



Mamma

MIA!

1/2022

Januar bis März

D/A: 4,50 €

CH: 6,60 SFr.

LU: 5,40 €

Das Eierstockkrebsmagazin

www.mammamia-online.de



ERNÄHRUNG

Jetzt ist Zeit
für eine Tasse Tee

MEDIZIN

Klinische Studien:
Alles, was man wissen muss

WOHLFÜHLEN

Beim Ausmalen die Welt um
sich herum vergessen

Mamma Mia! Abo

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.

**FOLGEN
SIE UNS!**





Liebe Leserin, lieber Leser,

es gibt gute Neuigkeiten. In zwei großen Themenkomplexen, die uns schon lange beschäftigen, scheint sich etwas in Richtung „bessere Patientenversorgung“ zu bewegen. Es geht um die Nachsorge und die Testung.

Im Zuge der Aktualisierung der S3-Leitlinie „Neue Therapieempfehlungen beim fortgeschrittenen Ovarialkarzinom“ wurden unter anderem die Nachsorgeempfehlungen, die nicht mehr zeitgemäß waren, aktualisiert. So wird die Nachsorge nun in verschiedenen Krankheitssituationen unterschiedlich gehandhabt, früher gab es eine Empfehlung für alle Frauen nach einer Eierstockkrebsbehandlung. Unterschieden werden künftig drei Gruppen: Patientinnen nach Abschluss der Primär-Therapie, nach Abschluss der Rezidiv-Therapie und die Nachsorge nach dem fünften Jahr. Außerdem wird ein „Therapiemonitoring bei Erhaltungstherapie“ empfohlen. Die Nachsorge soll Patientinnen lebenslang angeboten werden. Weitere Infos zur überarbeiteten S3-Leitlinie finden Sie auf ▶ [Seite 26](#).

Einen klitzekleinen Lichtblick gibt es beim Thema „Testen“. Beim europäischen Krebskongress ESMO wurde eine deutsche Umfrage unter Ärzten präsentiert. Diese Umfrage spiegelt die Versorgungsrealität humangenetischer Beratung und molekularer Testung in Deutschland wider. Wie nicht anders zu erwarten, ist hier viel Luft nach oben. Die BRCA-Testung wurde immerhin bei 80 Prozent aller Frauen mit Eierstockkrebs durchgeführt, was ja auch noch verbessert werden kann. Die HRD-Testung jedoch, die auch therapieentscheidend sein kann, wurde nur bei der Hälfte aller Patientinnen durchgeführt, zehn Prozent wurden ganz ohne Testung therapiert. Warum spreche ich in Anbetracht dieser Zahlen nun von Hoffnung? Nun, ich denke, es ist immer förderlich, wenn Missstände nicht nur von uns Patientenvertreterinnen, sondern auch von der Fachwelt aufgezeigt und diskutiert werden. Das war nun der Fall, sogar auf europäischer und globaler Ebene. Das lässt mich hoffen, dass sich hierzulande etwas ändert und die Frauen besser

getestet werden. Weitere Neuigkeiten vom ESMO finden Sie auf ▶ [Seite 22](#).

So, genug von Politik gesprochen. Wir befassen uns in dieser Ausgabe auch mit den wirklich belastenden Themen des Alltags, so beispielsweise therapiebedingtem Durchfall. Haben Sie diesen unangenehmen Zeitgenossen schon kennengelernt? Wir haben auf ▶ [Seite 20](#) einige Tipps zusammengestellt, die wichtig sein können. Haben Sie weitere Ideen oder Erfahrungen, die Sie uns und unseren Leserinnen und Lesern mitteilen möchten?

Nun möchte ich mich für dieses Jahr verabschieden, ich wünsche Ihnen ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Start in 2022! Apropos 2022. Haben Sie sich schon notiert, dass am ersten Februarwochenende wieder unser Mamma Mia! Kongress stattfindet? Dann versorgen wir Sie weiter mit wichtigen Infos rund um das Leben mit einer Krebserkrankung.

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!

Inhalt

Januar bis März 2022



30



ERNÄHRUNG

30 Zeit für eine Tasse Tee

Ob schwarz oder grün, ob Kräuter oder Früchte, ob belebend oder beruhigend: Tee ist eine Lebenseinstellung!

WOHLFÜHLEN

32 Beim Ausmalen die Welt vergessen

Vorlage aussuchen, Buntstifte spitzen – und beim Ausmalen kreativ Stress abbauen.

RUBRIKEN

03 Editorial

05 Leserbrief

06 Expertendialog Prof. Dr. Ivo Meinhold-Heerlein

08 Eierstockkrebs Deutschland e. V.

26 News

34 Veranstaltungstipps

35 Impressum

PORTRÄT

10 „Ich versuche, den Oberflächlichkeiten des Alltags nicht zu erliegen“

Beatrix Kornak blickt auf ein Leben mit Krebs zurück.

PSYCHE

12 Patienten ein Stück auf ihrem letzten Weg begleiten?

Die noch recht junge Disziplin der Palliativpsychologie gibt gezielte Hilfestellung am Lebensende.

MEDIZIN

16 Die Basis wissenschaftlichen Fortschritts

Klinische Studien helfen, herauszufinden, ob ein neuer Wirkstoff besser ist als der Standard. Was man sonst noch wissen sollte.

20 Therapiebedingter Durchfall

Führt die Krebsbehandlung zu Durchfall, kann das eine ernstzunehmende Gefahr für die Gesundheit werden.

22 ESMO 2021

Neuigkeiten zur Eierstockkrebstherapie auf patients today.

AUF EINEN BLICK

Die Experten in dieser Ausgabe

Prof. Dr. Ivo Meinhold-Heerlein 06

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Universitätsklinikum Gießen

Dr. Daniel Berthold 12

Institut für Palliativpsychologie, Friedberg

PD Dr. Ulrich Schuler 20

UniversitätsPalliativCentrum
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus, Dresden

Prof. Dr. Barbara Schmalfeldt 22

Klinik und Poliklinik für Gynäkologie
Universitätsklinikum Hamburg Eppendorf