweis auf Magenkrebs sein. Wir empfehlen Ihnen, diese Beschwerden mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt zu besprechen.

Was erhöht das Risiko?

Von einigen Einflüssen ist bekannt, dass sie mögliche Gründe für die Entstehung von Krebs sind. Dies bedeutet nicht, dass diese Einflüsse immer zu Krebs führen. Sie erhöhen das Risiko, an Krebs zu erkranken.

Weshalb ein Mensch an Krebs erkrankt und ein anderer nicht, bleibt oft unklar. Niemand ist schuld, wenn sie oder er an Krebs erkrankt. Krebs kann jede und jeden treffen.

Einige Einflüsse können das Risiko für Magenkrebs erhöhen.

Das sind die Wichtigsten:

- » Wenn in Ihrem Magen das Bakterium *Helicobacter pylori* zu einer Entzündung der Magenschleimhaut führt.
- » Wenn Sie älter werden.
- » Wenn Sie rauchen.
- » Wenn Verwandte von Ihnen Magenkrebs hatten.
- » Wenn Sie einen andauernden Reflux von Magensäure haben.
Fachpersonen sprechen von der gastroösophagealen Refluxkrankheit, kurz GERD.
- » Wenn Ihr Magen bestrahlt wurde.

Leiden Sie häufig an einer Magenentzündung, haben Sie einen andauernden Reflux, sind Verwandte an Magenkrebs erkrankt oder wurde Ihr Magen bestrahlt? Dann fragen Sie Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt nach Rat.

Kann Krebs vererbt werden?

Wenige Personen haben eine Veranlagung für bestimmte Krebsarten geerbt. Diese Veranlagung erhöht das Risiko, an Krebs zu erkranken. Nicht alle Personen mit einer Veranlagung erkranken an Krebs.

Wie weiß ich, ob ich eine solche Veranlagung habe? Sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt, wenn in Ihrer Familie viele Verwandte Magenkrebs hatten. Oder, wenn Ihre Verwandten sehr jung an Krebs erkrankten.

Welche Untersuchungen führen zur Diagnose?

Mehrere Untersuchungen sind notwendig, um die Diagnose Magenkrebs zu stellen. Wir beschreiben Ihnen die Wichtigsten.

Untersuchung bei der Ärztin oder beim Arzt

Ihr Arzt fragt Sie:

- » nach Ihren Beschwerden,
- » nach Ihren Ess- und Trinkgewohnheiten,
- » ob Sie Medikamente einnehmen.

Außerdem tastet der Arzt Ihren Körper ab. Er spürt, ob sich irgendwo Wasser eingelagert hat. Er tastet auch nach geschwollenen Lymphknoten.

Blut- und Stuhluntersuchung

Ihr Blut wird untersucht. Die Blutwerte sagen aus, wie Ihr Allgemeinzustand ist und wie Ihre Organe funktionieren. Eine Stuhlprobe wird nach Blut im Stuhl untersucht. Blut im Stuhl kann auf einen Tumor hinweisen.

Wie läuft eine Magenspiegelung ab?

Für eine Magenspiegelung müssen Sie für einige Stunden ins Krankenhaus oder in die Arztpraxis. Wenn Sie wollen, können Sie während der Magenspiegelung sediert werden. Dann erhalten Sie vorher ein Beruhigungsmittel.

Beachten Sie aber, dass danach Ihr Denken und Ihr Handeln für ein paar Stunden verlangsamt ist. Wichtig ist, dass Sie danach kein Auto, Motorrad oder Fahrrad fahren. Am besten lassen Sie sich nach der Magenspiegelung abholen. Wenn Sie nicht sediert werden wollen, erhalten Sie eine örtliche Rachenbetäubung. Danach können Sie selbstständig nach Hause gehen.

Was passiert bei einer Magenspiegelung?

Bei der Magenspiegelung schiebt die Ärztin oder der Arzt einen Schlauch mit einer kleinen Kamera durch die Speiseröhre in den Magen. Den Schlauch

nennt man Endoskop. Mit der Kamera schaut sich der Arzt Ihren Magen von innen an. Sieht der Arzt verdächtige Veränderungen an der Mageninnenwand, entnimmt er ein kleines Stück Gewebe. Das nennt man Gewebeprobe oder Biopsie. Ein Gewebespezialist (auch Pathologe genannt) untersucht das Gewebe. Er schaut, ob darin Krebszellen enthalten sind oder nicht.

Bildgebende Untersuchungen

Wie läuft eine Ultraschall-Untersuchung ab?

Beim Ultraschall fährt die Ärztin oder der Arzt mit einem abgerundeten Stab über Ihren Bauch, während Sie auf dem Rücken liegen. Diese Untersuchung ist für Sie schmerzlos und dauert nur wenige Minuten. Auf dem Bildschirm erkennt der Arzt die Strukturen des Magens und den Tumor.

Wie läuft eine CT-Untersuchung ab?

Die Abkürzung CT steht für Computertomografie. Für eine CT müssen Sie in ein Krankenhaus oder ein Röntgeninstitut gehen. Die Untersuchung dauert wenige Minuten bis eine halbe Stunde. Sie ist schmerzlos. Sie sind dabei wach und können danach direkt wieder nach Hause gehen.

Für die CT-Untersuchung legen Sie sich auf eine Liege. Die Liege bewegt sich durch einen großen Ring. In diesem Ring befinden sich Kameras, die Röntgenaufnahmen machen. Manchmal erhalten Sie vor der CT-Untersuchung eine Flüssigkeit, die Sie trinken müssen. Oder Sie erhalten die Flüssigkeit direkt in die Vene gespritzt. Die Flüssigkeit ist ein Kontrastmittel. Das Kontrastmittel sammelt sich im Tumorgewebe an. So sieht der Arzt den Tumor besser.

Mit dem Ultraschall und der CT beurteilen die Ärzte:

- » die Größe des Tumors,
- » ob sich der Tumor im Körper ausgebreitet hat.

Manchmal hilft zusätzlich eine sogenannte PET-Untersuchung, um zu sehen, wie sich ein Tumor ausgebreitet hat.

Welche Untersuchungen führen zur Diagnose?

Nach den Untersuchungen wissen Sie, ob bei Ihnen Magenkrebs vorliegt oder nicht.

In welchem Krankheitsstadium ist der Magenkrebs?

Die Ergebnisse der Untersuchungen zeigen:

- » wie groß der Tumor ist,
- » ob der Tumor in das Gewebe eingewachsen ist,
- » ob sich der Tumor in die Lymphknoten ausgebreitet hat,
- » ob sich Metastasen gebildet haben.

Diese Punkte beschreiben, in welchem Stadium sich die Krankheit befindet. Die Ärzte ordnen den Magenkrebs in Klassifikationen ein. Bei Magenkrebs heißen die Klassifikationen:

- » TNM-Klassifikation
- » Laurén-Klassifikation

TNM-Klassifikation

Die TNM-Klassifikation beschreibt die Ausbreitung im Magen, in den Lymphknoten und in anderen Organen.

Die Buchstaben T, N, M bedeuten:

- T** Tumor
- N** Lymphknoten (lateinisch nodus = Knoten)
- M** Metastasen

TMN Klassifikation (vereinfacht)

T Wie weit der Tumor fortgeschritten ist, zeigen die Zahlen 1 bis 4. Je höher die Zahl, desto weiter hat sich der Tumor ausgebreitet oder desto grösser ist er.

T1 Oberflächlich einwachsender Tumor.

T2 Der Tumor wächst in die Muskelschicht ein.

T3 Der Tumor wächst in die Bindegewebeschicht ein, ohne Befall des Bauchfells.

T4 Der Tumor ist in der Bindegewebeschicht und/oder wächst in benachbarte Organe und Teile des Körpers ein.

N Wie viele Lymphknoten betroffen sind, zeigen die Zahlen 0 bis 3.

N0 Keine Lymphknotenmetastasen.

N1 Metastasen in einem bis zwei Lymphknoten.

N2 Metastasen in drei bis sechs Lymphknoten.

N3 Metastasen in mehr als sieben Lymphknoten.

M Wie viele Metastasen in anderen Organen sind, zeigen die Zahlen 0 oder 1.

M0 Keine Metastasen.

M1 Metastasen sind vorhanden.

Lesebeispiel

Arztbrief: Was bedeuten die Buchstaben und Zahlen?

Steht im Arztbrief beispielsweise:

T2N1M0

bedeutet das:

T2: Tumor ist in der Muskelschicht, **N1:** Metastasen in einem bis zwei Lymphknoten, **M0:** keine Metastasen gefunden.

Laurén-Klassifikation

Die Laurén-Klassifikation schätzt ein, wie aggressiv das Tumorgewebe wächst. Die verschiedenen Typen heißen:

- » Intestinaler Typ
- » Diffuser Typ

Der intestinale Typ wächst weniger aggressiv als der diffuse Typ. Aggressive Typen können schneller wachsen, schneller Metastasen bilden oder treten schneller wieder auf.

Biologische Merkmale des Tumors

Auf dem Tumorgewebe untersucht die Pathologin oder der Pathologe das Vorliegen von Merkmalen, die für die Wahl der Behandlung nötig sind. Zu diesen Merkmalen gehören beim Magenkrebs:

- » der sogenannte Mikrosatellitenstatus (stabil und instabil),
- » das sogenannte Her2-Eiweiss auf der Oberfläche der Krebszellen,
- » das sogenannte PDL1-Eiweiss auf der Oberfläche der Krebszellen.

Kennen die Ärztinnen und Ärzte das Krankheitsstadium sowie die biologischen Merkmale des Tumors, können sie die Behandlung genau darauf abstimmen.

Wie wird die Behandlung geplant?

Ärztinnen und Ärzte aus unterschiedlichen Fachrichtungen planen an einer gemeinsamen Sitzung die Behandlung. Diese gemeinsame Sitzung heißt Tumorboard. Ihr behandelnder Arzt empfiehlt Ihnen nach dem Tumorboard die für Sie am besten geeignete Behandlung.

Von was ist die Behandlung abhängig?

Welche Behandlung infrage kommt, ist abhängig:

- » von dem Krankheitsstadium,
- » wie schnell der Tumor wächst,
- » von biologischen Merkmalen des Tumors,
- » ob weitere Erkrankungen vorliegen,
- » von Ihrem allgemeinem Gesundheitszustand,
- » von Ihrer Vorstellung von Lebensqualität.

Fragen Sie nach. Sie können jederzeit Fragen zur Wahl der Behandlung stellen. Stimmen Sie einer Behandlung erst zu, wenn Sie über das Vorgehen und mögliche Folgen informiert wurden. Sie haben das Recht eine Behandlung abzulehnen oder Bedenkzeit zu verlangen.

Fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Pflegepersonal nach:

- » Wie viel Erfahrung hat das Behandlungsteam mit meiner Krebserkrankung? Die Erfahrung kann den Krankheitsverlauf und die Lebensqualität beeinflussen.
- » Welche Behandlung ist für mich am besten? Welche Vor- und Nachteile hat diese Behandlung?
- » Mit welchen Nebenwirkungen muss ich rechnen? Sind diese vorübergehend oder dauerhaft? Was kann ich dagegen tun?
- » Kann ich nach der Behandlung wieder normal essen?

Zweitmeinung

Sie können jederzeit eine Zweitmeinung einholen. Ihr Behandlungsteam

kennt diese Möglichkeit und wird Ihre Unterlagen an den entsprechenden Arzt weiterleiten.

Zahnkontrolle vor der Behandlung

Gehen Sie 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.

Warum ist das wichtig?

Die Behandlungen gegen Krebs können Ihre Zähne schädigen. Für diese Abklärung brauchen Sie den Zahnstatus. Zudem sollten Sie eine Behandlung gegen Krebs mit gesunden Zähnen und gesundem Zahnfleisch beginnen.

Was ist das Ziel der Behandlung?

Bei der Behandlung gibt es abhängig von der Heilungsaussicht zwei Ziele:

- » kurativ
- » palliativ

Bei einem kurativen Behandlungsziel versucht Ihr Behandlungsteam, den Krebs zu heilen. Bei Magenkrebs ist eine Heilung möglich, wenn die Ärztinnen und Ärzte den Tumor ganz entfernen können und keine Metastasen vorhanden sind.

Bei einem palliativen Behandlungsziel versucht Ihr Behandlungsteam, das Fortschreiten der Krankheit hinauszuzögern und die bestmögliche Lebensqualität zu erhalten. Liegen Metastasen vor, ist eine Heilung unwahrscheinlich.

Wie wird Magenkrebs behandelt?

Die Behandlung besteht meistens aus mehreren Behandlungsmöglichkeiten. Diese werden in Zyklen durchgeführt und dauern oft Wochen oder Monate. Das sind die wichtigsten Behandlungsmöglichkeiten bei Magenkrebs:

- » Tumor entfernen bei der Magenspiegelung
- » Tumor entfernen bei der Operation
- » Chemotherapie
- » Antikörpertherapie
- » Strahlentherapie

Je nach Krankheitsstadium werden die Behandlungen unterschiedlich eingesetzt. Welche Behandlung in welchem Krankheitsstadium infrage kommt, lesen Sie im nächsten Kapitel.

Folgend sind die wichtigsten Behandlungsmöglichkeiten beschrieben.

Tumor entfernen bei der Magenspiegelung

Bei dieser Behandlung können Sie entweder am gleichen Tag wieder nach Hause oder Sie bleiben für wenige Tage im Krankenhaus. Vor der Magenspiegelung bekommen Sie ein Beruhigungsmittel. Vor und nach der Magenspiegelung müssen Sie 24 Stunden nüchtern bleiben. Das bedeutet, dass Sie in dieser Zeit nicht essen und trinken dürfen. Sie bekommen stattdessen Flüssigkeit über Infusionen in Ihre Vene. Während der Magenspiegelung schiebt die Ärztin oder der Arzt einen Schlauch (Endoskop) in den Magen. Durch das Endoskop führt der Arzt Instrumente in den Magen ein. Mit diesen Instrumenten entfernt er den Tumor.

Welche Beschwerden kann ich bekommen?

Ihr behandelnder Arzt informiert Sie nach der Magenspiegelung, auf was Sie achten müssen.

Tumor entfernen bei der Operation

Für diese Operation bleiben Sie mehrere Tage im Krankenhaus. Entweder

wird ein Teil des Magens oder der ganze Magen entfernt. Entfernen die Ärztinnen oder die Ärzte einen Teil des Magens, dann verbinden sie den restlichen Magen wieder mit der Speiseröhre und dem Darm.

Wenn die Ärzte den ganzen Magen entfernen, stellen sie aus einem Stück Dünndarm einen Ersatzmagen her und verbinden diesen mit der Speiseröhre und dem übrigen Dünndarm.

Während der Operation entfernen die Ärzte auch einige Lymphknoten. Gewebespezialisten untersuchen sie anschließend auf Krebszellen.

Welche Beschwerden kann ich bekommen?

- » Der Ersatzmagen ist kleiner als Ihr natürlicher Magen. Sie können vielleicht nicht mehr so viel auf einmal essen wie früher. Am besten nehmen Sie häufigere kleinere Mahlzeiten zu sich.
- » Sie haben vielleicht Schwierigkeiten, sich hungrig oder satt zu fühlen.

Der Körper gewöhnt sich häufig sehr gut an den verkleinerten oder «neuen» Magen. Bei Beschwerden melden Sie sich bei Ihrem Behandlungsteam.

Die Verdauung ändert sich nach der Operation. Deshalb müssen Sie lernen, anders zu essen. Das ist auch so, wenn Sie einen Teil des Magens behalten haben. Wie und was Sie nach der Operation essen können, erfahren Sie in den nächsten Seiten. Außerdem Pflegepersonal und bei Ihrer Ernährungsberatung werden es Ihnen erklären.

Chemotherapie

Es gibt viele verschiedene Medikamente, die gegen Krebszellen wirken. Eine Chemotherapie ist eine Art von Medikamenten gegen Krebszellen.

Was ist eine Chemotherapie?

Bei einer Chemotherapie erhalten Sie Medikamente, welche die Krebszellen in Ihrem Körper abtöten. In der Umgangssprache spricht man von einer Chemo.

Wie erhalte ich eine Chemo?

Für eine Chemo gehen Sie ins Krankenhaus oder in eine Praxis. In der Regel können Sie am gleichen Tag wieder nach Hause. Sie erhalten die Chemo über eine Infusion in die Vene verabreicht. Manchmal ist es auch möglich, dass Sie die Chemo als Tabletten zu Hause einnehmen können.

Wie läuft die Chemo ab?

Sie erhalten an mehreren Tagen hintereinander die Chemo. Danach haben Sie eine Pause. Das nennen Ärztinnen und Ärzte einen Zyklus. Die Pause ist da, damit Sie sich erholen können. Die gesamte Chemotherapie geht meistens über mehrere solcher Zyklen.

Wann kann eine Chemo eingesetzt werden?

- » Vor der Operation. Die Chemo verkleinert den Tumor, damit Ärzte ihn besser entfernen können. Zudem tötet die Chemo frühzeitig Krebszellen ab, die sich vielleicht schon im Körper ausbreiten. Das nennen Ärzte Mikrometastasen.
- » Nach der Operation. Dann tötet die Chemo die noch im Körper verbliebenen Krebszellen ab und erhöht so die Heilungschancen.
- » Bei Metastasen. Die Chemo lindert Beschwerden und verlängert die Überlebenszeit.

Welche Beschwerden kann ich bekommen?

Die Chemo schädigt auch gesunde Zellen. Die gesunden Zellen erholen sich aber meistens wieder. Das sind zum Beispiel:

- » die Zellen des Knochenmarks,
- » die Haarwurzelzellen,
- » die Schleimhautzellen (Mund, Darm, Vagina),
- » die Samen- und Eizellen,
- » die Nervenzellen.

Deswegen treten Beschwerden auf. Hier sind die Wichtigsten:

- » Ihnen fallen die Haare aus.
- » Ihnen wird schlecht, Sie müssen erbrechen oder bekommen Durchfall.
- » Manches Essen riecht und schmeckt schlechter oder anders.
- » Sie spüren ein Kribbeln in den Fingern und Zehen.
- » Sie bekommen häufiger eine Entzündung.

Nach der Chemo erholen Sie sich von vielen dieser Beschwerden wieder. Manche Beschwerden bleiben länger.

Haben Sie Beschwerden?

Ihr Behandlungsteam weiß Rat, was Sie gegen Beschwerden tun können. Fragen Sie auch nach, bei welchen Beschwerden Sie sich sofort melden sollen.

Kann ich trotz Chemo Kinder bekommen?

Die Chemo kann Ei- oder Samenzellen schädigen oder zerstören. Das bedeutet, dass Sie nicht mehr auf natürliche Weise Kinder bekommen können.

Sprechen Sie einen möglichen Kinderwunsch vor Therapiebeginn an. Auch dann, wenn Kinder aktuell kein Thema sind.

Gleichzeitig ist es wichtig, dass Sie während der Chemo verhüten. Denn die geschädigten Ei- oder Samenzellen können beim ungeborenen Kind zu Fehlbildungen führen.

Antikörpertherapie

Neben der Chemotherapie werden auch Antikörper zur Behandlung von Magenkrebs eingesetzt.

Was ist eine Antikörpertherapie?

Antikörper sind Eiweiße und gehören zu unserem Immunsystem. Sie binden gezielt an bestimmte biologische Merkmale des Tumors.

Wie erhalte ich eine Antikörpertherapie?

Für eine Antikörpertherapie gehen Sie ins Krankenhaus. In der Regel können Sie am gleichen Tag wieder nach Hause. Sie erhalten die Antikörper über eine Infusion in die Vene verabreicht.

Wann kann eine Antikörpertherapie eingesetzt werden?

- » Bei Mikrosatelliten-instabilem Magenkrebs. Hier wird die Antikörpertherapie als alleinige Therapie durchgeführt.
- » Bei Mikrosatelliten-stabilem Magenkrebs mit dem Merkmal PDL1-Eiweiss. Hier wird die Antikörpertherapie zusammen mit einer Chemo durchgeführt.
- » Bei Magenkrebs mit dem Merkmal Her2-Eiweiss. Hier wird die Antikörpertherapie zusammen mit einer Chemo durchgeführt.

Welche Beschwerden kann ich bekommen?

Antikörper können auch gesunde Zellen schädigen. Deswegen kann es zu Nebenwirkungen kommen. Ihr Behandlungsteam informiert Sie über mögliche Beschwerden.

Strahlentherapie

Was ist eine Strahlentherapie?

Bei einer Strahlentherapie werden Strahlen von außen durch die Haut gezielt auf den Tumor oder die Metastasen gerichtet. Die Strahlen bringen die Krebszellen zum Absterben.

Wie erhalte ich eine Strahlentherapie?

Für eine Strahlentherapie gehen Sie fünf Mal in der Woche ins Krankenhaus.

Die Bestrahlung selbst dauert nur wenige Minuten. Sie können danach wieder nach Hause.

Wann kann eine Strahlentherapie eingesetzt werden?

Bei Magenkrebs erhalten Sie eine Strahlentherapie in der Regel nach der Operation. Manchmal erhalten Sie eine Strahlentherapie und eine Chemotherapie gleichzeitig. Das nennen die Ärztinnen oder Ärzte Radiochemotherapie.

Welche Beschwerden kann ich bekommen?

- » Die bestrahlte Haut kann trocken oder rot werden.
- » Nach einer Bestrahlung der Speiseröhre kann das Schlucken schwierig sein.
- » Es kann Ihnen übel werden.
- » Sie können Durchfälle oder Bauchkrämpfe bekommen.

Nach der Bestrahlung erholen Sie sich meistens wieder von den Beschwerden.

Haben Sie Beschwerden?

fragen Sie bei Ihrem Behandlungsteam nach, was Sie tun können. Oder lesen Sie im Kapitel «Was tun bei Nebenwirkungen?» nach, was gegen Beschwerden hilft.

Behandlung im Rahmen einer klinischen Studie

Die Wissenschaft entwickelt laufend neue Behandlungen gegen Krebs. In klinischen Studien untersuchen Forschende, ob die neue Behandlung besser gegen Krebs wirkt als die bekannte Behandlung.

Möchten Sie an einer klinischen Studie teilnehmen?

Erkundigen Sie sich bei Ihrem behandelnden Arzt oder bei Ihrer behandelnden Ärztin, ob Sie an einer solchen Studie teilnehmen können.

Komplementärmedizinische Behandlungen

Komplementär bedeutet ergänzend zur Schulmedizin. Komplementärmedizinische Behandlungen können helfen, während und nach einer Krebstherapie das allgemeine Wohlbefinden und die Lebensqualität zu verbessern. Sie können zur allgemeinen Stärkung beitragen und Nebenwirkungen erträglicher machen. Gegen Magenkrebs selbst sind sie in der Regel wirkungslos.

Wichtig: Sprechen Sie zuerst mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, wenn Sie sich für Behandlungen aus der Komplementärmedizin interessieren. Auch scheinbar harmlose Produkte können sich mit der Krebsbehandlung nicht vertragen oder die Wirkung der Medikamente beeinflussen.

Welche Behandlung in welchem Krankheitsstadium?

Je nach Krankheitsstadium kommen andere Behandlungen infrage.

Frühes Krankheitsstadium

In einem frühen Krankheitsstadium kommen folgende Behandlungsmöglichkeiten infrage:

- » Den Tumor während einer Magenspiegelung entfernen. Diese Behandlungsmöglichkeit ist allerdings eine Ausnahme. Denn nur selten wird Magenkrebs so früh gefunden, dass eine Magenspiegelung ausreicht.
- » Den Tumor während einer Operation entfernen. Auch die Lymphknoten werden während einer Operation entfernt.
- » Den Tumor vor und nach der Operation mit einer Chemo behandeln.

Fortgeschrittenes Krankheitsstadium

In einem fortgeschrittenen Krankheitsstadium kommen folgende Behandlungsmöglichkeiten infrage:

- » Den Tumor oder die Metastasen mit einer Chemo und/oder Antikörpertherapie verkleinern.
- » Den Tumor oder die Metastasen mit einer Strahlentherapie verkleinern.
- » Schmerzen von Metastasen mit einer Strahlentherapie oder einer Chemo und/oder Antikörpertherapie behandeln.
- » Den Tumor oder die Metastasen mit einer Operation verkleinern.

Palliative Care

Damit ist die umfassende Betreuung von Betroffenen gemeint, die an einem unheilbaren Magenkrebs leiden. Die Palliative Care berücksichtigt medizinische, soziale, psychologische und spirituelle Bedürfnisse. Fragen Sie bei Ihrem Behandlungsteam frühzeitig nach palliativen Maßnahmen.

Was tun bei Nebenwirkungen?

Viele Nebenwirkungen können mit Medikamenten und Maßnahmen (z. B. Physiotherapie) behandelt werden. Ihre Ärztin oder Ihr Arzt weiß, welche Nebenwirkungen Sie bekommen können. Deshalb gibt er Ihnen vor der Therapie Medikamente gegen diese Nebenwirkungen. Diese Medikamente helfen Ihnen, damit Sie keine oder weniger Nebenwirkungen bekommen. Damit die Medikamente optimal wirken, müssen Sie die Medikamente nach Vorschrift einnehmen.

Bei schweren Nebenwirkungen kontaktieren Sie Ihren Arzt, damit Sie zusammen entscheiden können, ob Sie die Behandlung unterbrechen möchten.

Vorsicht vor selbst gewählten Medikamenten

Sprechen Sie mit Ihrem Behandlungsteam, bevor Sie selbst gewählte Medikamente einnehmen. Das gilt auch für Salben, Brausetabletten und komplementärmedizinische Medikamente. Auch wenn diese «natürlich» sind oder harmlos erscheinen, könnten sie die Therapie und die Wirkung anderer Medikamente beeinflussen. Ihr Behandlungsteam wird Sie gerne beraten, wenn Sie komplementärmedizinische Maßnahmen wünschen.

Was kann ich tun bei...?

Übelkeit und Erbrechen

Gegen Übelkeit und Erbrechen erhalten Sie vor Beginn der Chemo Medikamente. Am besten nehmen Sie diese Medikamente vor der Chemo ein. Zusätzlich kann eine Akupunktur unterstützend sein.

Durchfall

Durchfall wird mit Medikamenten behandelt.

Tipps zur Vorbeugung von Durchfall sind:

- » fetthaltige, stark gewürzte Speisen vermeiden,
- » blähende Speisen (auch Salat oder rohes Gemüse) vermeiden,

Was tun bei Nebenwirkungen?

- » auf Alkohol und Kaffee verzichten,
- » viel trinken (Wasser oder ungesüßten Tee).

Fieber

Haben Sie Fieber im Anschluss an die Chemo? Gehen Sie sofort zu Ihrer behandelnden Ärztin oder Ihrem behandelnden Arzt. Das Fieber kann auf eine Infektion hinweisen, die behandelt werden muss.

Blutarmut

Blutarmut meint, dass Sie zu wenig rote Blutzellen haben. Eisen- und Vitaminpräparate helfen gegen Blutarmut. Ihr Behandlungsteam klärt die Gründe für die Blutarmut ab und verschreibt Ihnen die entsprechende Therapie. Erbrechen Sie Blut oder haben Blut im Stuhl? Dann gehen Sie sofort zu Ihrem Arzt.

Vitamin-B12-Mangel

Lassen Sie sich regelmäßig Vitamin B12 spritzen. Denn nur der Magen bildet den Stoff, der für die Aufnahme von Vitamin B12 notwendig ist.

Entzündungen der Mundschleimhaut

Wichtig ist eine gründliche und schonende Mundhygiene und regelmäßige Mundspülung. Es empfiehlt sich, nicht zu Rauchen.

Fatigue

Gegen Fatigue hilft ein gezieltes Bewegungsprogramm.

Hand- und Fuss-Syndrom

Gute Hautpflege hilft gegen dieses Syndrom.

Was tun bei Schmerzen?

Wenden Sie sich an Ihr Behandlungsteam, wenn Sie Schmerzen haben. Die vielfältigen Möglichkeiten der Schmerztherapie sollten unbedingt ausgeschöpft werden. Das auf Schmerztherapie spezialisierte Personal unterstützt Sie.

Diese Möglichkeiten helfen gegen Schmerzen:

- » Medikamente
- » Operation
- » Strahlentherapie
- » Chemotherapie

Weitere Möglichkeiten sind:

- » Akupunktur
- » Physiotherapie
- » Bewegung, Sport
- » Meditation, autogenes Training
- » psychoonkologische Beratung, Psychotherapie

Was tun bei Essensproblemen?

Die Ernährungsberatung unterstützt Sie bereits im Krankenhaus bei Problemen mit dem Essen. Der behandelnde Arzt oder Ärztin wird eine Ernährungsberatung verschreiben.

Tipps bei Essensproblemen:

- » Essen Sie bei einer Mahlzeit etwas weniger als früher. Ihr Magen ist kleiner oder Sie haben einen Ersatzmagen. Beide haben nicht mehr so viel Platz für Nahrung.
- » Teilen Sie das Essen in mehrere Portionen auf. Empfohlen werden sechs bis acht Portionen.
- » Essen Sie langsam, kauen Sie gründlich.
- » Probieren Sie neue Lebensmittel einzeln aus. Vielleicht hilft Ihnen ein Ernährungsprotokoll, um herauszufinden, was Sie gut vertragen und was nicht.
- » Fragen Sie Ihren Arzt nach Medikamenten, die Ihnen beim Verdauen helfen.
- » Nehmen Sie wichtige Bestandteile des Essens auch über Spezialnahrung oder Medikamente ein. So beugen Sie einer Mangelernährung vor.
- » Bleiben Sie in Bewegung.
- » Lassen Sie sich bei Bedarf auch von einer Fachperson der Psychoonkologie beraten.
- » Sprechen Sie Ihr Behandlungsteam darauf an, wenn Sie ungewollt Gewicht verlieren.

Mit der Zeit werden die Essensprobleme in der Regel weniger. Der Grund ist: Der Körper gewöhnt sich an die Veränderungen.

Was tun beim Dumping-Syndrom?

Vielleicht leiden Sie nach der Operation an einem sogenannten Dumping-Syndrom. Das Dumping-Syndrom kommt daher, dass der Essensbrei schnell-

ler durch Ihren Magen wandert als früher. Das kann zu unterschiedlichen Beschwerden führen. Besprechen Sie Ihre Beschwerden in jedem Fall mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.

Frühdumping-Syndrom

Der Essensbrei wandert schnell durch Ihren Magen und sammelt sich im Dünndarm. Ihr Körper muss den Essensbrei im Dünndarm nun flüssiger machen. Dafür schickt Ihr Körper Wasser in den Dünndarm.

Allerdings fehlt dem Körper dieses Wasser dann im Blutkreislauf und in den Organen. Ihr Blutdruck sinkt deshalb ab. Ihnen kann schwindelig oder schlecht werden.

Wenn viel Essensbrei im Dünndarm ist, kann das den Dünndarm dehnen. Das kann Ihnen starke Schmerzen im Bauch bereiten.

Diese Probleme kommen etwa 15 bis 30 Minuten nach dem Essen.

Wie beuge ich dem Frühdumping-Syndrom vor?

- » Essen Sie sechs- bis achtmal über den Tag verteilt kleine Mahlzeiten.
- » Essen Sie keine salzigen Snacks
- » (Chips, Salznüsse) und stark gezuckerte Speisen (Sorbet, gezuckerte Getränke, Caramel).
- » Legen Sie sich nach dem Essen für eine halbe Stunde hin oder essen Sie im Liegen.
- » Trinken Sie 20 Minuten vor oder nach dem Essen. Aber trinken Sie nicht zum Essen.
- » Essen Sie langsam und kauen Sie gut.

Spätdumping-Syndrom

Mit dem Essensbrei gelangt manchmal viel Zucker unverdaut in den Dünndarm. Das kann in Ihrem Körper eine Kettenreaktion auslösen:

Was tun bei Essensproblemen?

Der Zucker gelangt in den Blutkreislauf. Der Blutzuckerspiegel steigt sehr schnell an. Ihr Körper reagiert darauf, indem er sehr viel Insulin ausschüttet. Insulin baut den Zucker schnell wieder ab. Manchmal schüttet Ihr Körper zu viel Insulin aus. Das kann zu einer Unterzuckerung führen. Sie beginnen zu zittern und zu schwitzen, Ihnen wird schwindelig und schlecht.

Wie beuge ich dem Spätdumping-Syndrom vor?

Sie können das machen, was auch gegen das Frühdumping- Syndrom hilft. Essen Sie außerdem stärkehaltige Nahrungsmittel immer mit eiweiß- und fetthaltigen Speisen sowie Salat und Gemüse. Stärkehaltige Nahrungsmittel sind Brei, Brot, Nudeln, Reis, Kartoffeln, Polenta.

Wie geht es weiter nach den Behandlungen?

Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt über Maßnahmen, die Ihnen nach Abschluss der Behandlungen guttun könnten. Gemeinsam können Sie herausfinden, was sinnvoll ist.

Nachsorge

Nach Abschluss der Behandlungen finden regelmäßige Kontrolluntersuchungen statt. Die Nachsorgeuntersuchung dient dazu:

- » Folgebeschwerden der Krankheit oder der Behandlung zu erkennen und zu lindern.
- » Wiederauftreten der Krankheit (Rezidiv) oder Metastasen frühzeitig zu erkennen und zu behandeln.

Onkologische Rehabilitation

Eine Rehabilitation umfasst alle Behandlungen, die Ihnen helfen, wieder gesund zu werden. Wenn die Reha speziell gemacht ist für Menschen mit Krebs, spricht man von einer «onkologischen Rehabilitation».

Welche Rehas gibt es?

Für eine Reha sind Sie mehrere Wochen in einer Reha Abteilung im Krankenhaus. Das nennt man eine stationäre Reha. Oder Sie haben über mehr Wochen immer wieder einzelne Termine in einer Klinik oder einer Praxis. Das nennt man eine ambulante Reha. Sie können eine Reha vor, während oder nach den Behandlungen machen. Besprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt wie Ihre persönliche Reha zu organisieren ist. Alle von Onkologen und Hausärzten verordneten onkologischen Rehabilitationsleistungen gehen zu Lasten des NGD (Nationalen Gesundheitsdienst).

Wer hilft mir, wenn ich Hilfe im Alltag brauche?

Wenn Sie Pflege oder Unterstützung zu Hause brauchen, können Sie sich von der Ärztin oder vom Arzt verschiedene Dienste verschreiben lassen. Ausgebildete Pflegekräfte unterstützen Sie dann bei diesen Tätigkeiten:

- » bei der Körperpflege,
- » beim Aufstehen und Zubettgehen,
- » beim Vorbereiten der Medikamente,
- » beim Versorgen von Wunden,
- » beim Behandeln von Schmerzen.

Arbeiten mit und nach Krebs

Planen Sie die Rückkehr an Ihren Arbeitsplatz sorgfältig zusammen mit den Personalverantwortlichen des Arbeitgebers. In der Anfangsphase können beispielsweise die Aufgaben angepasst oder die Arbeitszeiten reduziert werden.

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 Krebserkrankung hat nicht nur körperliche, sondern auch psychische Folgen wie etwa Ängste und Traurigkeit bis hin zu Depressionen. Wenn solche Symptome Sie belasten, fragen Sie nach einer Psychoonkologin oder nach einem Psychoonkologen. Das ist eine Fachperson, die Sie bei der Bewältigung und Verarbeitung der Krebserkrankung unterstützt.

Die Südtiroler Krebshilfe

Die Krebshilfe berät, begleitet und unterstützt Betroffene und Angehörige. Dazu gehören persönliche Gespräche, Manuelle Lymphdrainagen, Kur- und Ferientaufenthalte, finanzielle Hilfen und Zuschüsse für Betroffene, Kurs- und Therapieangebote, das Vermitteln von Fachpersonen, Selbsthilfegruppen, psychoonkologische Beratung und vieles mehr.

Erkundigen Sie sich bei Ihrem Bezirksbüro und erfahren Sie mehr auf unserer Homepage **www.krebshilfe.it**.

Nützliche Adressen

Zentralsitz der Südtiroler Krebshilfe EO

G.-Marconi-Straße, 1b | 39100 Bozen

Tel. +39 0471 28 33 48

Mobil +39 342 017 6404

E-Mail: info@krebshilfe.it

Unterstützung und Beratung in Ihrem Bezirk

Bozen – Salten – Schlern

Dreiheiligungasse, 1

39100 Bozen

Tel. +39 0471 28 37 19

Handy +39 340 6734042

bozen-salten-schlern@krebshilfe.it

Unterpustertal – Ahrntal – Gadertal

Kapuzinerplatz, 9

39031 Bruneck

Tel. +39 0474 55 13 27

Handy +39 345 0761137

unterpustertal@krebshilfe.it

Überetsch – Unterland

Cesare-Battisti-Ring, 6

39044 Neumarkt

Tel. +39 0471 82 04 66

Handy +39 349 7662046

ueberetsch-unterland@krebshilfe.it

Oberpustertal

Gustav-Mahler-Straße, 3

39034 Toblach

Tel. +39 0474 97 28 00

Handy +39 340 3367301

oberpustertal@krebshilfe.it

Meran-Burggrafnamt

Rennweg, 27

39012 Meran

Tel. +39 0473 44 57 57

Handy +39 340 6438679

meran-burggrafnamt@krebshilfe.it

Eisacktal – Wipptal – Gröden

Romstraße, 7

39042 Brixen

Tel. +39 0472 81 24 30

Handy +39 340 7259521

eisacktal@krebshilfe.it

Vinschgau

Krankenhausstraße, 13

39028 Schlanders

Tel. +39 0473 62 17 21

Handy +39 345 9278129

vinschgau@krebshilfe.it



SÜDTIROLER
KREBSHILFE