

Das neue umfassende Kurangebot in Bad Zurzach ist erfolgreich gestartet

Eine privilegierte Auszeit für «Cancer Survivors»

Nach einer Krebsbehandlung brauchen Betroffene Unterstützungsangebote auf allen Ebenen: Die körperliche Leistungsfähigkeit muss wieder aufgebaut werden, es braucht neues Selbstvertrauen und ein positives Lebensgefühl. Ein Kuraufenthalt kann helfen, neue Kräfte für den Alltag zu finden.

Jedes Jahr erkranken rund 39000 Menschen in der Schweiz an Krebs. Dank Früherkennung, die allerdings noch massiv zu verbessern ist, und enormer Fortschritte in der Behandlung überleben viele Erkrankte. Bedeutungsvoll ist ihre persönliche Betreuung zur Rückkehr in ein autonomes Leben. Wir berichteten in «clinicum» 2-17 ausführlich über eine neue Kooperation der Krebsliga Schweiz mit RehaClinic und Park-Hotel

Bad Zurzach. Mittlerweile zeichnen sich erste Erfahrungen und Erfolge des speziellen Kur-Angebots ab.

Neue Energie tanken

Die Krebstherapie ist vorbei, die Haare längst wieder nachgewachsen. Doch trotzdem fehlt es den Betroffenen oft an Energie. Sie sind geheilt,

fühlen sich aber doch nicht ganz gesund. Die Nachwirkungen der kräftezehrenden Behandlung sind manchmal noch mehrere Jahre lang zu spüren.

Vieles von dem, was vor der Diagnose selbstverständlich erschien, strengt nun an. Darunter leidet die Leistung am Arbeitsplatz, Familie und Freunde fühlen sich vernachlässigt. Hier kann

RehaClinic richtet sich bei den ärztlichen, therapeutischen und pflegerischen Leistungen stets an den jeweiligen Bedürfnissen des Patienten oder der Patientin aus. Bei diesen speziellen Kuraufenthalten ist es wichtig, die individuellen Wünsche ins Zentrum zu stellen.





Neues Selbstvertrauen und ein positives Lebensgefühl werden durch die schöne Lage, den Komfort und den persönlichen Service des Park-Hotels gefördert.

eine Auszeit helfen. Betroffene können im Park-Hotel im aargauischen Bad Zurzach neue Kräfte für die Herausforderungen des Alltags tanken. In Kooperation mit RehaClinic und dem Park-Hotel in Bad Zurzach stellt die Krebsliga Schweiz ein Kurangebot bereit, das speziell auf die Bedürfnisse von Krebsbetroffenen zugeschnitten ist.

Ein Angebot von zunehmender Bedeutung

Das Besondere daran ist, dass die Kur nicht nur «Cancer Survivors» unmittelbar nach der Therapie angeboten wird, sondern auch Personen, die Jahre später noch an den Nachwirkungen leiden. Die Gruppe der «Cancer Survivors» ist in den vergangenen Jahren dank Fortschritten in der Therapie und der Einführung systematischer Früherkennungsprogramme rasant gewachsen. Mit dem aus den USA stammenden Begriff werden Menschen bezeichnet, bei denen eine Krebserkrankung erfolgreich behandelt werden konnte. Hierzulande sind es gegenwärtig rund 320 000 Personen. Davon sind etwa ein Drittel unter 65-jährig. In den kommenden zehn Jahren wird ihre Zahl schätzungsweise auf eine halbe Million ansteigen.

Zu dieser Gruppe gehört eine Vielzahl ganz unterschiedlicher Menschen. Jede Krebsdiagnose, jeder Behandlungsverlauf und auch die

Nachwirkungen sind genauso individuell wie die Person selbst. Das stellt die Anbieter von Kurangeboten vor grosse Herausforderungen. Zentral für eine gelungene Rehabilitation ist deshalb, dass zuerst eine persönliche Anamnese durchgeführt wird und das Therapie- und Behandlungsangebot auf die individuellen Symptome und das Befinden des «Cancer Survivors» zugeschnitten ist.

Fatigue-Syndrom

Zu den häufigsten Nachwirkungen einer Krebstherapie gehört das sogenannte «Fatigue-Syndrom». Dabei handelt es sich um krebsbedingte Erschöpfungszustände, die auch nach viel Schlaf und Ruhe nicht verschwinden. Oder Betroffene leiden unter chronischen Schmerzen in Händen und Füßen, eine Nebenwirkung von Anti-Hormontherapien die nach Brustkrebs verordnet werden. Konzentrationsprobleme oder andere kognitive Einschränkungen können zudem den Wiedereinstieg in den Beruf erschweren. Es ist allerdings nicht nur der Körper, auch die Psyche benötigt oft Unterstützung. Depressionen, und die Angst vor einer Rückkehr der Krankheit können die Lebensqualität von «Cancer Survivors» jahrelang beeinträchtigen.

Erleichterung kann eine Fokussierung auf die Ebenen Ernährung, Entspannung und Bewegung

bringen. Darauf wird im Kurangebot der Krebsliga Schweiz fokussiert. Mit RehaClinic in Bad Zurzach steht den Betroffenen ein interprofessionelles Team von Experten aus verschiedenen Bereichen zur Verfügung. Anders als in Deutschland oder den USA stecken Kurangebote für «Cancer Survivors» in der Schweiz jedoch noch in den Kinderschuhen. Ob jemand nach seiner Therapie eine Kur antritt oder nicht, hat auch mit dem persönlichen Umfeld zu tun. Wer über keine halbprivate oder private Krankenversicherung verfügt oder einen wenig flexiblen Arbeitgeber hat, tritt nach der Krebstherapie kaum eine Kur an. Zu diesem Ergebnis kommt eine 2015 in der Fachzeitschrift «Swiss Medical Weekly» veröffentlichte Studie.

Dringend nötiger Ausbau von Kurangeboten

Die Krebsliga Schweiz fordert deshalb einen Ausbau der Kurangebote. «Gerade Langzeitüberlebende brauchen eine privilegierte Auszeit», sagt Dr. Kathrin Kramis, Geschäftsführerin der Krebsliga Schweiz. «Es braucht in diesem Bereich mehr Möglichkeiten, auch für Familien. Ärztinnen und Ärzte können deshalb Personen, die Monate oder Jahre nach ihrer Krebstherapie etwa unter Fatigue oder chronischen Schlafstörungen oder unter verminderter Leistungsfähigkeit leiden, einen Kuraufenthalt in Bad Zurzach



verschreiben. Die medizinischen und therapeutischen Kosten werden von den Krankenkassen übernommen. An die Hotelkosten im Park-Hotel Bad Zurzach bezahlen verschiedene Krankenkassen Kostenbeiträge. Auch die Krebsliga Schweiz ist bereit, hier finanzielle Unterstützung zu bieten.»

Der Weg eines «Cancer Survivors» ist lang: Auch Jahre nach der Therapie brauchen Betroffene Unterstützungsangebote auf ganz verschiedenen Ebenen. Zentral ist dabei die eigenen Ressourcen neu kennenzulernen und zu lernen, was in dem Moment gut für einen ist. Das erleichtert auch den Wiedereinstieg in Alltag und Beruf.

Die Anzahl der Patienten wächst weiter

Die Gruppe der sogenannten «Cancer Survivors» wächst rasant. Ihre Bedürfnisse sind vielfältig und sehr unterschiedlich: Die Einen haben den Krebs bewältigt und suchen Anregungen für einen gesunden Lebensstil, die Anderen kämpfen zuweilen jahrelang mit ihrer Krankheit und

leiden unter den Nebenwirkungen oder den Spätfolgen der Behandlungen. Häufige Probleme nach multimodalen Therapien sind: Herz-, Lungen- und Nierenschäden, Darmkomplikationen, Stoffwechselstörungen, Neuropathien, Lymphödeme, Knochen- und Muskelschwund, Schlafstörungen, chronische Müdigkeit und kognitive Einschränkungen, besonders Konzentrationsprobleme. Unsicherheit und die Angst vor einem Krankheitsrückfall können auch über die Jahre hinweg nicht nachlassen.

Ein Kuraufenthalt der besonderen Art

Für die Menschen, die Monate oder Jahre nach dem einschneidenden Ereignis einer Krebsdiagnose beispielsweise unter krebisbedingter Fatigue leiden, in ihrer alltäglichen Funktionalität oder Mobilität eingeschränkt sind oder unter verminderter Leistungsfähigkeit leiden, wurde das neue Angebot eines Kuraufenthalts geschaffen. Damit engagiert sich die Krebsliga Schweiz in Kooperation mit RehaClinic und dem Park-Hotel Bad Zurzach für Cancer Survivors.

Der Kuraufenthalt hat zum Ziel, den Gesundheitszustand der betroffenen Personen unter Einbezug der physischen, psychischen, sozialen und spirituellen Ebenen zu stärken und die Leistungsfähigkeit zu steigern. Cancer Survivors sollen die Gelegenheit erhalten, das Erlebte zu verarbeiten. Sie sollen lernen, mit den Folgesymptomen der Krankheit und deren Behandlungen besser umzugehen. Sie sollen neue Kräfte tanken können, um anschliessend gestärkt und in verbesserter psycho-physischer Stabilität in den Alltag zurückzukehren.

Ärztliche und pflegerische Kompetenz

Eine wichtige Rolle spielt die Kompetenz der Ärzte und Pflegenden von RehaClinic. Damit wird eine erstklassige medizinische Betreuung der Kurgäste sichergestellt. Wir wollten von Margot Meyer, Mitglied der Geschäftsleitung RehaClinic, wissen, wie sich die Kooperation präsentiert.

Welche speziellen medizinischen und pflegerischen Leistungen erbringt

**RehaClinic im Rahmen des Programms
«Cancer Survivors»?**

RehaClinic richtet sich bei der Erbringung von ärztlichen, therapeutischen und pflegerischen Leistungen stets an den jeweiligen Bedürfnissen des Patienten oder der Patientin aus. Gerade bei diesem neuen Angebot, das es bisher noch nicht gab, einem Kuraufenthalt nach einer Krebserkrankung, ist es wichtig, die Patienten besonders in den Vordergrund zu stellen. Denn jede Krebserkrankung und -behandlung verläuft unterschiedlich, jeder Patient erlebt sie auf seine eigene Art. Entsprechend werden bei Eintritt der Kuraufenthalt und das Therapieangebot zusammen mit den Patienten geplant und individuell abgestimmt. Vor Einleitung einer Behandlung werden die Therapiefähigkeit und Einschränkung der funktionalen Gesundheit in einem Assessment abgeklärt.

Eine junge Frau zum Beispiel kommt nach Abschluss einer Brustkrebsbehandlung mit Spätfolgen und Langzeitprobleme wie Fatigue mit hartnäckiger Müdigkeit, Kraftlosigkeit, Erschöpfung und verminderter Leistungsfähigkeit für einen Kuraufenthalt in das Park-Hotel und zu

RehaClinic. Bei ihrem Eintritt wird geklärt, welche Massnahmen für sie geeignet sind. Das können sein: Erholung und Entspannung, Muskelaufbautraining, Muskellockerung, psychotherapeutische Massnahmen, ärztliche Konsilien, Massnahmen zur Bekämpfung von Schmerzen oder Taubheitsgefühlen, Ernährungsumstellung usw.

Der Kuraufenthalt soll die Betroffenen darin unterstützen, sich individuell neu zu orientieren und wieder autonom oder autonomer zu werden. In jedem Fall profitieren die Patienten. Denn Rehabilitation betrachtet den Menschen immer als komplexes Ganzes. RehaClinic im Besonderen verfolgt einen interdisziplinären und interprofessionellen Ansatz. Sie bietet den Patienten ein breites Leistungsspektrum. Dazu arbeiten die verschiedenen Fachbereiche und Berufsgruppen Hand in Hand, um dem Patienten die bestmögliche Behandlung anzubieten. Die Lage und der Komfort des Hotels ebenso die Gastlichkeit, mit der die Kurgäste aufgenommen werden, tragen ebenfalls wesentlich zum Wohlbefinden der Patienten bei.

**Wie erfolgt die Koordination und
Abstimmung mit der Krebsliga?**

Es gibt regelmässige Kontakte und Treffen zwischen den zuständigen Personen von der Krebsliga und RehaClinic. An diesen Treffen wird festgehalten, was besonders gut gelaufen ist. Danach beraten die zuständigen Personen darüber, wie sie das Angebot weiter verbessern können oder ob sie eine besonders gelungene Entwicklung zusätzlich ausbauen können. Ziel der Beratungen ist es, das Angebot für die Patienten weiter zu entwickeln und zu verbessern.

RehaClinic hofft, dieses Programm in Zukunft gemeinsam mit den beiden Kooperationspartnern auszubauen. Sie hofft aber ebenfalls, dass sich Patienten langfristig auch ohne das besondere Engagement der Krebsliga für «Kuren nach Krebserkrankungen» interessieren. Denn der Kuraufenthalt fördert die Nachhaltigkeit einer Krebsbehandlung, nutzt den Patienten und hat damit auch einen gesellschaftlichen Nutzen.

Text: Beatrice Bösiger, Krebsliga Schweiz, und Dr. Hans Balmer



Wir bringen Leben in Ihre Vorsorge

Als Spezialist für die Vorsorgebedürfnisse des schweizerischen Gesundheitswesens bietet die SHP für jedes in diesem Bereich tätige Unternehmen, von Einzelunternehmen bis zu Institutionen mit einigen hundert Versicherten, intelligente und preisgünstige Vorsorgekonzepte.

Sie möchten Ihre berufliche Vorsorge optimieren?

Dann kontaktieren Sie unsere Experten für ein kostenloses und unverbindliches Beratungsgespräch.