4/2021
Oktober bis **Dezember**
D/A: 4,50 €
CH: 6,60 SFr.
LU: 5,40 €

Mamma MIA!

Das Eierstockkrebsmagazin

www.mammamia-online.de

MEDIZIN
Nur noch erschöpft:
Wege aus der Fatigue

IN TEAM
Wir feiern 15 Jahre
Mamma Mia!

MEDIZIN
Cannabis in der Behandlung
von Tumorschmerzen

Unsere **Zeitschriften**

Jahresabo (4 Ausgaben): **18 €***

Das Eierstockkrebsmagazin

Mamma Mia! Das Eierstockkrebsmagazin erscheint vierteljährlich und informiert zu den medizinischen und psychologischen Aspekten der Eierstockkrebstherapie. Außerdem finden Sie Artikel rund um die Themen Bewegung, Ernährung und Wohlbefinden.

Das Brustkrebsmagazin

Mamma Mia! Das Brustkrebsmagazin erscheint vierteljährlich.
Jahresabo (4 Ausgaben): **20 €***

*zzgl. 4,80 € Versandkosten
(Ausland zzgl. 12 € Versandkosten)

Abo Hotline: +49 (0)89 / 85853572

Mamma Mia! – ***auch online für Sie da***

Mamma Mia! – auch online für Sie da

Sie möchten immer auf dem Laufenden sein und wissen, was die Community bewegt? Dann folgen Sie uns auf Facebook, Instagram und Twitter:

- facebook.de/eierstockkrebsmagazin.mammamia
- instagram.com/mamma_mia_brustkrebsmagazin
- twitter.com/mammamiamagazin

Und natürlich können Sie uns auch auf

- www.mammamia-online.de besuchen. Hier finden Sie ausgewählte Beiträge aus den Magazinen, neueste Erkenntnisse von den wichtigsten Kongressen sowie unsere kostenlosen Ratgeber zum Download.

Liebe Leserin, lieber Leser,

15 Jahre Mamma Mia! Wow! Wer hätte das gedacht? Ich erinnere mich an die Anfänge unserer Mamma Mia!, als wäre es gestern gewesen. Wie immer, wenn jemand mit einer neuen Idee um die Ecke kommt, gibt es viele Kritiker und Skeptiker. „Wer soll denn das lesen?“ oder „Das ist ja so bunt, ist das überhaupt seriös?“ – diese und viele andere Fragen prasselten auf uns ein. Wir, das waren anfangs vier Frauen, die von der Idee, ein Magazin für Brustkrebspatientinnen und -patienten zu machen, überzeugt waren. Und so nahm die Geschichte ihren Lauf. Erste Texte wurden geschrieben, in ein buntes Layout gepackt, Sponsoren gesucht und schon bald wurde die erste Ausgabe gedruckt. Das Gefühl, dieses schöne Magazin in den Händen zu halten, war unbeschreiblich.

Es folgten weitere Hefte und erste Veranstaltungen, bei denen wir unser Magazin präsentierten. Mit einer rosa Samttischdecke und einigen Kisten Hefte fuhren wir durch das Land. Das Feedback – sowohl bei Betroffenen als auch bei Ärzten – war, das kann ich in aller Bescheidenheit sagen, durchweg positiv. Spätestens als wir 2008 mit dem Brustkrebskommunikationspreis der Deutschen Krebsgesellschaft ausgezeichnet wurden, wussten wir, dass uns niemand mehr aufhalten kann. Es folgten weitere Veranstaltungen und Kongresse – bis hin zum eigenen Mamma Mia! Kongress –, etliche Sonderhefte und unsere Social-Media-Präsenz auf verschiedenen Kanälen.

„Warum gibt es bei Euch nur Infos zu Brust- und nicht zu Eierstockkrebs?“, fragten uns völlig zurecht mehr und mehr Frauen, die auf der Suche nach gut verständlichen Informationen zu ihrer Krankheit waren. Anfangs überlegten wir, ein Magazin für beide Krebsarten zu machen, verwarfen den Gedanken aber wieder. Die Themen sind zu unterschiedlich, es gibt nur wenige Berührungspunkte, die wir in unserem Sonderheft zum familiären Brust- und Eierstock herausarbeiten. Wir entschieden also 2015, ein neues Magazin zu entwickeln, das sich ausschließlich dem Thema Eierstockkrebs widmet. Wir haben in alten Bildarchiven gewühlt und unsere Reise für Sie zusammengestellt, siehe ▸ *Seite 10*. Ganz ehrlich? Ein bisschen stolz bin ich schon …

Dass wir im Laufe der Zeit auch politisch immer mehr Gehör fanden, liegt wohl daran, dass wir uns immer treu blieben, uns für die Interessen von Patienten einsetzten und dabei nie die Frage im Vordergrund stand, ob es förderlich für unser Projekt war oder nicht. Wir handelten stets aus Überzeugung, woran sich bis heute nichts geändert hat.

Was mich persönlich angeht, so habe ich das Gefühl, allein in den letzten drei Jahren, seit meine Brustkrebs-Metastasierung festgestellt wurde, um 15 Jahre gealtert zu sein. So langsam habe ich mich aber mit meinem neuen „Look“ angefreundet und es endlich geschafft, neue Bilder von mir machen zu lassen. Sie sehen auf dem Bild also tatsächlich mich, mein „neues Ich“ nach Chemo- und vielen anderen Therapien. Hätten Sie mich wiedererkannt?

Nun wünsche ich Ihnen eine spannende Lektüre. Insbesondere den Beitrag über „Fatigue“ möchte ich Ihnen ans Herz legen – ein Thema, das so viele von uns betrifft und trotzdem relativ wenig Beachtung findet.

Herzliche Grüße,

E. Schumacher-Wulf

Ihre Eva Schumacher-Wulf

Gendergerechte Sprache

Der besseren Lesbarkeit halber verwenden wir im Magazin bei den Berufsbezeichnungen in der Regel den generischen Plural. Selbstverständlich sind aber immer alle Menschen gemeint. Wir hoffen auf Ihr Verständnis!

16

28

Inhalt

Oktober bis Dezember 2021

IN TEAM

10 15 Jahre Mamma Mia!
Ein Rückblick auf uns!

MEDIZIN

14 ASCO 2021
Neues aus der Krebsforschung im Überblick.

16 Nur noch erschöpft
Bleierne Müdigkeit, geistige und körperliche Erschöpfung, verminderte Leistungsfähigkeit: Viele Krebspatienten leiden unter der sogenannten Fatigue.

22 Cannabis in der Tumorschmerztherapie
Die hohen Erwartungen werden nicht erfüllt.

ERNÄHRUNG

28 Es gibt was zu feiern!
Tipps und Rezepte für Ihre – und unsere – Party.

RUBRIKEN

03 Editorial
05 Leserbriefe
06 Expertendialog Prof. Dr. Nikolaus de Gregorio
08 Eierstockkrebs Deutschland e. V.
24 News
32 Medien
34 Veranstaltungstipps
35 Impressum

AUF EINEN BLICK
Die Experten in dieser Ausgabe

Prof. Dr. Nikolaus de Gregorio 06
Frauenklinik, Städtisches Krankenhaus Kiel

Prof. Dr. Barabara Schmalfeldt 14
Klinik und Poliklinik für Gynäkologie, Universitätsklinikum Hamburg Eppendorf

PD Dr. Jens Ulrich Rüffer 16
Deutsche Fatigue Gesellschaft e.V., Köln

PD Dr. Jens Keßler 22
Klinik für Anästhesiologie, Universität Heidelberg