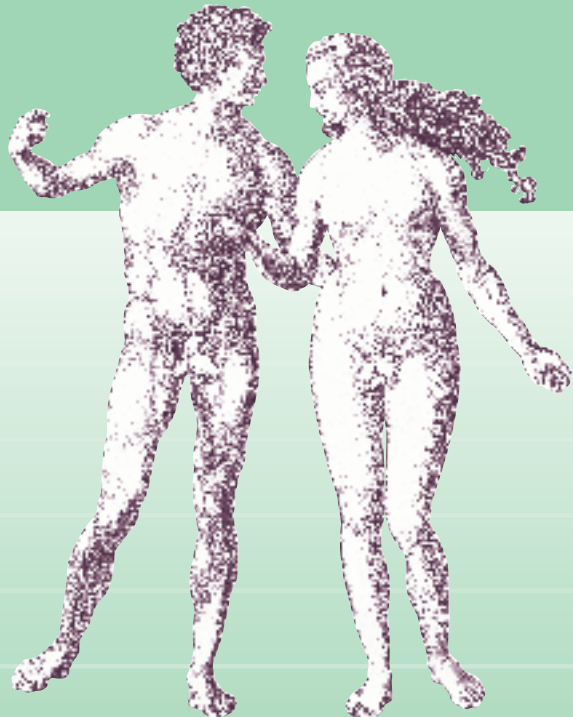




krebsliga

Lungenkrebs

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

Barbara Karlen, Redaktorin Krebsinformationen,
Krebsliga Schweiz, Bern

Fachberatung

Dr. med. MD-PhD Jonas Kloepfer, Onkozentrum
Zürich, Standort Seefeld

Mitarbeitende Krebsliga Schweiz, Bern

Nicole Steck, Wissenschaftlicher Support

Lektorat

Romy Kahl, Krebsliga Schweiz, Bern

Titelbild

Nach Albrecht Dürer, Adam und Eva

Illustrationen

S. 7: Willi R. Hess, naturwissenschaftlicher
Zeichner, Bern

S. 25: © Roche Pharma AG

Fotos

S. 4: Verena Brügger, Krebsliga Schweiz, Bern
S. 12, 44: Shutterstock

S. 36: iStock

S.40: Krebsliga Schweiz

Design

Carsten Klein, Torgau

Druck

Hartmann Druck & Medien GmbH, Hilzingen

Diese Broschüre ist auch in französischer und italienischer Sprache erhältlich.

© 2023, 2015, 2009, Krebsliga Schweiz, Bern | 4., überarbeitete Auflage

Inhalt

- 6 Die Lunge**
- 8 Was ist Lungenkrebs?**
- 13 Welche Untersuchungen führen zur Diagnose?**
- 21 Wie wird die Behandlung geplant?**
- 24 Wie wird Lungenkrebs behandelt?**
- 37 Was tun bei Nebenwirkungen?**
- 41 Wie geht es weiter nach den Behandlungen?**
- 45 Ich möchte Beratung und weitere Informationen**



Liebe Leserin, lieber Leser

Lungenkrebs ist eine häufige Krebsart in der Schweiz. Von Fachpersonen wird Lungenkrebs auch Lungenkarzinom oder Bronchialkarzinom genannt. Die Broschüre beantwortet folgende Fragen:

- Was ist Lungenkrebs?
- Welche Beschwerden weisen auf Lungenkrebs hin?
- Welche Untersuchungen werden benötigt für die Diagnose «Lungenkrebs»?
- Welche Behandlungen kommen bei Lungenkrebs infrage?

Haben Sie Fragen? Möchten Sie oder Ihre Nahestehenden Unterstützung? Dann wenden Sie sich an Ihr Behandlungsteam, an die Beraterinnen und Berater in den kantonalen Krebsligen oder an das Krebstelefon: 0800 11 88 11.

Sie finden die Adressen und Telefonnummern der kantonalen und regionalen Krebsligen auf den letzten Seiten dieser Broschüre.

Wir wünschen Ihnen alles Gute.

Ihre Krebsliga

Nur dank
Spenden sind unsere
Broschüren
kostenlos erhältlich.



QR-Code mit der
TWINT-App scannen.

Betrag eingeben
und Spende bestätigen

Die Lunge

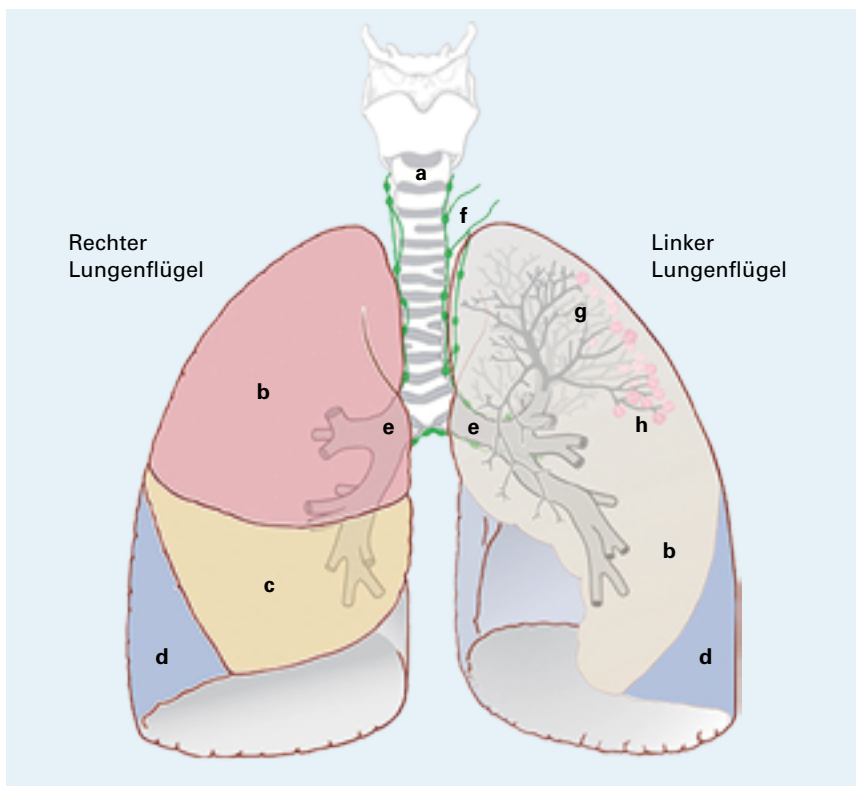
Die Lunge hat zwei Lungenflügel. Der rechte Lungenflügel ist grösser als der linke. Unterteilt wird der rechte Lungenflügel in einen oberen, mittleren und unteren Lungenlappen. Der linke Lungenflügel hingegen hat einen oberen und einen unteren Lungenlappen.

Die Lunge ist für die Atmung verantwortlich. Die Atemluft kommt über die Luftröhre in die Bronchien und gelangt von dort aus weiter bis

in die winzigen Lungenbläschen (Alveolen). In den Lungenbläschen findet der Gasaustausch statt. Das bedeutet, der Körper nimmt Sauerstoff auf und gibt Kohlendioxid ab.

Luftröhre, Bronchien und Lungenbläschen sind ähnlich wie ein Baum aufgebaut: Der Stamm (Luftröhre) teilt sich in grosse Äste (Bronchien) und kleine Zweige (Lungenbläschen) auf.

Die Lunge



- a Luftröhre
- b Oberlappen
- c Mittellappen
- d Unterlappen
- e Hauptbronchien

- f Lymphknoten
- g Bronchialäste oder kleinere Bronchien
- h Lungenbläschen oder Alveolen

Was ist Lungenkrebs?

Das Wichtigste in Kürze

- Lungenkrebs wird in nicht-kleinzelligen und kleinzelligen Lungenkrebs eingeteilt.
- Am Anfang macht Lungenkrebs keine Beschwerden.
- Die wichtigsten Risikofaktoren sind: Rauchen, Passivrauch und Radon.

Lungenkrebs ist ein bösartiger Tumor in der Lunge. Bei einem bösartigen Tumor vermehren sich Zellen unkontrolliert und können in gesundes Gewebe einwachsen und es schädigen.

Die Tumorzellen können sich über die Lymph- und die Blutbahnen im Körper ausbreiten. Eine Ansammlung solcher Zellen an anderen Stellen im Körper heissen Metastasen oder Ableger.

Lungenkrebs bildet Metastasen hauptsächlich in den Lymphknoten, in Knochen, im Gehirn, in den Nebennieren und in der Leber.

In der Schweiz erkranken jährlich rund 4800 Menschen an Lungen-

krebs. Fast alle Betroffene sind bei der Diagnose über 50 Jahre alt.

Wo entsteht Lungenkrebs?

Lungenkrebs kann in allen Teilen der Lunge entstehen. Er bildet sich aus verschiedenen Zelltypen. Zwei Zell-Haupttypen werden unterschieden: der nicht-kleinzellige und der kleinzellige Lungenkrebs. Beide Typen beziehen sich auf die Grösse der Zellen.

Etwa 85 Prozent aller Lungenkrebsfälle gehören zu den nicht-kleinzelligen Zelltypen. Demgegenüber sind etwa 15 Prozent aller Lungenkrebstypen kleinzellig. Sie

sind aggressiver als die nicht-kleinzelligen Typen. Aggressiv bedeutet, dass sie schneller wachsen und häufiger Metastasen bilden.

Beschwerden und Symptome

Wie erkenne ich Lungenkrebs? In frühen Stadien macht Lungenkrebs keine Beschwerden oder Symptome. Deswegen erkennen Ärztinnen oder Ärzte Lungenkrebs zufällig oder erst in einem späten Krankheitsstadium.

Haben Sie solche Symptome?

- Husten über mehrere Wochen (über vier), der trotz Behandlung anhält,
- ein bestehender Husten verändert sich plötzlich,
- Atemnot in Ruhe oder bei leichter Tätigkeit,
- Schmerzen im Brustkorb,
- Auswurf mit oder ohne Blut,
- ungewollter Gewichtsverlust,

das können Hinweise auf Lungenkrebs sein. Diese Symptome können aber auch von anderen Krank-

heiten kommen. Wir empfehlen Ihnen, die Symptome mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt zu besprechen.

Früherkennung von Lungenkrebs

Mit einer niedrig dosierten Computertomografie (CT) kann Lungenkrebs in frühen Stadien erkannt werden. Einige Länder bieten deshalb für Risikopersonen (langjährige starke Raucherinnen und Raucher) qualitätsgesicherte Früherkennungsprogramme an. In der Schweiz gibt es bisher (Stand 2023) kein solches Programm. Vereinzelt finden Pilotstudien zur Früherkennung von Lungenkrebs statt. Informieren Sie sich bei Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt über eine mögliche Teilnahme. Falls Sie unsicher sind oder Beschwerden haben, besprechen Sie mit Ihrem Arzt mögliche weitere Massnahmen.

Was sind die Ursachen?

Lungenkrebs hat verschiedene Ursachen. Die wichtigsten Ursachen sind:

Rauchen

Rauchen ist die Hauptursache für Lungenkrebs. Dazu gehören alle Formen von Tabakkonsum, bei denen Tabak inhaliert wird. Etwa 80 bis 90 Prozent der Lungenkrebs-Todesfälle können auf das Rauchen zurückgeführt werden. Das Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken, wird beeinflusst durch:

- Wie viele Jahre hat die Person geraucht? Je länger jemand raucht, desto höher ist das Risiko, Lungenkrebs zu bekommen.
- Wie viele Zigaretten oder Pfeifen raucht die Person täglich? Je mehr jemand raucht, desto höher ist das Risiko, Lungenkrebs zu bekommen.

Ein Rauchstopp lohnt sich immer, weil:

- das Erkrankungsrisiko für Lungenkrebs sinkt.
- Betroffene die Behandlungen besser ertragen.
- das Risiko, an einem weiteren Tumor zu erkranken, sinkt.
- die Lungenfunktion sich verbessert.

Beratung und Unterstützung zum Rauchstopp erhalten Sie bei der Rauchstopplinie (siehe S. 45).

Nicht alle Personen, die rauchen, bekommen Lungenkrebs. Auch Menschen, die nicht rauchen, können an Lungenkrebs erkranken.

Weitere Risikofaktoren: Passivrauch, Radon und Umweltschadstoffe

Passivrauch

Wer privat oder bei der Arbeit regelmässig Tabakrauch ausgesetzt ist, hat ein deutlich erhöhtes Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken. Schützen Sie sich und andere vor dem Passivrauch.

Radon

Radon ist nach dem Rauchen die häufigste Ursache für Lungenkrebs. Radon ist ein natürliches Edelgas, das im Boden entsteht. Aus dem Boden kann Radon in Gebäude eindringen. Sind die Radonwerte in einem Gebäude zu hoch, gefährdet dies die Gesundheit der Bewohnerinnen und Bewohner.

Lesen Sie mehr zum Thema Radon auf der Website krebsliga.ch/radon.

Umweltschadstoffe

Auch Schadstoffe wie Feinstaub, Russ, Asbest oder Benzol erhöhen das Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken.

Lesen Sie mehr zu Umweltschadstoffen auf der Website krebsliga.ch/umwelt.

Warum trifft es mich?

Weshalb ein Mensch an Krebs erkrankt und ein anderer nicht, bleibt oft unklar. Niemand ist schuld. Krebs kann jeden treffen. Belastet Sie diese Frage oder andere Fragen? Das Krebstelefon und die kantonalen sowie regionalen Krebsligen sind für Sie da (siehe S. 50 f.).



Welche Untersuchungen führen zur Diagnose?

Das Wichtigste in Kürze

- Für die Diagnose braucht es eine Untersuchung bei der Ärztin und eine Lungenspiegelung.
- Die Untersuchungsergebnisse zeigen, in welchem Stadium der Lungenkrebs sich befindet.
- Je früher Lungenkrebs erkannt wird, desto eher ist er heilbar.

Für die Diagnose «Lungenkrebs» sind mehrere Untersuchungen notwendig. Welche Untersuchung durchgeführt wird, ist von Person zu Person unterschiedlich. Fragen Sie bei Unklarheiten nach. Erst nach den Untersuchungen wissen Sie, ob Sie Lungenkrebs haben oder nicht.

Arztbesuch

Bei Beschwerden gehen Sie zuerst zu Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt. Abhängig von Ihren Symptomen und persönlichen Risikofaktoren wird Ihr Hausarzt Sie an eine Pneumologin oder an einen Pneumologen überweisen. Das ist ein Facharzt für Lungenkrankheiten.

Der Arzt fragt Sie nach:

- den aktuellen Beschwerden,
- früheren Erkrankungen,
- Rauchgewohnheiten,
- ob Sie arbeitsbedingt Schadstoffen ausgesetzt waren oder sind,
- ob Verwandte von Ihnen Lungenkrebs haben.

Der Arzt hört die Lunge und tastet den Körper ab. Er spürt, ob sich im Körper Wasser eingelagert hat, oder ob die Lymphknoten geschwollen sind.

Blutuntersuchung

Dafür wird Ihnen Blut aus der Vene abgenommen. Die Ergebnisse des untersuchten Blutes sagen aus, wie Ihr Allgemeinzustand ist und wie Ihre Organe funktionieren.

Es kann sein, dass die Blutwerte trotz einer Krebserkrankung normal sind. Derzeit (Stand 2023) gibt es keinen zuverlässigen Bluttest, um Lungenkrebs frühzeitig zu erkennen.

Röntgen

Eine Röntgenaufnahme des Brustkorbs (Thorax) oder eine Computertomografie (siehe «bildgebende Untersuchung») liefern ein Bild der Lunge. Auf diesem Bild erkennt der Arzt Veränderungen, die auf Lungenkrebs hindeuten.

Lungenfunktionstest

Der Lungenfunktionstest (Spirometrie) misst, wie leistungsfähig Ihre Lunge ist. Das Resultat dieser Untersuchung sagt jedoch nichts darüber aus, ob Sie Lungenkrebs haben oder nicht. Die Untersuchung ist schmerzlos und dauert wenige Minuten.

Lungenspiegelung

Besteht nach diesen Untersuchungen weiterhin der Verdacht auf Lungenkrebs, gehen Sie zu einer Lungenspiegelung (Bronchoskopie) in ein Spital oder in eine Arztpraxis. In der Regel können Sie am selben Tag wieder nach Hause gehen.

Für die Untersuchung erhalten Sie eine örtliche Betäubung (Lokalanästhesie). Wenn Sie möchten, können Sie während der Lungenspiegelung schlafen. In diesem Fall erhalten Sie vorher ein Beruhigungsmittel. Die gesamte Untersuchung dauert zwischen 30 und 60 Minuten.

Bei der Lungenspiegelung schiebt die Ärztin oder der Arzt einen dünnen, weichen und biegsamen Schlauch (Endoskop) mit einer kleinen Kamera und einer Lichtquelle durch die Nase über die Luftröhre bis in die Bronchien.

Der Arzt kann mit dem Endoskop die Atemwege ansehen und Gewebeproben (Biopsien) entnehmen. Eine Gewebespezialistin oder ein Gewebespezialist untersucht diese Gewebeproben und erkennt, ob es sich um Lungenkrebs handelt oder nicht.

Bildgebende Untersuchungen

Bilder werden gemacht, damit Ärztinnen und Ärzte Folgendes sehen:

- wo der Lungenkrebs ist,
- wie gross er ist,
- ob Lymphknoten befallen sind,
- ob sich Metastasen gebildet haben.

Infrage kommen dafür: Computertomografie (CT), Positronen-Emissionscomputertomografie (PET-CT)

oder Magnetresonanztomografie (MRT, englisch MRI).

Für diese Untersuchungen müssen Sie in ein Spital oder in ein Röntgeninstitut gehen. Die Untersuchungen sind schmerzlos und dauern wenige Minuten bis eine halbe Stunde. Sie sind während der Untersuchung wach und können danach wieder nach Hause gehen.

Bei der **CT-Untersuchung** liegen Sie auf einer Liege. Diese Liege bewegt sich durch einen grossen Ring. In diesem Ring befindet sich ein Röntgengerät, das Röntgenbilder macht. Manchmal erhalten Sie vor der CT-Untersuchung eine Flüssigkeit direkt in die Vene gespritzt. Diese Flüssigkeit ist ein sogenanntes Kontrastmittel. Dieses Kontrastmittel kann den Ärzten helfen, einen Tumor zu sehen.

Bei der **PET-CT** bekommen Sie über eine Infusion schwach radioaktiven Zucker verabreicht. Dieser reichert sich in den sich schnell teilenden Krebszellen an. In der PET-CT sind allenfalls befallene Lymphknoten oder Metastasen besser sichtbar als in der CT.

Bei einer **MRT-Untersuchung** liegen Sie auf einer Liege, die in ein röhrenförmiges Gerät geschoben wird. Die MRT arbeitet mit Magnetfeldern. Sie bekommen einen Gehörschutz oder Kopfhörer, weil es in der Röhre laut klopft und knattert.

Ähnlich einer CT erhalten Sie zuerst ein Kontrastmittel in die Vene gespritzt. Mit den Bildern der MRT können Metastasen im Gehirn aus-

geschlossen oder nachgewiesen werden.

Was tun bei Angst vor der Röhre?

Sprechen Sie mit Ihrem Behandlungsteam darüber. Vielleicht hilft Ihnen Entspannungsmusik oder ein Beruhigungsmittel.

Warten auf die Untersuchungsergebnisse

Bis die Ergebnisse da sind, kann es mehrere Tage oder Wochen dauern. Diese Wartezeit ist oft sehr belastend. Die Beratenden des Krebstelefons und der kantonalen oder regionalen Krebsligen hören Ihnen und Ihren Angehörigen zu (siehe S. 50 f.).

In welchem Krankheitsstadium ist der Lungenkrebs?

Die Ergebnisse der Untersuchungen zeigen:

- Wie gross ist der Tumor?
- Ist der Tumor ins umliegende Gewebe eingewachsen?
- Hat sich der Tumor in die Lymphknoten ausgebreitet?
- Haben sich bereits Metastasen gebildet?

Die Untersuchungsergebnisse der oben aufgelisteten Fragen beschreiben, in welchem Stadium sich der

Lungenkrebs befindet. Die Ärztinnen und Ärzte teilen den Lungenkrebs in die sogenannte TNM-Klassifikation ein.

TNM-Klassifikation

Die TNM-Klassifikation beschreibt die Ausbreitung des Tumors in der Lunge, in den Lymphknoten und in anderen Organen. Die Buchstaben T, N, M stehen für:

- T steht für Tumor
- N steht für Lymphknoten
- M steht für Metastasen

Die folgende Auflistung ist vereinfacht.

T	steht für Tumor. 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	Der Tumor ist maximal 3 cm gross. Der Hauptbronchus ist nicht betroffen.
T2	Der Tumor ist grösser als 3 cm, aber maximal 5 cm gross. Oder der Tumor befällt den Hauptbronchus. Oder der Tumor befällt das Lungenfell. Oder Teile der Lunge fallen zusammen (Kollaps).
T3	Der Tumor ist grösser als 5 cm, aber maximal 7 cm gross. Oder er ist in die Brustwand, in die Zwerchfellnerven oder in den Herzbeutel eingewachsen. Oder es hat einen oder mehrere zusätzliche Tumore im selben Lungenlappen wie der Ausgangstumor.
T4	Der Tumor ist grösser als 7 cm. Oder der Tumor ist eingewachsen in das Zwerchfell, den mittleren Brustraum, das Herz, die grossen Blutgefässe, die Luft- oder Speiseröhre, den Kehlkopfnerv, die Wirbelkörper oder den Knorpel an der Verzweigung der Luftröhre. Oder es hat einen zusätzlichen Tumor in einem anderen Lungenlappen derselben Seite.

N	steht für Lymphknoten
N0	bedeutet, dass keine Lymphknoten befallen sind.
N1	Metastasen sind in den Lymphknoten des gleichen Lungenflügels.
N2	Metastasen sind in den Lymphknoten des gleichen Lungenflügels. Der Ort der Metastasen ist zu N1 unterschiedlich.
N3	Metastasen sind in den Lymphknoten des anderen Lungenflügels oder in weiter entfernten Lymphknoten.

M	steht für Metastasen
M0	Keine Metastasen.
M1	Metastasen sind vorhanden. Zusätzlich wird zwischen Metastasen in der Lunge der anderen Seite, im Rippenfell, im Herzbeutel, mit einem eventuellen Lungen- oder Herzbeutelerguss sowie Metastasen in anderen Organen unterschieden.

Wie ist die Heilungschance?

Die Heilungschance oder die Prognose bei Lungenkrebs hängt von den Merkmalen der Erkrankung und von der betroffenen Person ab. Daher ist die Heilungschance individuell. Je früher Lungenkrebs erkannt wird, desto besser ist die Heilungschance.

Menschen mit Lungenkrebs fragen sich oft, ob ihre Krebserkrankung früher hätte erkannt werden können. Aber Lungenkrebs macht in frühen Stadien kaum Beschwerden und Symptome. Deshalb arbeiten Forscherinnen und Forscher an

neuen Methoden zur Früherkennung von Lungenkrebs.

Kleinzelliger Lungenkrebs wächst schneller und bildet eher Metastasen als nicht-kleinzelliger Lungenkrebs. Deshalb haben Betroffene mit kleinzelligem Lungenkrebs schlechtere Heilungschancen als Betroffene mit anderen Formen.

Krebs ist heilbar, wenn er durch die Behandlung vollständig entfernt oder zerstört werden kann. Hat sich der Krebs auf beide Lungenflügel oder andere Organe ausgebreitet, ist es meistens nicht mehr möglich, ihn zu heilen. In diesem Fall erhalten die Betroffenen

Behandlungen, welche den Tumor und die Metastasen kleiner machen oder die Krankheit stoppen. Zudem lindern die Behandlungen die Beschwerden und verbessern die Lebensqualität.

Haben Sie Fragen rund um das Thema Heilungschance?

Für solche Fragen und alles rund um das Thema Krebs sind Beratern der kantonalen und regionalen Krebsligen sowie das Krebstelefon da (siehe S. 50 f.).

Wie wird die Behandlung geplant?

Ärztinnen und Ärzte verschiedener Fachrichtungen treffen sich, um die Ergebnisse der Untersuchungen zu besprechen. Diese Sitzung heisst Tumorboard. Ihr Arzt empfiehlt Ihnen dann die für Sie am besten geeignete Behandlung.

Wovon hängt die Wahl der Behandlung ab?

Welche Behandlung infrage kommt, ist abhängig:

- vom Zelltyp (kleinzellig, nicht-kleinzellig),
- vom Krankheitsstadium,
- von den genetischen Merkmalen der Erkrankung,
- wie funktionsfähig die Lunge ist,
- wie gesund Sie sind, welche zusätzlichen Erkrankungen Sie haben und was Sie unter Lebensqualität verstehen.

Haben Sie Fragen zur Behandlungswahl?

Sie können jederzeit Fragen zur Wahl der Behandlung stellen. Lassen Sie sich das Vorgehen und mögliche Folgen einer Behandlung erklären. Sie haben das Recht, eine Behandlung abzulehnen oder Bedenkzeit zu verlangen.

Fragen Sie bei Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt oder dem Pflegepersonal nach:

- Wie viel Erfahrung hat das Behandlungsteam mit meiner Krebserkrankung? Die Erfahrung kann den Krankheitsverlauf und die Lebensqualität beeinflussen.
- Wurde meine Situation an einem Tumorboard besprochen?
- Welche Behandlung ist für mich am besten? Welche Vor- und Nachteile hat diese Behandlung?
- Welche Nebenwirkungen kann ich bekommen? Was kann ich dagegen tun?
- Bin ich nach den Behandlungen geheilt?
- Beahlt die Krankenkasse die Kosten für die Behandlungen?

Möchten Sie eine Zweitmeinung?

Sie können jederzeit eine ärztliche Zweitmeinung einholen. Ihr Behandlungsteam kennt diese Möglichkeit und leitet Ihre Unterlagen an den entsprechenden Arzt weiter. Sie können Ihre Untersuchungsergebnisse anfordern.

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 könnten bestehende Zahnprobleme verstärken. Wenn die Behandlung Ihre Zähne schädigt, können Sie abklären, ob die Krankenkasse die Kosten übernimmt. Für diese Abklärung brauchen Sie den Zahnstatus.

Zudem sollten Sie eine Behandlung gegen Krebs mit gesunden Zähnen und gesundem Zahnfleisch beginnen.

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 selber. 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 selber 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.

Wichtig für Sie zum Wissen!

Haben Sie Zweifel, ob die Krankenkasse die Kosten bezahlt? Erkundigen Sie sich vorher bei Ihrem Arzt oder bei Ihrer Krankenkasse. Die kantonalen oder regionalen Krebsligen beraten Sie zu Fragen rund um das Thema Sozialversicherungen (siehe S. 50 f.). In einem gemeinsamen Gespräch können Sie Versicherungs- und Finanzierungsfragen klären.

Wie wird Lungenkrebs behandelt?

Das Wichtigste in Kürze

Die wichtigsten Behandlungen bei Lungenkrebs sind: Operation, Strahlentherapie und medikamentöse Therapieformen.

Meist werden mehrere Behandlungen miteinander kombiniert: gleichzeitig oder nacheinander.

Bei einer Operation wird der Tumor entfernt. Bei der Strahlentherapie werden Strahlen auf den Tumor gerichtet und zerstören dort die Krebszellen. Medikamente bekämpfen die Krebszellen im ganzen Körper. Dazu gehören: Chemotherapien, Immuntherapien und zielgerichtete Therapien.

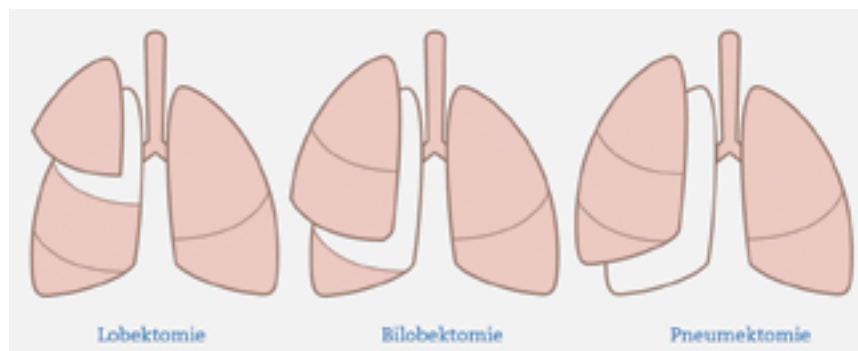
Operation

Bei der Operation wird der Tumor entfernt. Dafür bleiben Sie mehrere Tage im Spital. Nach der Operation müssen Sie gut atmen können. Deshalb darf nur so viel Lungengewebe entfernt werden, dass Ihre Atemfunktion ausreichend erhalten bleibt.

Entweder wird ein Teil eines Lungenlappens entfernt (Segmentektomie) oder ein ganzer Lungenlappen (Lobektomie). Die Lobektomie ist die häufigste Operationsart. Seltener werden zwei Lungenlappen (Bilobektomie) oder ein ganzer Lungenflügel (Pneumektomie) entfernt.

Während der Operation entfernen Chirurginnen und Chirurgen die Lymphknoten. Gewebespezialistinnen oder Gewebespezialisten untersuchen die entfernten Lymphknoten auf Krebszellen. Ob die Lymphknoten von Krebszellen befallen sind oder nicht, ist für die Planung der weiteren Behandlungen wichtig.

Operationsmethoden bei Lungenkrebs



Welche Beschwerden kann ich bekommen?

Nach der Operation fehlt ein Teil der Lunge. Das bedeutet, dass Ihre Lunge weniger leistungsfähig ist. Vielleicht fällt Ihnen das Atmen

schwer. Atemübungen helfen Ihnen, dass die Lunge wieder leistungsfähiger wird. Sie erlernen die ersten Übungen bereits im Spital. Diese Übungen können Sie zu Hause fortführen.

Reha nach der Operation – erkundigen Sie sich vor der Operation!

Nach der Operation gehen viele Betroffene in eine stationäre Reha. In der Reha lernen Sie gezielte Übungen, damit sich Ihr Körper nach der Operation erholen kann. Fragen Sie bereits vor der Operation bei Ihrem Behandlungsteam nach, ob Sie in die Reha gehen können. Klären Sie bei Ihrer Krankenkasse ab, ob sie die Kosten dafür bezahlt.

Wann kommt eine Operation infrage?

Operiert wird vorwiegend der nicht-kleinzellige Lungenkrebs. Sind keine Lymphknoten befallen und haben sich keine Metastasen gebildet, ist die Operation die wirkungsvollste Therapie. Ihre Heilungschance ist am höchsten.

Beim kleinzelligen Lungenkrebs ist eine Operation oft nicht mehr möglich. Der Grund dafür ist, dass sich der Tumor bei der Diagnose bereits über einen Lungenflügel ausgebreitet und / oder Metastasen gebildet hat.

Lesen Sie mehr zu «Operationen bei Krebs» in der Krebsliga-Broschüre (siehe S. 47).

Chemotherapie

Eine Chemotherapie ist eine Art von Medikamenten gegen Krebs. Sie zerstört Krebszellen im ganzen Körper. Die Chemotherapie wird im Sprachgebrauch auch abgekürzt als «Chemo» bezeichnet.

Wie läuft eine Chemo ab?

Für die Chemo gehen Sie ins Spital oder in eine Arztpraxis. Normalerweise können Sie am selben Tag wieder nach Hause gehen. Sie erhalten die Chemo als Infusion in die Vene verabreicht. Manchmal ist es auch möglich, dass Sie die Chemo zu Hause als Tabletten einnehmen können.

Sie erhalten die Chemo alle ein bis drei Wochen. Danach haben Sie eine Pause. Die Ärztinnen und Ärzte nennen das einen Zyklus. Die Pause dazwischen ist notwendig, damit Sie sich von der Chemo erholen können. Die gesamte Chemo besteht meistens aus mehreren solchen Zyklen.

Wann wird die Chemo eingesetzt?

- vor der Operation, um den Tumor zu verkleinern,
- nach der Operation, um verbliebene Krebszellen zu zerstören,
- als palliative Massnahme, um Beschwerden wie Schmerzen oder Atemnot zu lindern. Palliative Massnahmen werden durchgeführt, wenn eine Heilung unwahrscheinlich ist.

Eine Chemo vor oder nach der Operation dauert drei bis vier Monate. Ist eine Operation nicht möglich, kann eine Chemo auf unbestimmte Zeit durchgeführt werden. In diesem Fall hängt die Dauer der Chemo von ihrer Wirksamkeit und davon ab, wie Sie diese vertragen.

Welche Beschwerden kann ich bekommen?

Neben der Wirkung auf die Krebszellen, schädigt die Chemo auch gesunde Zellen. Dies ist die Hauptursache für die Beschwerden und Nebenwirkungen. Wichtig für Sie zu wissen ist, dass es Medikamente

gibt, die diese Beschwerden verhindern oder lindern können.

Folgende Beschwerden sind am häufigsten:

- Betroffene bekommen häufiger Infektionen, Blutungen oder Blutarmut (Anämien),
- Betroffene sind müde und erschöpft (Fatigue), das Denken ist verlangsamt,
- Betroffenen wird schlecht, müssen erbrechen und haben Durchfall oder leiden unter Verstopfungen,
- Betroffene haben trockene Haut und Schleimhäute, die Nägel sind verändert, Sie haben Haar ausfall,
- manches Essen schmeckt schlechter oder anders, Betroffene haben weniger Appetit,
- Betroffene spüren ein Kribbeln in den Fingern oder Zehen.

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

Wichtig für Sie zu wissen!

Nebenwirkungen können mit Medikamenten oder anderen Behandlungen wie Physiotherapie verhindert oder gelindert werden. Ihr Behandlungsteam kann Ihnen helfen, was Sie gegen einzelne Beschwerden tun können. Fragen Sie auch, bei welchen Beschwerden Sie sich sofort melden sollen.

In der Krebsliga-Broschüre «Medikamentöse Tumortherapien» erfahren Sie mehr über die Chemo.

Was sind zielgerichtete Therapien?

Neben der Chemo werden zielgerichtete Therapien zur Behandlung von Lungenkrebs eingesetzt. Diese nehmen Sie als Tabletten ein. Zielgerichtete Therapien hemmen und blockieren das Wachstum von Krebszellen, wenn diese Krebszellen gewisse Merkmale aufweisen.

Das bedeutet, dass der Tumor und eventuell vorhandene Metastasen vorübergehend nicht mehr weiter wachsen können.

Wann kommt eine zielgerichtete Therapie infrage?

Damit diese Therapieform wirkt, muss das «Ziel» in den Krebszellen vorhanden sein. Das «Ziel» ist ein genetisches Merkmal in den Krebszellen. Eine solche Therapie kommt bei etwa 25 Prozent aller Lungenkrebsfälle infrage.

Wann wird die zielgerichtete Therapie eingesetzt?

Sie wird bei fortgeschrittenem, nicht-kleinzelligem Lungenkrebs eingesetzt. Die zielgerichtete Therapie kommt bei Lungenkrebs nach einer Operation oder als palliative Dauertherapie zum Einsatz.

Das bedeutet, dass Betroffene diese Therapie in verschiedenen Stadien von Lungenkrebs erhalten können. Sie kann im Frühstadium der Erkrankung die Heilung unterstützen und im fortgeschrittenen Stadium den Lungenkrebs unter Kontrolle halten.

Ob eine zielgerichtete Therapie infrage kommt, hängt davon ab, ob bestimmte Merkmale in den Krebszellen vorkommen. Dazu müssen Gewebespezialisten das Erbgut des Tumors untersuchen.

Welche Beschwerden kann ich bekommen?

Im Vergleich zu einer Chemo sind zielgerichtete Therapien besser verträglich. Die häufigsten Nebenwirkungen sind:

- Betroffene bekommen einen Hautausschlag,
- Betroffene bekommen Durchfall, nehmen ungewollt Gewicht ab,
- Betroffene sind müde,
- Betroffene leiden unter einer Abwehrschwäche (Neutropenie) oder Blutarmut (Anämie).

Was ist eine Immun-Checkpoint-Therapie?

Diese Therapie hilft dem Körper, seine Immunreaktion zu aktivieren, damit die körpereigenen Abwehrzellen die Krebszellen zerstören können.

Wie läuft eine Immun-Checkpoint-Therapie ab?

Dafür gehen Sie in eine Arztpraxis oder ins Spital und erhalten die Therapie als Infusion in eine Vene verabreicht. In der Regel können Sie am gleichen Tag wieder nach Hause gehen.

Wann wird eine Immun-Checkpoint-Therapie eingesetzt?

Sie kommt bei fortgeschrittenem nicht-kleinzelligem Lungenkrebs infrage. Manchmal wird sie mit einer Chemo kombiniert oder nach einer Radiochemotherapie eingesetzt.

Welche Beschwerden kann ich bekommen?

Diese Therapie regt das Immunsystem an. Dadurch kann es zu einer sogenannten Autoimmunreaktion

kommen. Das bedeutet, dass sich Ihr Immunsystem auch gegen gesunde Zellen im Körper richtet.

In diesem Fall kann es zu Entzündungen im Darm, in der Leber, in der Haut, an den Nerven oder in anderen Organen kommen. Selten treten Müdigkeit, Übelkeit oder Appetitverminderung auf.

Wichtig für Sie zu wissen!

Ihre Onkologin oder Ihr Onkologe und Ihre Pflegefachperson informieren und beraten Sie über Nebenwirkungen. Fragen Sie nach, bei welchen Beschwerden Sie sich sofort melden sollen.

Möchten Sie mehr erfahren zu den medikamentösen Tumortherapien? Dann lesen Sie die Krebsliga-Broschüre «Medikamentöse Tumortherapien». Das Krebstelefon ist für alle Themen rund um Krebs da. Beratung in Ihrer Nähe bieten die kantonalen und regionalen Krebsligen (siehe S. 50 f.).

Strahlentherapie

Bei einer Strahlentherapie werden Strahlen von aussen durch die Haut gezielt auf die Krebszellen gerichtet. Die Strahlen zerstören die Krebszellen. Eine Strahlentherapie kann gegen Lungenkrebs in der Lunge gerichtet sein, oder gegen Metastasen an anderen Orten im Körper.

Wie läuft eine Strahlentherapie ab?

Dazu gehen Sie für vier bis sechs Wochen lang von Montag bis Freitag ins Spital. Die Strahlentherapie selbst dauert wenige Minuten und ist nicht schmerzhaft. Danach können Sie wieder nach Hause gehen.

In manchen Fällen müssen Sie ein oder mehrere Male zur Bestrahlung kommen. Fachpersonen sprechen dann von einer stereotaktischen Bestrahlung. Dabei erhalten Sie eine höhere Strahlendosis als bei einer «normalen» Strahlentherapie.

Vor der ersten Bestrahlung wird ein CT-Bild der Lunge oder der von Metastasen befallenen Körperregion gemacht. Damit kann die op-

timale Liegeposition für die Bestrahlung bestimmt werden. Das sogenannte Bestrahlungsfeld wird mit Farbe auf der Haut markiert. So kann der Tumor genau bestrahlt werden, und das umliegende Gewebe bleibt von der Strahlung verschont.

Bei Metastasen im Gehirn wird für Betroffene individuell eine Maske angefertigt, um den Kopf immer in der gleichen Position zu halten. Anschliessend wird ein MRT gemacht, um die Bestrahlung genau planen zu können.

Wann wird eine Strahlentherapie eingesetzt?

Eine Strahlentherapie wird bei Lungenkrebs eingesetzt:

- als Therapie vor oder nach der Operation,
- anstelle einer Operation,
- in Kombination mit einer Chemotherapie (Radiochemotherapie),
- bei Metastasen.

Welche Beschwerden kann ich bekommen?

Neben der erwünschten Wirkung auf die Krebszellen, können Strahlen auch gesunde Zellen im Körper schädigen. Das kann zu Beschwerden führen. Im Gegensatz zu den Krebszellen erholen sich gesunde Zellen grösstenteils wieder.

Diese Beschwerden können kurzfristig auftreten:

- Sie bekommen Schluckbeschwerden, wenn die Speiseröhre mit bestrahlt wird.
- Ihr Lungengewebe entzündet sich.
- Sie sind müde.
- Die bestrahlte Haut ist trocken oder gerötet.
- Sie sind anfälliger für Erkältungen oder Infektionen.

Die meisten Beschwerden verschwinden einige Wochen nach Abschluss der Behandlung vollständig. Manchmal können Beschwerden über Wochen oder Monate anhalten:

- Die bestrahlte Haut ist verfärbt.
- Das Fettgewebe unter der Haut ist verhärtet.
- Das Lungengewebe ist entzündet oder vernarbt (Fibrosen).

Wichtig für Sie zu wissen!

Besprechen Sie Beschwerden mit Ihrer Radioonkologin oder Ihrem Radioonkologen. Fragen Sie bei Ihrem Behandlungsteam nach, was Sie gegen Beschwerden tun können. Mehr über Strahlentherapie erfahren Sie in der Krebsliga-Broschüre «Die Strahlentherapie».

Teilnahme an einer klinischen Studie

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

Möchten Sie an einer klinischen Studie teilnehmen?

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

Komplementärmedizinische Behandlung

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 Lungenkrebs selbst sind sie in der Regel wirkungslos.

Wichtig für Sie!

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.

Mehr Informationen erhalten Sie in der Krebsliga-Broschüre «Komplementärmedizin bei Krebs» und bei den kantonalen und regiona-

len Krebsligen. Diese unterstützen Sie beim Vermitteln von Fachpersonen, beispielsweise für komplementäre Therapien (siehe S. 50 f.).

Palliative Care

Damit ist die umfassende Betreuung von Betroffenen gemeint, die an einer unheilbaren Krebserkrankung leiden. Die Palliative Care berücksichtigt medizinische, soziale, psychologische und spirituelle Bedürfnisse und erfasst den Menschen in seinem ganzen Wesen.

Palliative Massnahmen sind nicht nur für die letzte Lebensphase vorbehalten, fragen Sie deswegen frühzeitig bei Ihrem Behandlungsteam nach palliativen Massnahmen.

Die Beratenden der regionalen und kantonalen Krebsligen sowie das Krebstelefon unterstützen Sie bei der Planung einer palliativen Betreuung (siehe S. 50 f.).

Patientenverfügung

In einer Patientenverfügung halten Sie Ihren Willen und Ihre Wünsche über medizinische Entscheidungen fest. Die Patientenverfügung ist Ausdruck Ihres vorgängig festgelegten Willens, falls Sie sich einmal nicht mehr äussern können. Es ist ratsam, möglichst früh eine Patientenverfügung auszufüllen.

Die Beratenden der kantonalen und regionalen Krebsligen unterstützen Sie beim Ausfüllen einer Patientenverfügung (siehe S. 50 f.).



Was tun bei Nebenwirkungen?

Das Wichtigste in Kürze

Ob und in welchem Ausmass Nebenwirkungen auftreten, ist individuell verschieden. Viele Nebenwirkungen lassen sich lindern.

Informieren Sie Ihr Behandlungsteam frühzeitig über Ihre Beschwerden.

Neben der Wirkung gegen den Krebs, können Sie nach einer Operation, während und nach der medikamentösen Tumortherapie sowie während und nach der Strahlentherapie Nebenwirkungen haben. Ob, in welcher Form und wie stark Nebenwirkungen auftreten, ist von Person zu Person unterschiedlich.

Ihr Behandlungsteam informiert Sie über mögliche Nebenwirkungen. Sie erhalten vor der Therapie Medikamente gegen diese Nebenwirkungen. Diese Medikamente helfen Ihnen, damit Sie keine oder weniger Nebenwirkungen bekommen. Nehmen Sie diese nach Verordnung ein.

Wichtig: Informieren Sie Ihr Behandlungsteam.

- Informieren Sie Ihr Behandlungsteam, wenn Sie Beschwerden haben.
- Fragen Sie nach, bei welchen Beschwerden Sie sich sofort melden müssen.
- Sie müssen Nebenwirkungen nicht ertragen, die meisten können behandelt werden.
- Informieren Sie Ihr Behandlungsteam über selbst gewählte Medikamente.

Was tun bei Atemnot?

Verschiedene Massnahmen helfen Ihnen, die Atemnot zu lindern:

- Lasertherapie und Kälteanwendung (Kryotherapie) erweitern enge Stellen in der Lunge, was das Atmen erleichtert.
- Kleine Röhrchen aus Metallgeflecht (Stents) erweitern enge Stellen in der Lunge und schaffen mehr Raum für Atemluft.
- Ableitung (Drainage) entfernt Flüssigkeit zwischen Lunge und Brustwand.
- Bronchienerweiternde Medikamente entspannen die Muskeln in der Lunge und öffnen die Atemwege.
- Stoppen Sie wenn möglich mit dem Rauchen, denn Rauchen verschlechtert die Funktion der Lunge. Professionelle Beratende geben Auskunft und unterstützen Sie beim Rauchstopp (siehe S. 45).
- Sauerstofftherapie erhöht den Sauerstoffgehalt in der Lunge und im Blut. Betroffene tragen eine Sauerstoffmaske oder Schläuche, die unter den Nasenlöchern enden (Nasenbrille).

Eine Sauerstofftherapie können Sie nach einer Schulung zu Hause durchführen. Die Lungenliga stellt Geräte für zu Hause zur Verfügung. Sie können auch Geräte für die Inhalation von Medikamenten bei der Lungenliga ausleihen (siehe S. 46).

Angst vor Atemnot: Was tun?

Neben den körperlichen Beschwerden macht Atemnot Angst. Verschiedene Massnahmen helfen, mit dieser Angst umzugehen:

- Physiotherapie, Atemübungen und Entspannungsübungen helfen, dass Sie die Atmung besser kontrollieren können.
- Sie erhalten Beruhigungsmittel (Sedativa), damit die Angst weniger wird.
- Opiate sind eine Medikamentengruppe, die auf das Atemzentrum im Gehirn wirken. Sie helfen, Atemnot zu lindern oder zu verhindern.
- Fachpersonen der Psychoonkologie und Psychologie unterstützen Sie beim Umgang mit der Angst.

Haben Sie Atemnot-Anfälle?

Informieren Sie Ihr Behandlungsteam darüber. Gemeinsam können Sie Massnahmen planen und festlegen, wie Sie bei einem Atemnot-Anfall vorgehen können.

Was tun bei einer Mangelernährung?

Lassen Sie sich von der Ernährungsberatung unterstützen. Achten Sie auf eine ausgewogene, vielfältige und nährstoffreiche Ernährung. Mehr zu diesem Thema lesen Sie in der Krebsliga-Broschüre «Ernährung bei Krebs».

Was tun bei Schmerzen?

Nehmen Sie Ihre Schmerzen ernst. Sie müssen die Schmerzen nicht aushalten. Denn Schmerzen sind kräfteraubend und sehr belastend.

Medikamente sind dabei nur eine von vielen Möglichkeiten, Schmerzen zu behandeln. Andere Möglichkeiten sind:

- Komplementärmedizin (zum Beispiel Akupunktur, TCM, Naturheilkunde),
- Physiotherapie,
- Körperliche Aktivität (Sport und Bewegung),
- Entspannungsübungen (zum Beispiel Meditation, autogenes Training),
- Strahlentherapie,
- Psychotherapie.

Wenn Sie Ihre Schmerzen frühzeitig behandeln lassen, können sie meistens gelindert werden. Besprechen Sie Schmerzen deshalb immer mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.

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

Um Schmerzen zu lindern, gibt es verschiedene Möglichkeiten:



Wie geht es weiter nach den Behandlungen?

Nachdem die Behandlungen beendet sind, kann es unterstützend sein, wenn Sie sich an eine Beraterin oder einen Berater der Krebsliga oder an eine andere Fachperson wenden.

Sprechen Sie mit Ihrem Behandlungsteam über Massnahmen, die Ihnen nach Abschluss der Behandlungen guttun könnten. Gemeinsam finden Sie heraus, was sinnvoll ist, und welche zusätzliche Massnahme von der Krankenkasse bezahlt wird.

Nachsorge-Untersuchungen

Nach Abschluss der Behandlungen finden regelmässige Nachsorge-Untersuchungen statt. Bei diesen Untersuchungen geht es darum:

- ein Wiederauftreten des Tumors (Rezidiv) möglichst früh zu entdecken,
- die Folgen der Therapien, wie Müdigkeit, Schmerzen und Atembeschwerden, zu behandeln.

Leiden Sie unter Ängsten? Haben Sie Schwierigkeiten im beruflichen Alltag, in Ihrer Familie oder in Ihrer Partnerschaft? Auch dazu ist eine Nachsorge-Untersuchung da.

Onkologische Rehabilitation

Die onkologische Rehabilitation, kurz Reha, unterstützt Sie in allen Phasen der Erkrankung. In der Reha erhalten Sie alle Behandlungen, die Ihnen helfen, wieder gesund zu werden. Beispielsweise sind das:

- körperliche Beschwerden lindern,
- Erlernen von Atemübungen,
- Unterstützung bei der Bewältigung der Erkrankung,
- psychische Unterstützung,
- Unterstützung bei der Rückkehr in den Alltag.

Stationäre oder ambulante Reha?

Für eine stationäre Reha sind Sie für mehrere Wochen in einem Reha-Spital. Bei einer ambulanten

Reha haben Sie über zwölf Wochen einzelne Termine in einem Spital oder in einer Arztpraxis. Sie können eine Reha vor, während oder nach den Behandlungen machen.

Fragen Sie bei Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, ob und wann Sie eine Reha machen möchten.

Wer bezahlt die Reha?

Meistens bezahlt die Grundversicherung der Krankenkasse die Reha. Eine ambulante Reha muss Ihr Arzt verordnen, dann bezahlt die Krankenkasse die Reha. Für die stationäre Reha muss der Arzt zuerst bei der Krankenkasse eine Kostengutsprache einholen. Wenn die Krankenkasse zustimmt, bezahlt sie die Kosten für die stationäre Reha.

Wer hilft mir, wenn ich im Alltag Unterstützung brauche?

Brauchen Sie Pflege oder Unterstützung zu Hause? Dann können Sie sich von der Ärztin oder dem Arzt Spitex-Dienste verschreiben lassen. Bei der Spitex arbeiten ausgebildete Pflegekräfte, die Sie bei folgenden Tätigkeiten unterstützen:

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

Manche Spitex-Unternehmen haben sich auf die Betreuung von Menschen mit Krebs spezialisiert. Sie erkennen das daran, dass die Unternehmen die Begriffe Onko, Onkologie und Palliativ benutzen. Diese Dienste heissen zum Beispiel Onko-Spitex oder auch Palliativ-Spitex.

Wer bezahlt die Spitex?

Die Grundversicherung der Krankenkasse bezahlt die Spitex, wenn Sie beispielsweise Hilfe bei der Körperpflege (Grundpflege) oder Hilfe bei der Wundversorgung (Behandlungspflege) benötigen.

Sie können weitere Hilfe bei der Spitex anfragen, beispielsweise Hilfe beim Einkaufen, im Haushalt oder Begleitung zu Arztbesuchen. Diese Leistungen übernimmt die Grundversicherung nicht. Dazu benötigen Sie eine Zusatzversicherung. Fragen Sie bei Ihrer Krankenkasse nach, ob und welche Leistungen übernommen werden.

Arbeiten mit und nach Krebs

Planen Sie die Rückkehr an Ihren Arbeitsplatz sorgfältig zusammen mit den Personalverantwortlichen des Arbeitgebers. In der Anfangsphase können Sie beispielsweise angepasste Aufgaben haben oder Sie reduzieren die Arbeitszeiten.

Bei Fragen helfen Ihnen die Beraterinnen der regionalen oder kantonalen Krebsligen oder das Krebstelefon weiter. Lesen Sie mehr zu Arbeiten mit und nach Krebs in der Krebsliga-Broschüre.



Ich möchte 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 eine Fachperson, zum Beispiel für eine Ernährungsberatung, für komplementäre Therapien oder für psychoonkologische Beratung und Therapie.

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 oder über die Skype-Adresse [krebstelefon.ch](https://www.krebstelefon.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.

Die Rauchstopplinie 0848 000 181

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

Kurse

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

Andere Betroffene

Sie können Ihre Anliegen in einem Forum diskutieren, beispielsweise unter www.krebsforum.ch, einem Angebot der Krebsliga.

Ihre Erfahrungen können Sie 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, Gesprächsgruppen oder Kursangebote für Krebsbetroffene und Angehörige.

Auf www.selbsthilfeschweiz.ch können Sie nach Selbsthilfegruppen in Ihrer Nähe suchen.

Ihre kantonale Lungenliga

Sie leiht Geräte für Inhalations- und Sauerstofftherapien aus und berät zu Atemproblemen, Rehabilitation und Kursen. Adressen unter www.lungenliga.ch.

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 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)

- **Operationen bei Krebs**
- **Medikamentöse Tumortherapien**
Chemotherapien und weitere Medikamente
- **Krebsmedikamente zu Hause einnehmen**
- **Immuntherapie mit Checkpoint-Inhibitoren**
- **Die Strahlentherapie**
Radiotherapie
- **Komplementärmedizin bei Krebs**

- **Schmerzen bei Krebs und ihre Behandlung**
- **Schmerztagebuch**
So nehme ich meine Schmerzen wahr
- **Fatigue bei Krebs**
Rundum müde
- **Ernährung bei Krebs**
- **Weibliche Sexualität bei Krebs**
- **Männliche Sexualität bei Krebs**
- **Wenn auch die Seele leidet**
Krebs trifft den ganzen Menschen
- **Onkologische Rehabilitation**
- **Körperliche Aktivität bei Krebs**
Stärken Sie das Vertrauen in Ihren Körper
- **Ich begleite eine an Krebs erkrankte Person**
- **Selbstbestimmt bis zuletzt**
Wegleitung zum Erstellen einer Patientenverfügung
- **Patientenverfügung der Krebsliga**
Mein verbindlicher Wille im Hinblick auf Krankheit, Sterben und Tod
- **In Zeiten des Trauerns**
Wenn ein geliebter Mensch an Krebs stirbt

- **Arbeiten mit und nach Krebs**
Ein Ratgeber für Arbeitnehmer und Arbeitgeber

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@krebssliga.ch
- www.krebssliga.ch/broschueren

Ihre Meinung interessiert uns

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



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

Informationen im Internet

Angebot der Krebsliga

www.krebsforum.ch

Austauschplattform 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.

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.cipa-igab.ch

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

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 Websites durch das Universitätsklinikum Freiburg i.Br.

www.leben-mit-lungenkrebs.ch

Eine Patientenorganisation für Lungenkrebsbetroffene schweizweit.

www.lungenliga.ch

Ein Angebot der Lungenliga Schweiz mit Links zu allen kantonalen Lungenligen.

www.palliative.ch

Schweizerische Gesellschaft für Palliative Medizin, Pflege und Begleitung.

www.patientenkompetenz.ch

Eine Stiftung zur Förderung der Selbstbestimmung im Krankheitsfall.

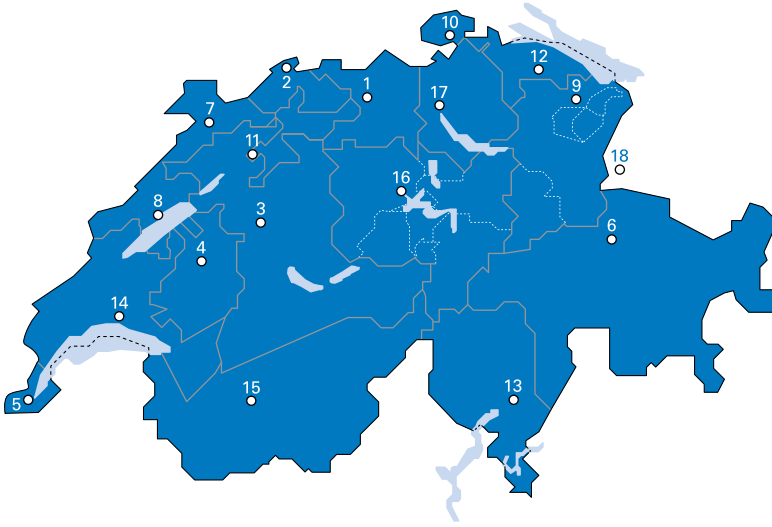
www.psychoonkologie.ch

Schweizerische Gesellschaft für Psychoonkologie.

www.selbsthilfeschweiz.ch

Adressen von Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige in Ihrer Nähe.

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@krebssligenbern.ch
www.krebssligenbern.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@krebssligen-gr.ch
www.krebssligen-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@krebssligen-ostschweiz.ch
www.krebssligen-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

Avenue d'Ouchy 16
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

Im Malarsch 4
FL-9494 Schaan
Tel. 00423 233 18 45
admin@krebshilfe.li
www.krebshilfe.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

Krebsforum

www.krebsforum.ch,
das Internetforum
der Krebsliga

Cancerline

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

Skype

krebstelefon.ch
Mo–Fr 10–18 Uhr

Rauchstopplinie

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.