

# Onkologie-Führer in Leichter Sprache



# Inhalt

■ Was hilft bei Krebs? .....	3
■ Was ist Krebs? .....	8
■ Wie stellt der Arzt den Krebs fest? .....	16
■ Was für Behandlungen gibt es? .....	22
■ Was sind Nebenwirkungen? .....	28
■ Was können Sie selbst tun? .....	34
■ Wer hat dieses Heft gemacht? .....	40
■ Impressum .....	44

# Was hilft bei Krebs?

Ihr Arzt hat gesagt:

Sie haben Krebs.

Der Arzt möchte Ihnen helfen.

Heilung ist möglich.

Sie möchten gern wissen:

- Was ist Krebs?
- Wie stellt der Arzt den Krebs fest?
- Was für Behandlungen gibt es?
- Was sind Nebenwirkungen?
- Was können Sie selbst tun?

Das erklären wir Ihnen in diesem Heft.

Wir haben den Text in Leichter Sprache geschrieben.

Leichte Sprache hilft vielen Menschen.

Zum Beispiel:

- Menschen mit geistiger Behinderung oder Lern-Behinderung
- Menschen, die nicht gut lesen und schreiben können
- Menschen, die nicht gut Deutsch können
- Alten Menschen

Wenn Menschen viel verstehen, wissen sie mehr.

Dann können sie besser selbst entscheiden.

Und selbst bestimmen.

Und sie verstehen, was mit ihnen passiert.

Das schafft Vertrauen.

### **An dem Onkologie-Führer haben mitgearbeitet:**

- Schüler von der Staatlichen Berufsbildenden Schule für Gesundheit und Soziales in Jena
- Mitarbeiter der Werkstatt für behinderte Menschen der Saale Betreuungswerk der Lebenshilfe Jena gGmbH
- Thüringer Krebs-Gesellschaft
- Universitäts-klinikum Jena

Wir wünschen Ihnen, dass Sie schnell gesund werden.

Und dass Sie gesund bleiben.

Wir: Das sind die Ärzte, Schwestern und Pfleger.

Und alle anderen Mitarbeiter vom Kranken-Haus.

**Ihr Universitätsklinikum Jena**

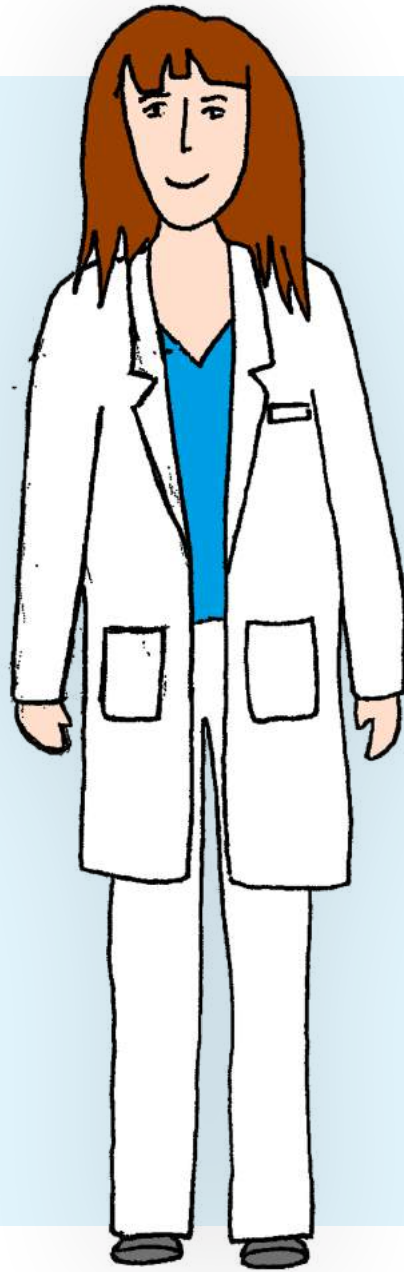
# Onkologie:

So nennen wir ein Fach in der Medizin.

In diesem Fach beschäftigen sich die Ärzte mit Krebs.

Krebs ist eine gefährliche Krankheit.

Ärzte können Krebs behandeln.



# Was ist Krebs?

Krebs ist eine Krankheit.

Bei dieser Krankheit sind bestimmte Zellen im Körper krank.

Jeder Körper besteht aus vielen kleinen Bau-teilen.

Diese Bau-teile heißen Zellen.

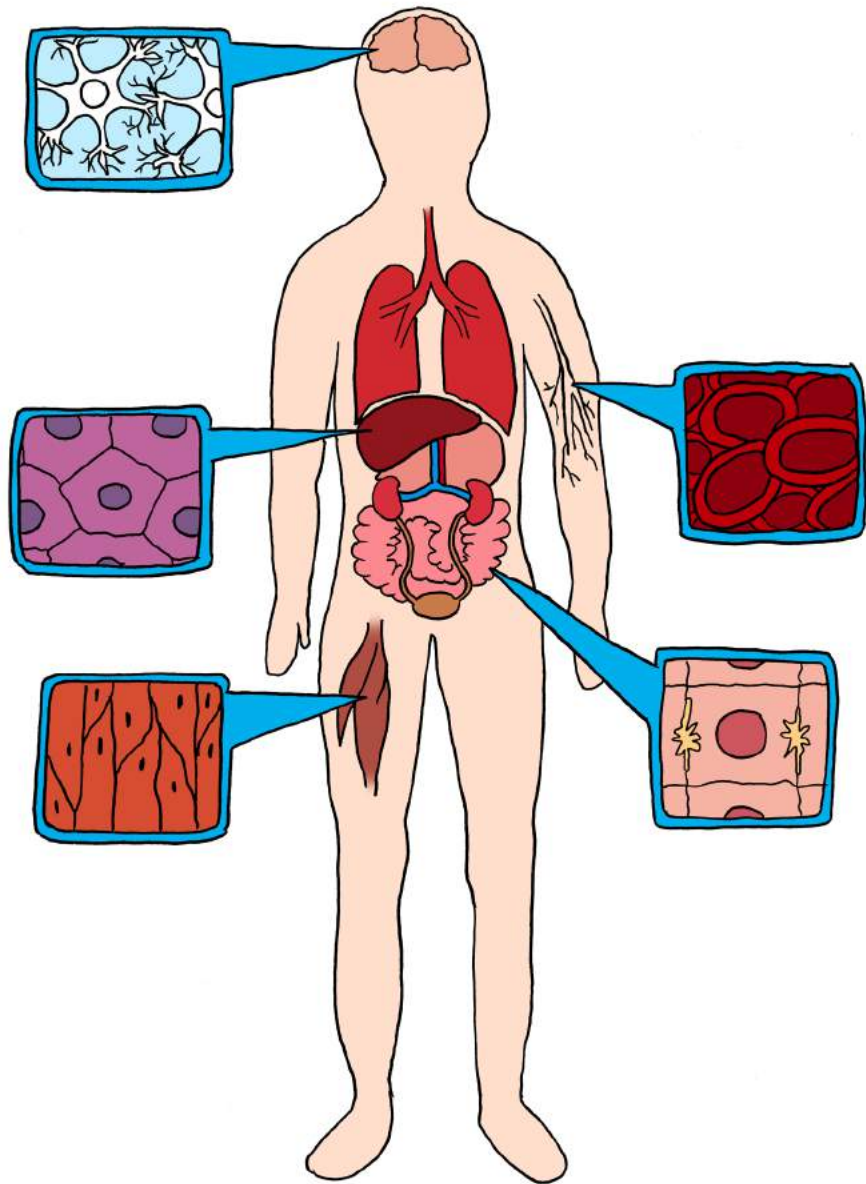
Die Zellen können gesund sein.

Dann ist auch der Körper gesund.

Die Zellen können auch krank sein.

Dann ist auch der Körper krank.





## Gesunde Zellen

Gesunde Zellen leben **nicht** ewig.

Gesunde Zellen werden auch krank.

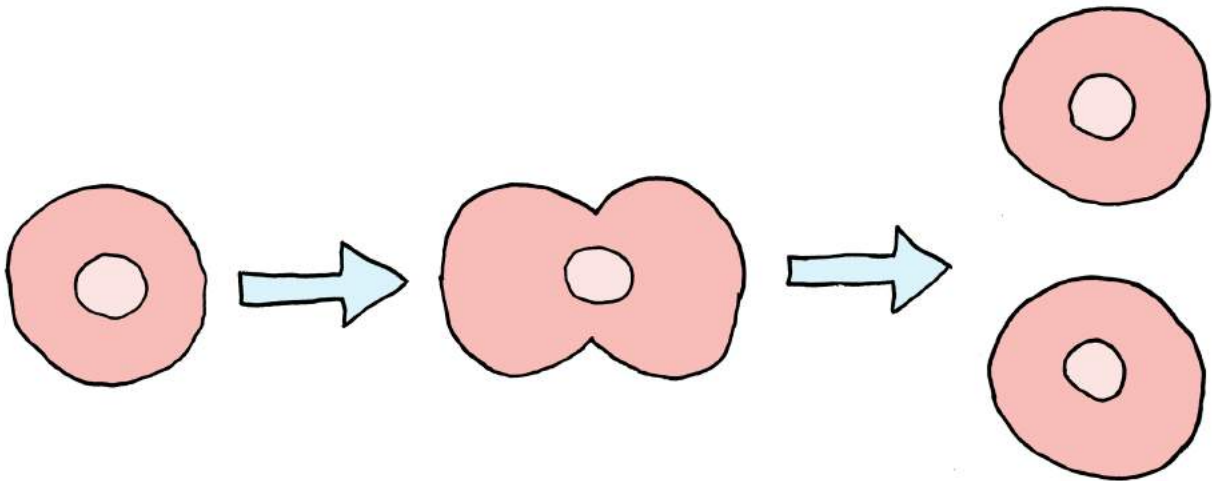
Dann reparieren sich die Zellen.

Oder sterben.

Deshalb braucht der Körper immer wieder neue Zellen.

Zellen wachsen.

Zellen teilen sich auch.



# Krebszellen

Krebszellen sind kranke Zellen.

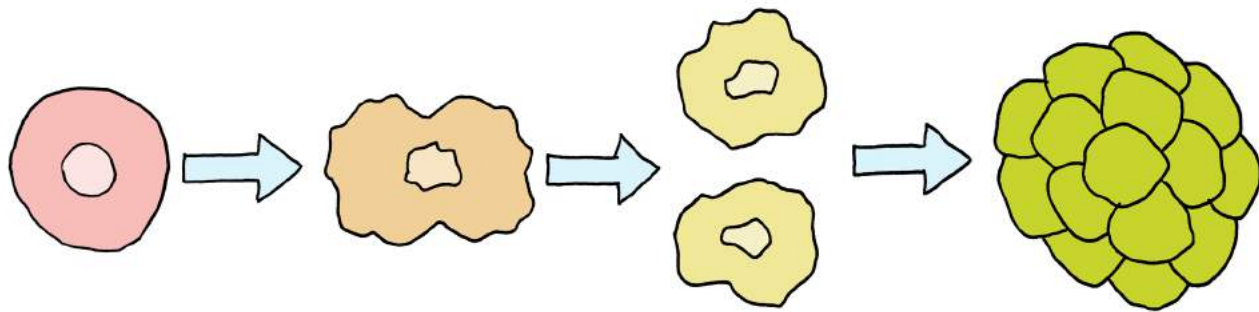
Krebszellen

- machen gesunde Zellen kaputt.
- reparieren sich **nicht**.
- teilen sich sehr schnell.
- vermehren sich.

Krebszellen sammeln sich.

Der Arzt sagt dazu **Knoten**.

Oder **Tumor**.



# Tumore

Es gibt gutartige Tumore.

Und bösartige Tumore.

Bösartige Tumore

- schicken kranke Zellen an andere Orte im Körper.
- machen den Körper kaputt.
- sind gefährlich.
- können bekämpft werden.

Die bösartigen Tumore heißen **Krebs**.

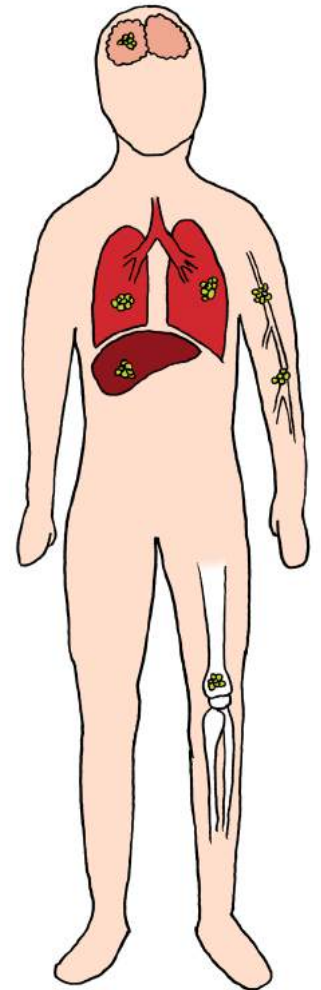
# Metastasen

Manche Krebszellen wandern an andere Orte im Körper.

Dort sammeln sich die Krebszellen.

Die Krebszellen machen neue Tumore.

Diese neuen Tumore heißen **Metastasen**.

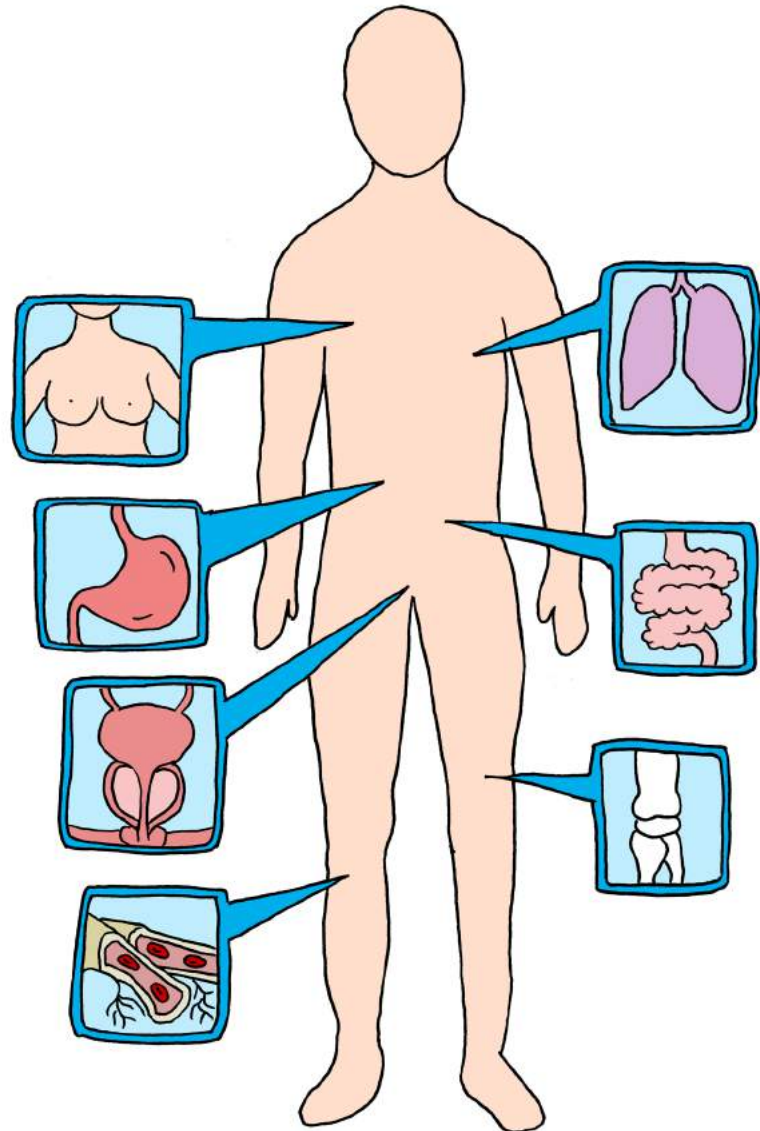


# Wo kann im Körper Krebs wachsen?

Krebs kann an vielen Orten im Körper wachsen.

Zum Beispiel:

- in der Brust
- in der Prostata
- im Darm
- in der Lunge
- im Blut
- in den Knochen
- im Magen
- im Kopf



# Warum kann ich Krebs bekommen?

Manche Menschen bekommen Krebs.

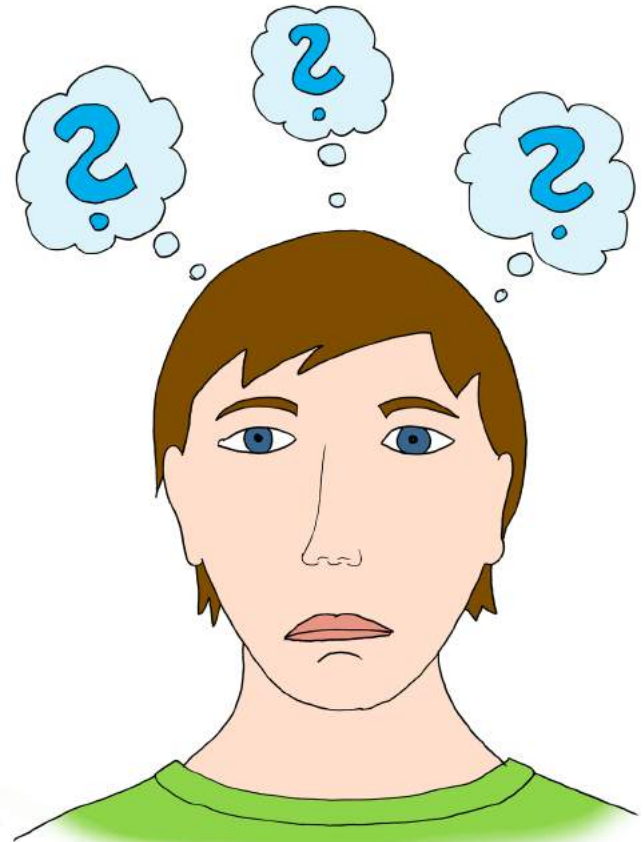
Andere Menschen bekommen **keinen** Krebs.

Warum das so ist, wissen wir noch **nicht** genau.

Aber wir wissen:

Manche Sachen fördern Krebs.

Wir nennen sie **Risiko-faktoren**.



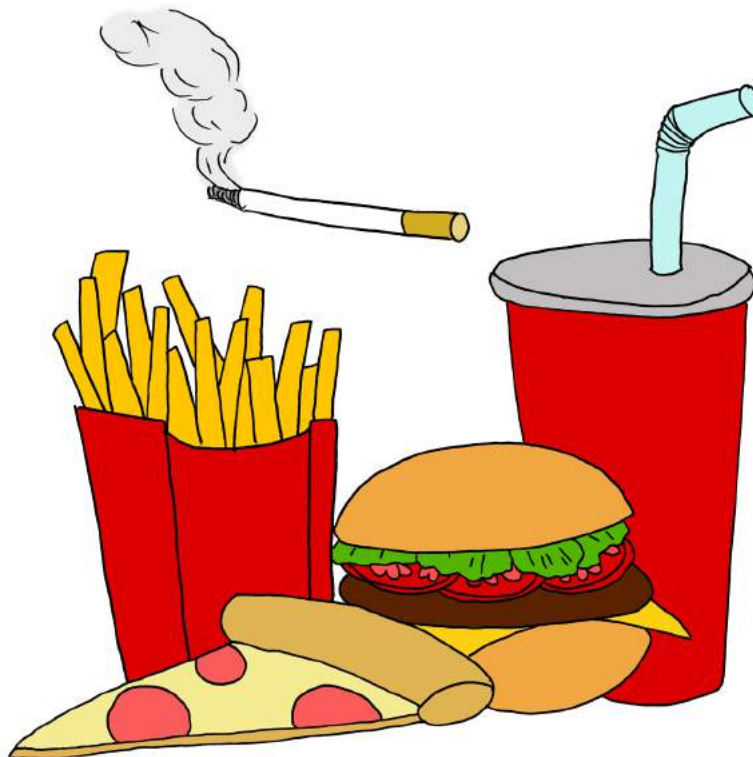
# Risiko-faktoren

Risiko-faktoren können den Körper schneller krank machen.

Dann kann man auch schneller Krebs bekommen.

Risiko-faktoren sind zum Beispiel:

- Rauchen
- ungesundes Essen
- wenn in Ihrer Familie mehrere Menschen Krebs haben.



# Wie stellt der Arzt den Krebs fest?

Manche Menschen merken, dass sie Krebs haben.

Manche Menschen merken das nicht.

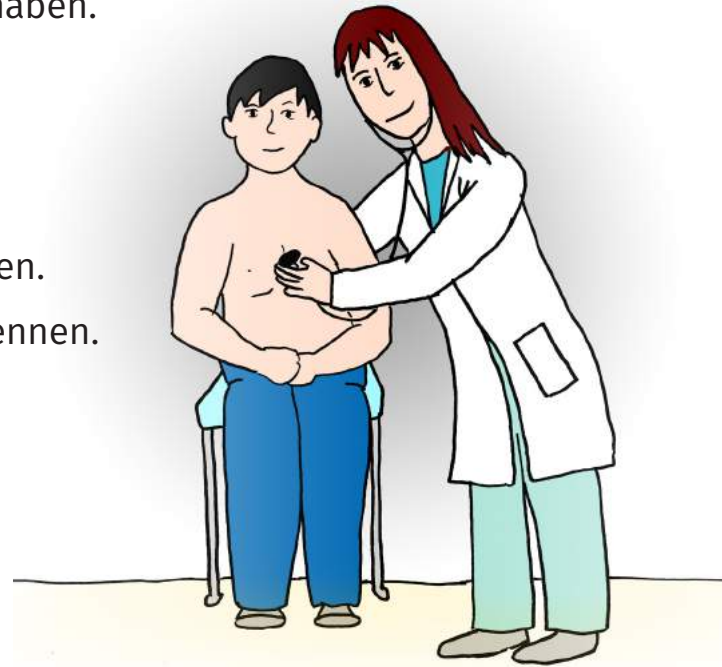
Oder erst spät.

Der Arzt macht verschiedene Untersuchungen.

Diese Untersuchungen helfen, Krebs zu erkennen.

Zum Beispiel:

- Blut-untersuchung
- Bilder vom Körper
- Gewebe-entnahme



Der Arzt nennt diese Untersuchungen **Diagnostik**.

Wir erklären Ihnen jetzt, was bei den Untersuchungen passiert.



# Blut·untersuchung

Der Arzt nimmt Ihnen mit einer Spritze Blut ab.

Das dauert **nicht** lange.

Auf die Stelle kommt danach ein Pflaster.

Das Blut kommt in ein Röhrchen.

Die Untersuchung ist für Sie zu Ende.

Sie gehen nach Hause.

Nun müssen Sie warten.

Der Arzt untersucht das Blut.

Dann gehen Sie wieder zum Arzt.

Der Arzt sagt Ihnen, was er im Blut gefunden hat.

Der Arzt sagt Ihnen, ob Sie gesund sind.



## Bilder vom Körper

Der Arzt macht Bilder von Ihrem Körper.

Die Bilder zeigen die Organe und Gewebe.

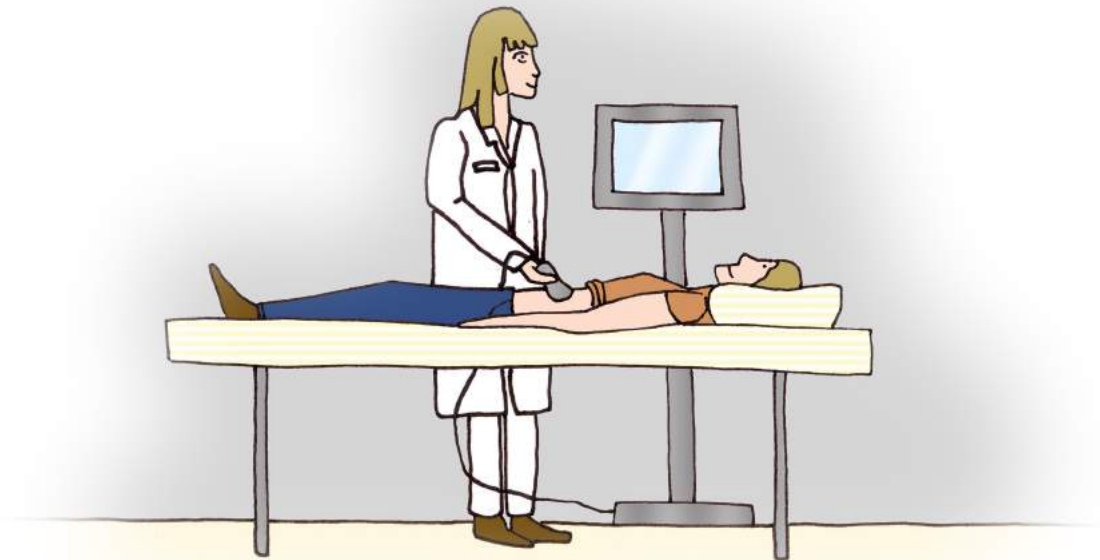
Auf den Bildern sieht der Arzt, ob alles gesund ist.

Oder ob ein Organ krank ist.

Der Arzt sieht auch, ob dort ein Tumor ist.

Oder ob der Tumor größer geworden ist.

Oder ob der Tumor kleiner geworden ist.



Beispiele für diese Untersuchungen sind:

- Röntgen
- Ultra-schall
- Computertomografie (CT)
- Magnetresonanztomografie (MRT)

Diese Untersuchungen heißen radiologische Untersuchungen.

Sie möchten mehr darüber wissen?

Fragen Sie den Arzt nach dem **Radiologie-führer**.

Im Radiologie-führer sind die Untersuchungen erklärt.

Der Radiologie-führer ist auch in Leichter Sprache.



# Gewebe-entnahme

Mit dieser Untersuchung erkennt der Arzt Krebs im Gewebe.

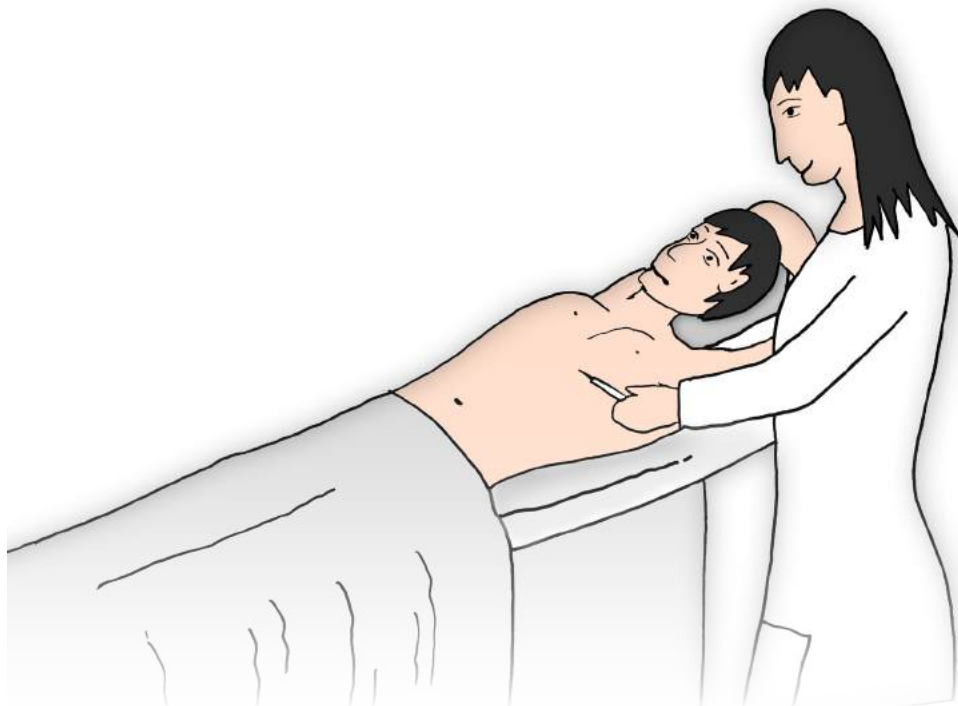
Der Arzt gibt Ihnen zuerst eine Spritze.

Dann tut die Untersuchung weniger weh.

Der Arzt macht einen kleinen Schnitt.

Der Arzt nimmt etwas Gewebe aus dem Tumor.

Der Arzt klebt ein großes Pflaster auf den Schnitt.



Das dauert nicht lange.  
Die Untersuchung ist für Sie zu Ende.  
Sie gehen nach Hause.  
Nun müssen Sie warten.  
Der Arzt untersucht das Gewebe.

Dann gehen Sie wieder zum Arzt.  
Der Arzt sagt Ihnen, was er im Gewebe gefunden hat.  
Der Arzt sagt Ihnen, ob Sie Krebs haben.  
Oder ob Sie gesund sind.

# Was für Behandlungen gibt es?

Der Arzt möchte den Krebs wegmachen.

Dafür wählt er mit Ihnen eine Behandlung aus.

Die Behandlung soll Ihnen helfen.

Der Arzt sagt zur Behandlung auch **Therapie**.

Aber zuerst muss der Arzt wissen, wo Sie Krebs haben.

Der Arzt muss wissen, wie die Krebszellen aussehen.

Dann wählt der Arzt mit Ihnen die richtige Behandlung.

Es gibt verschiedene Behandlungen.

Zum Beispiel:

- Operation
- Strahlen-therapie
- Chemo-therapie

Diese Behandlungen erklären wir Ihnen jetzt.



# Operation

Der Arzt erklärt Ihnen alles ganz genau.

Der Arzt macht das vor der Operation.

Haben Sie etwas **nicht** verstanden?

Dann fragen Sie nach.

Bei einer Operation wird der Tumor aus dem Körper geschnitten.

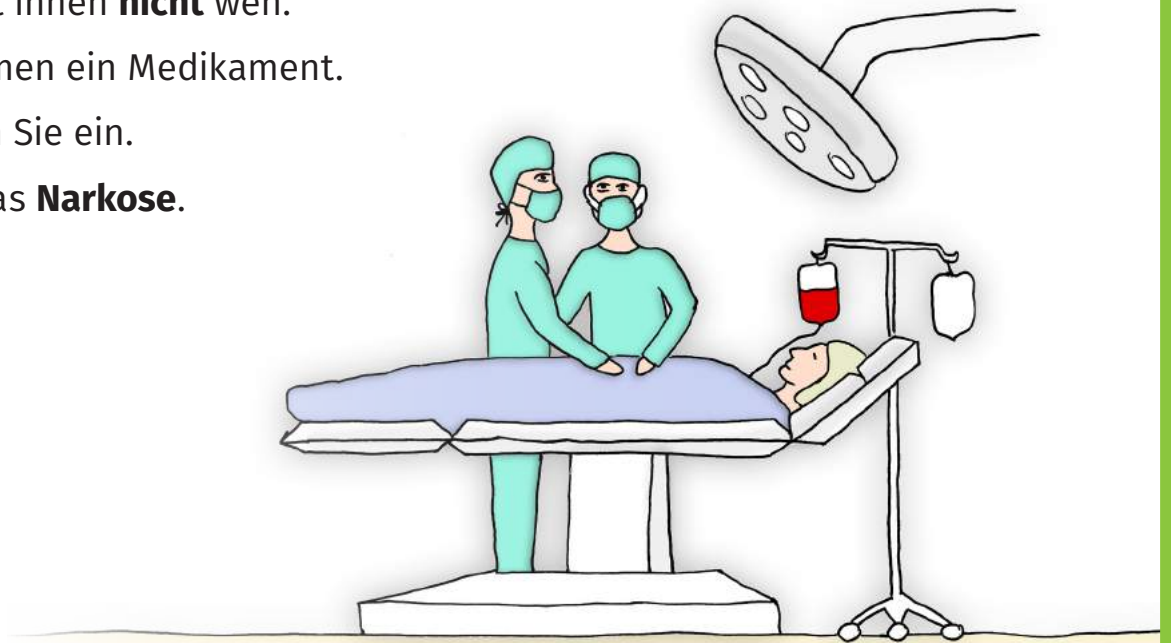
Meistens kann der Tumor ganz entfernt werden.

Die Operation tut Ihnen **nicht** weh.

Denn Sie bekommen ein Medikament.

Dadurch schlafen Sie ein.

Der Arzt nennt das **Narkose**.



## Strahlen·therapie

Der Arzt erklärt Ihnen alles ganz genau.

Der Arzt macht das vor der Strahlen·therapie.

Haben Sie etwas **nicht** verstanden?

Dann fragen Sie nach.

Eine Strahlen·therapie ist eine Behandlung mit unsichtbaren Strahlen.

Die Strahlen kommen aus einem Gerät.

Die Strahlen kommen in den Körper.

Das tut **nicht** weh.



Die Strahlen machen die Krebszellen im Körper kaputt.  
Sie müssen mehrmals zu einer Strahlen-therapie gehen.

Durch die Strahlen-therapie kann der Krebs kleiner werden.  
Oder ganz weggehen.



# Chemo·therapie

Der Arzt erklärt Ihnen alles ganz genau.

Der Arzt macht das vor der Chemo·therapie.

Haben Sie etwas **nicht** verstanden?

Dann fragen Sie nach.

Eine Chemo·therapie ist eine Behandlung mit Medikamenten.

Diese Medikamente machen die Krebszellen im Körper kaputt.

Es gibt mehrere Möglichkeiten, die Medikamente zu bekommen.

Zum Beispiel:

- Infusionen
- Spritzen
- Tabletten

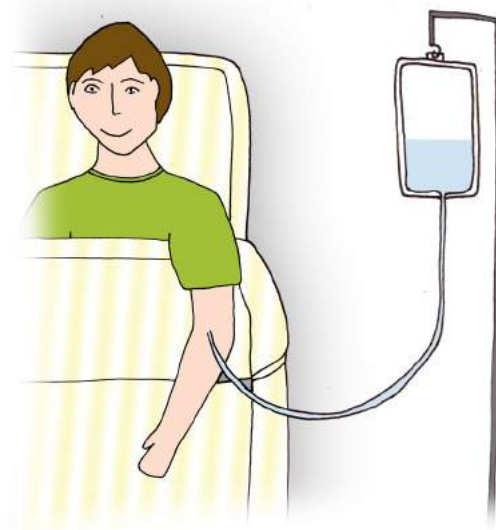


Der Arzt erklärt Ihnen die Möglichkeiten.

Der Arzt wählt mit Ihnen die richtige Möglichkeit aus.

Der Arzt entscheidet, wie lange die Behandlung dauert.

Viele Menschen bekommen ihre Medikamente über eine Infusion.  
Bei einer Infusion bekommen Sie eine kleine Nadel in den Arm.  
Das tut ein bisschen weh.  
An der Nadel hängt ein Schlauch.  
Am Ende vom Schlauch hängt ein Beutel.  
In dem Beutel befinden sich Ihre Medikamente.  
Sie bekommen mehrere Infusionen.



Durch die Chemo·therapie kann der Krebs kleiner werden.  
Oder ganz weggehen.

Es gibt noch mehr Behandlungen mit Medikamenten.  
Zum Beispiel die Anti·körper·therapie.  
Oder die Hormon·therapie.  
Das erklärt Ihnen der Arzt.

# Was sind Nebenwirkungen?

Behandlungen haben eine Wirkung.

Sie machen den Körper gesund.

Manchmal geht es Ihnen davon schlecht.

Das sind **Nebenwirkungen**.

Die Nebenwirkungen erklärt Ihnen der Arzt.

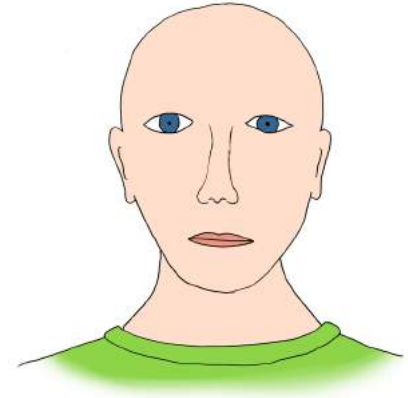
Es gibt viele Nebenwirkungen.

Nebenwirkungen können sein:

- Haar-ausfall
- Müdigkeit
- Kraft-losigkeit
- Übelkeit
- Gewichts-verlust
- Appetit-losigkeit
- Verstopfung
- Durchfall
- erhöhte Infekt-neigung
- Haut-entzündung
- Entzündung der Mund-schleim-haut

## Haar·ausfall

- Die Haare auf dem Kopf können ausfallen.  
Auch die Haare am Körper können ausfallen.  
Die Haare fallen **nicht** auf einmal aus.  
Manche Menschen rasieren sich vorher ihre Haare ab.  
Nach der Behandlung wachsen die Haare wieder.



## Müdigkeit

- Sie sind den ganzen Tag müde.



## Kraft·losigkeit

- Sie fühlen sich schwach.



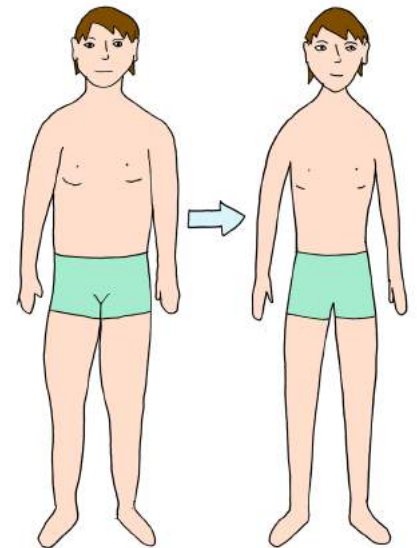
## Übelkeit

- Ihnen ist schlecht.  
Vielleicht müssen Sie brechen.



## Gewichtsverlust

- Sie werden leichter.  
Und dünner.



## Appetitlosigkeit

- Sie haben lange **keinen** Hunger.  
Oder **keinen** Durst.  
Sie müssen sich zum Essen zwingen.



## Verstopfung

- Sie gehen selten auf die Toilette.  
Sie haben Bauch-schmerzen.  
Sie haben **keinen** Stuhl-gang.

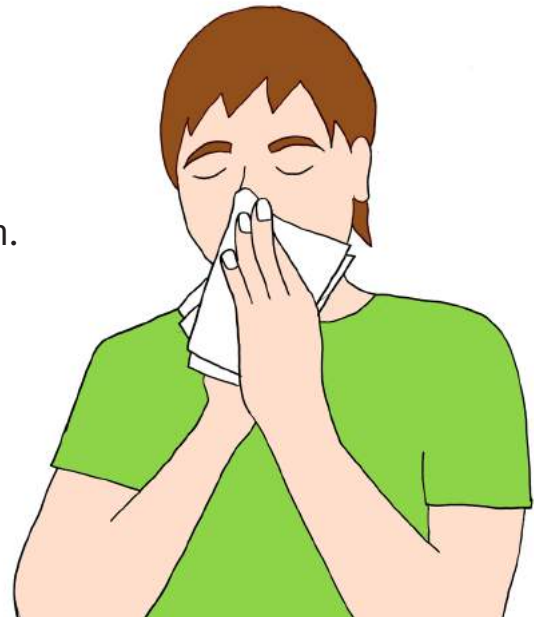


## Durchfall

- Sie gehen ganz oft auf die Toilette.  
Vielleicht haben Sie Bauch-schmerzen.

## erhöhte Infekt-neigung

- Sie stecken sich schneller mit Krankheiten an.



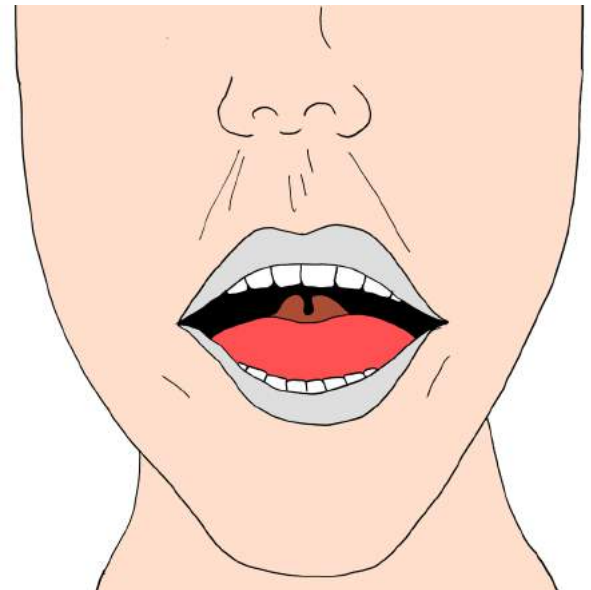
## Haut-entzündung

- Ihre Haut wird rot und brennt.  
Ihre Haut brennt.  
Ihre Haut juckt.  
Ihre Haut tut weh.  
Sie bekommen ganz viele Pickel.



## Entzündung der Mund-schleim-haut

- Sie haben wunde Stellen im Mund.  
Und Ihr Mund ist sehr trocken.  
Und der Geschmack verändert sich.





## Haben Sie Nebenwirkungen?

Dann sagen Sie das Ihrem Arzt.

Der Arzt kann Ihnen helfen.

Der Arzt kann die Nebenwirkungen behandeln.

Zum Beispiel mit Tabletten.

Durch die Tabletten können die Nebenwirkungen weniger werden.

Oder weggehen.

# Was können Sie selbst tun?

Sie können selbst etwas tun.  
Damit es Ihnen besser geht.  
Damit Sie sich besser fühlen.  
Damit Sie weniger Schmerzen haben.  
Damit Sie mehr Kraft haben.  
Damit Sie wieder Mut bekommen.

**Sie können sich selbst stärken.**

Das tut Ihnen gut:

- viel Bewegung
- Ruhe und Entspannung
- gesundes Essen und Trinken
- Hilfe von anderen Menschen



# Bewegung

Bewegung tut Ihnen gut.

Machen Sie das, was Ihnen Spaß macht.

Und wofür Sie Kraft haben.

Zum Beispiel:

- spazieren gehen
- Tisch-tennis spielen
- tanzen
- Fußball spielen



Sie können auch mit anderen zusammen Sport machen.

Dafür gibt es Sport-gruppen.

Fragen Sie Ihren Arzt nach **Bewegungs-therapie**.

## Ruhe und Entspannung

Ruhe und Entspannung tun Ihnen gut.

Zum Beispiel:

- Lieblings-musik hören
- in der Natur spazieren gehen
- singen und tanzen
- malen



Sie können auch mit anderen gemeinsam entspannen.

# Gesundes Essen und Trinken

Gesundes Essen und Trinken tun Ihnen gut.

Essen Sie viel Obst und Gemüse.

Essen Sie, was Ihnen gut schmeckt.

Trinken Sie viel.

Zum Beispiel:

- Wasser
- Tee
- Saft



# Hilfe von anderen Menschen

Suchen Sie sich Hilfe.

Sie können mit anderen Menschen reden.

Zum Beispiel mit:

- Freunden
- Familie
- Betreuern
- Ihrem Arzt
- Psychologen
- Pflegekräften
- Selbsthilfegruppen
- einem zweiten Arzt



Darüber können Sie reden:

- Wie geht es Ihnen?
- Haben Sie Angst?
- Sind Sie wütend?
- Oder haben Sie Sorgen?
- Haben Sie etwas **nicht** verstanden?
- Fühlen Sie sich schlecht beraten?

Reden kann Ihnen helfen.

Dadurch können Sie sich besser fühlen.

Tun Sie, was Ihnen gut tut.

Lassen Sie sich helfen.

Sie sind **nicht** allein.

# Wer hat dieses Heft gemacht?

- Schüler von der staatlichen Berufsschule für Gesundheit und Soziales in Jena
- Beschäftigte der Werkstatt für behinderte Menschen der Saale Betreuungswerk der Lebenshilfe Jena
- Thüringische Krebsgesellschaft
- Universitätsklinikum Jena



## **Wer hat den Text in Leichter Sprache geschrieben?**

Lisa Broda, Vanessa Busch, Christopher Ebert, Michelle Henniger, Madlen Hirt, Daniela Hofmann, Rebeka Hüttenrauch, Luise Koch, Pauline Kölbel, Katharina Kopf, Lena Krasulsky, Selina Luft, Jessica Möbius, Sophie Pappe, Clemens Ringmayer, Maria Ruge, Katharina Scherneck und Sira Swialkowski der Berufs-schule für Gesundheit und Soziales in Jena haben den Text in Leichter Sprache geschrieben.

Angelika Ebel, Eileen Eckert, Philipp Grenz, Jens-Peter Hinrichs, Regina Jost, Ronny Nürk und Jessica Unsinn sind in der Werkstatt der Saale Betreuungswerk der Lebens-hilfe Jena gGmbH beschäftigt. Sie haben den Text auf Leichte Sprache geprüft.

Eva Dix hat den Text abschließend auf Leichte Sprache geprüft.

### **Woher sind die Bilder?**

Isabell Kronfeld hat die Bilder gemalt.

### **Wer hat das Heft gestaltet?**

Carolin Berg hat das Heft gestaltet.

### **Wer hat das Heft gedruckt?**

Die Druckerei der Saale Betreuungswerk der Lebens·hilfe Jena gGmbH hat das Heft gedruckt.

Alle Infos in diesem Heft sind von Dezember 2018.



# Impressum

## Herausgeber

Staatliche Berufsbildende Schule für Gesundheit  
und Soziales Jena

Projektleitung: Dr. Holger Gerlach

Rudolf-Breitscheid-Straße 56/58

07747 Jena

Saale Betreuungswerk

der Lebenshilfe Jena gGmbH

Jena Inklusiv

Projektkoordinatorin: Christine Baum

Ernst-Haeckel-Platz 2

07745 Jena

Thüringische Krebsgesellschaft e.V.

Projektleitung: Dr. Ulrike Laubscher

Paul-Schneider-Str. 4

07747 Jena

Universitätsklinikum Jena  
Stabsstelle Unternehmenskommunikation  
Projektleitung: Anne Curth  
Bachstraße 18  
07743 Jena

**Übersetzer Leichte Sprache** Lisa Broda, Vanessa Busch, Christopher Ebert, Michelle Henniger, Madlen Hirt, Daniela Hofmann, Rebeka Hüttenrauch, Luise Koch, Pauline Kölbel, Katharina Kopf, Lena Krasulsky, Selina Luft, Jessica Möbius, Sophie Pappe, Clemens Ringmayer, Maria Ruge, Katharina Scherneck, Sira Swialkowski

Staatliche Berufsbildende Schule für Gesundheit  
und Soziales Jena

**Prüfer Leichte Sprache**

Angelika Ebel, Eileen Eckert, Philipp Grenz, Jens-Peter Hinrichs, Regina Jost, Ronny Nürk, Jessica Unsinn

Werkstatt für behinderte Menschen der Saale  
Betreuungswerk der Lebenshilfe Jena gGmbH

**Abschließende Textprüfung** Eva Dix

freie Redakteurin und Texterin

**Zeichnungen**

Isabell Kronfeld

**Gestaltung**

Carolin Berg  
Klinisches Medienzentrum des  
Universitätsklinikums Jena

<b>Druck</b>	Druckerei der Werkstatt der Saale Betreuungswerk der Lebenshilfe Jena gGmbH
<b>Stand</b>	Juli 2020
<b>Auflage</b>	500

Ein besonderer Dank gilt Prof. Dr. Jutta Hübner, Professorin für Integrative Onkologie am Universitätsklinikum Jena, Elizabeth Hertel und Annika Momberg vom Universitätsklinikum Jena, Dr. Ulrike Laubscher, Geschäftsführerin der Thüringischen Krebsgesellschaft e.V. sowie Dr. Regina Kobes-Schrödel, Onkologin und Psychoonkologin, für ihre umfangreiche fachliche Beratung.

