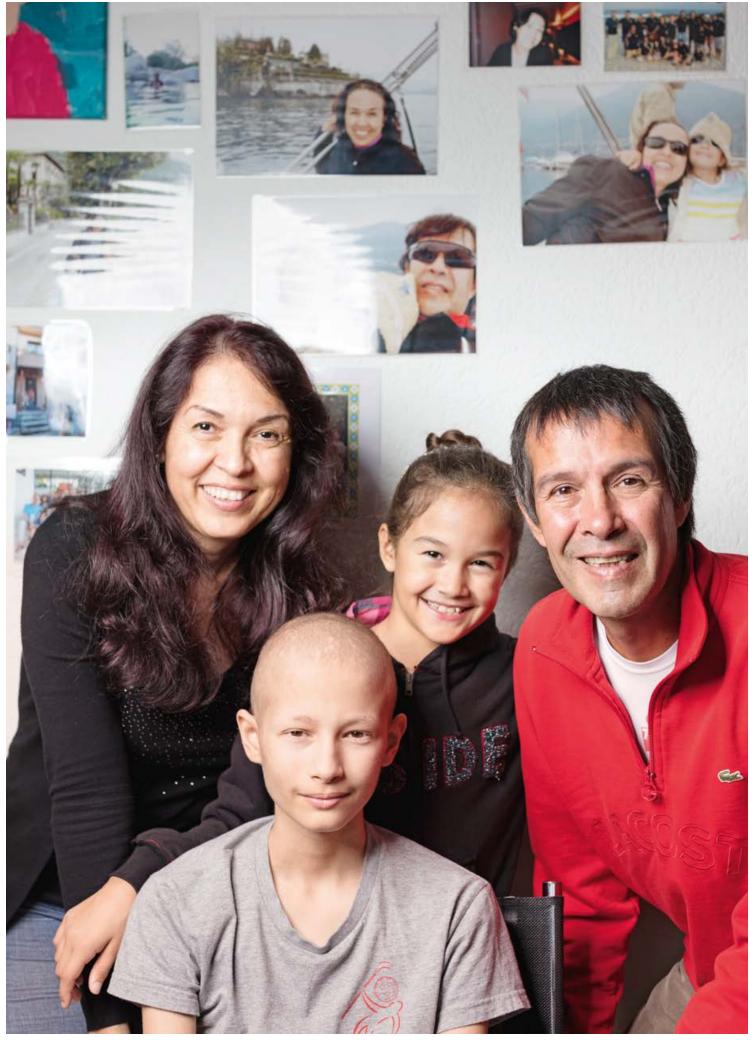


aspect 1/17





 ${\sf Enzo}\ {\sf de}\ {\sf Fernex}\ {\sf erholt}\ {\sf sich}\ {\sf von}\ {\sf der}\ {\sf Therapie}\ {\sf im}\ {\sf Kreise}\ {\sf seiner}\ {\sf Familie}.$

EDITORIAL INHALT

Danke für Ihre Unterstützung

Liebe Leserin, lieber Leser

Wie stark eine Beziehung ist, zeigt sich, wenn es darauf ankommt. Eine Krebserkrankung ist eine schwere Belastung. Für den betroffenen Menschen und für seine Nahestehenden. Das erfuhr auch die Familie de Fernex, nachdem bei ihrem zwölfjährigen Sohn eine seltene Krebskrankheit diagnostiziert wurde. Die Krebsliga Tessin unterstützte die Familie. Dadurch konnte sie ihr Gleichgewicht wieder finden und halten. Claudia de Fernex, die Mutter des erkrankten Enzos, sagt in unserer Titelgeschichte: «Über die Unterstützung der Krebsliga sind wir besonders froh. Es tut gut, jemanden an unserer Seite zu wissen, der die Situation kennt und versteht.»

Kindern von Betroffenen verlangt Krebs enorm viel ab. Jäh stehen sie vor existenziellen Fragen: Was passiert mit Papi? Muss Mami sterben? Wie man einem Kind erklärt, was Krebs ist und wie man mit seinen Ängsten umgeht, erfahren Sie in unserem Interview mit der Psychologin Michèle Widler von der Krebsliga Zürich auf Seite 8.

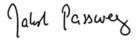
Um etwas tragen zu können, muss man es verstehen. Das weiss auch Pierre-Alain Perret-Gentil. Seit seiner Behandlung von Hodenkrebs besucht er deshalb die offene Gesprächsgruppe der Krebsliga Zug. Dort spricht er frei von Tabus über seine Unsicherheiten. Das geteilte Leid, zeigt unsere Geschichte auf Seite 14, erweist sich oft schon als die halbe Lösung.

Diese Einschätzung teilen auch viele engagierte Menschen, die die Arbeit der Krebsliga mit ihren Spenden ermöglichen. Drei von ihnen haben wir nach ihren Motiven befragt. Wie ihre Spenden wirkungsvoll eingesetzt werden, erfahren Sie auf Seite 12.

Die Krebsliga ist für alle da. Wir danken Ihnen, dass Sie uns dabei unterstützen.

Herzlich,





Prof. Dr. med. Jakob R. Passweg Präsident Krebsliga Schweiz



4. brows

Dr. phil. Kathrin Kramis-Aebischer Geschäftsführerin Krebsliga Schweiz

Reportage __

4

Tragendes Beziehungsnetz: Die Krebsliga Tessin hält den Eltern eines krebskranken Kindes den Rücken frei – damit sie Zeit für ihre Kinder haben.

Interview _

8

Erkrankt ein Elternteil an Krebs, verändert sich der Alltag der ganzen Familie. Michèle Widler, Psychologin, spricht über die drängenden Fragen von Betroffenen und ihren Angehörigen.

Forschung ___

10

Krebsstammzellen: eine revolutionäre Idee, die unser Krankheitsbild und die Behandlungsoptionen erweitert.

Fokus

12

Ihre Spende wirkt: Was engagierte Menschen zum Spenden bewegt.

Leben mit Krebs __

14

Unsagbares zur Sprache bringen. Nichts ist in einer offenen Gesprächsgruppe peinlich.

News

_16

Jetzt erschienen: das neue Seminarangebot der Krebsliga. Im Fokus der Seminare liegen das Auftanken und Sammeln neuer Kräfte.

Rätsel

18

Machen Sie mit und gewinnen Sie eines von zehn Geschenksets von Permamed.

Kontakt

. 19

Sie benötigen Unterstützung oder wollen sich genauer informieren? Die Krebsliga ist für Sie da.

Vom Beziehungsnetz getragene Zuversicht

Der zwölfjährige Enzo de Fernex ist an einem bösartigen seltenen Tumor erkrankt. Die Krebsliga Tessin kommt für den Lohn einer temporären Mitarbeiterin im Strandkiosk auf, den die Familie betreibt. So hat die Mutter Zeit, für Enzo und seine kleinere Schwester da zu sein.

Text: Ori Schipper, Fotos: Gaëtan Bally

San Nazarro liegt am Lago Maggiore auf der gegenüberliegenden Seite des geschäftigen Locarnos. Im 700-Seelen-Dorf führen Claudia und André de Fernex seit sechs Jahren einen Strandkiosk. Von April bis Oktober bieten sie ihren Badegästen Getränke, Eis und Snacks, aber auch warme Gerichte an. «Wir sehen sofort am Gepäck, ob jemand schon einmal bei uns war. Wer nur noch das Badetuch mitnimmt, weiss, dass wir die Sonnenschirme und Liegestühle kostenlos zur Verfügung stellen», sagt André de Fernex. Sein Italienisch ist spanisch gefärbt. Er und seine Frau sind ursprünglich aus Cozumel, einer mexikanischen Insel, die in der Schweiz als Tauch- und Schnorchelparadies bekannt ist.

Wie kam es, dass das Paar mit seinen zwei Kindern von der Karibikinsel an die Gestaden des Langensees gezogen ist? «Mein Vater ist Schweizer. Wir wollten unsere Kinder in Schweizer Schulen schicken», sagt der Mittvierziger. In Mexiko hätten sie dafür in eine grosse

Stadt ziehen müssen. So eng unter Millionen von Menschen zu leben, sei allerdings nichts für ihn, er brauche eine gewisse Abgeschiedenheit, um sich wohlzufühlen. So beschlossen seine Frau und er, in die Schweiz

zu ziehen. Gleich gegenüber des Strandkiosks haben sie eine kleine Wohnung gefunden. «Ich habe immer gewusst, dass es eine gute Entscheidung war, in die Schweiz zu ziehen – wegen der Schule. Doch erst seit der Erkrankung von Enzo sehe ich, welches Glück wir haben, hier zu sein. So eine aufwendige Behandlung wäre auf Cozumel undenkbar gewesen», sagt André de Fernex.

Der Schmerz ging nicht mehr weg

Im Februar 2016 hat der zwölfjährige Enzo, während er mit seinen Freunden spielte, einen eigentlich unbedeutenden Schlag in die Hüften erhalten. «Der Schmerz ging einfach nicht mehr weg», sagt Enzo. Der Arzt hatte zunächst nichts Ernsthaftes befürchtet. Doch die weiteren Abklärungen – Röntgenbilder, MRI-Untersuchungen und



Wo einst der Hüftknochen lag, zeigt das Röntgenbild nun Schrauben.

schliesslich eine Biopsie – zeigten sechs Wochen später, dass Enzo an einem Ewing-Sarkom litt. Einem sehr seltenen Tumor, der bösartig ist und von einer Million nur etwa drei Kinder befällt, meist männliche Jugendliche

im Alter zwischen zwölf und 17 Jahren. Weder Umwelteinflüsse noch Vererbung scheinen bei der Entstehung des Ewing-Sarkoms eine Rolle zu spielen. Wie bei den meisten anderen seltenen Krebskrankheiten liegen

haben, hier zu sein.»

André de Fernex, Vater von Enzo

«Seit der Erkrankung von Enzo

weiss ich, welches Glück wir

viele Aspekte noch weitgehend im Dunkeln.

Auf der Abteilung für pädiatrische Onkologie in Bellinzona ging «alles sehr schnell. Wir fühlten uns vom Team gut betreut», sagt Claudia de Fernex. Für die Operation musste sie ihren Sohn nach Zürich begleiten. Gemeinsam verbrachten sie drei Wochen in der Balgrist-Klinik, wo die Spezialisten für Knochentumoren einen Teil von Enzos rechtem Hüftbein entfernten. «Glücklicherweise haben wir den Tumor relativ früh entdeckt. Er war noch klein genug, sodass ihn die Ärzte komplett herausnehmen konnten», sagt die Mutter, während sie auf ihrem Smartphone die Röntgenbilder von Enzos operiertem Beckengelenk zeigt. «Wir sind froh, dass auch die Chemotherapie gut gewirkt hat, denn das bedeutet, dass Enzos Chancen gut stehen. Die Ärzte sagen, dass seine



Enzo im Gespräch (oben) und im Spiel (oben rechts) mit seiner Familie.

Situation zwar delikat, aber keineswegs schwerwiegend oder gar hoffnungslos sei.» Im Moment ist Enzo noch in Behandlung. Bis Ende Februar 2017 stehen ihm mehrere Zyklen Chemotherapie bevor. Sie sollen allfällige Ableger des Tumors abtöten.

Abgeklärte Ruhe in den Augen

Enzo selbst beweist Mut und Tapferkeit. Von seiner Erkrankung lässt er sich nicht unterkriegen. Die Behandlung mache ihn müde, und ab und zu langweile er sich, weil er die ganze Zeit daheim verbringen müsse. «Aber ich denke positiv und weiss, dass es mir wieder besser gehen wird, wenn das alles vorbei ist», sagt Enzo. Seine Sprache und sein Gesicht haben etwas Zeitloses. Der kahle Kopf

«Ich denke positiv und weiss, dass es mir wieder besser gehen wird, wenn das alles vorbei ist.»

Enzo



Die Unihockey-Mannschaft wünscht sich ihren besten Goalie zurück.

und der abgemagerte Körper auf dem schwarzen Sessel gehören einem heranwachsenden Kind, doch die wachen Augen strahlen eine abgeklärte und heitere Ruhe aus, wie sie sonst vielleicht in den Augen von alten Zen-Meistern zu sehen ist.

An den Folgen der Krankheit reifte auch Kristel, Enzos um zwei Jahre jüngere Schwester. «Ich habe schnell verstanden, dass Enzos Erkrankung von unseren Eltern viel Aufmerksamkeit erfordert. Und dass ich deshalb mit etwas weniger Beachtung auskommen muss», sagt sie. So offenbaren sich die tragfähigen Beziehungen innerhalb der Familie de Fernex. Doch auch von ausserhalb erfuhr die Familie Hilfe. «Wir wussten nichts, weder etwas über die Krankheit noch etwas über die Hilfsangebote der



Die Eltern von Enzo im Gespräch mit dem Sozialberater Luca Feller.

«Die Krebsliga ist für die Eltern da, damit sie für ihre Kinder da sein können.»

Luca Feller, Sozialberater

«Das Leuchten der Hoffnung ist schön»



Luca Feller, Sozialberater der Lega ticinese contro il cancro

«Es ist schlimm, wenn ein Kind an Krebs erkrankt. Aber wenn man der Familie helfen kann, sich zu fangen und die Krise zu überstehen, erfährt man sehr viel Wertschätzung und Dankbarkeit. Es ist schön mit anzusehen, wenn das Licht der Hoffnung die Finsternis der Verzweiflung aufzuhellen vermag.»

Krebsliga», sagt André de Fernex. Aufgeklärt hat sie der Kinderonkologe in Bellinzona. Er ist auch Vorstandsmitglied der Krebsliga Tessin – und hat die Familie mit dem Sozialarbeiter Luca Feller vernetzt.

«Im gemeinsamen Gespräch fanden wir rasch heraus, dass eine vorübergehend angestellte Mitarbeiterin im Strandkiosk die beste Lösung wäre», sagt der Berater. Die Krebsliga Tessin kam für den Lohn auf. Dadurch konnte André de Fernex den Kiosk weiterhin betreiben und das Einkommen für die Familie sichern. Und Claudia de Fernex gewann Zeit und Raum, um sich verstärkt der Betreuung der Kinder zu widmen. Das erlaubte ihr, nicht nur Enzo bei den Spitalbesuchen zu begleiten, sondern etwa auch Kristel bei ihren Wettkämpfen in rhythmischer Gymnastik. Enzos kleine Schwester gehört zum regionalen Elite-Nachwuchs.

Für den Sozialberater Luca Feller zählt auch der systemische Blick: «Wir helfen hier mehr im Hintergrund, so kann die Familie ihr Gleichgewicht finden und halten. Wir sind für die Eltern da, damit sie für ihre Kinder da sein können.» Auch Claudia de Fernex ist froh, dass sich die

Familie auf die Bewältigung der Erkrankung konzentrieren kann. Sie fühlt sich getragen. «Luca hat immer gesagt, dass wir schon genug am Hals hätten, und dass wir uns nicht um die Auslagen zu kümmern bräuchten, für die die Krankenkasse nicht aufkommt», sagt Claudia de Fernex.

Zuwendung tut gut

«Wir haben von den Nachbarn, von den anderen Eltern der Gymnastikgruppe und vielen weiteren Menschen Zuwendung erfahren», sagt Claudia de Fernex. «Über die Unterstützung der Krebsliga sind wir besonders froh. Es tut gut, jemanden an unserer Seite zu wissen, der die Situation kennt und versteht.» Im Moment hilft Luca Feller abzuklären, ob Enzo Anrecht auf einen Stützunterricht bei sich zu Hause hat. Das würde es dem Jungen erlauben, den verpassten Schulstoff aufzuarbeiten. Das Ziel ist, dass Enzo wieder zu seiner Klasse stösst, sobald er die Behandlung abgeschlossen und sich erholt hat. Die Klassenkameraden können es kaum erwarten: «Wir freuen uns auf die Rückkehr des besten Torhüters», haben sie auf ein gerahmtes Bild ihres Unihockey-Teams geschrieben, das sie Enzo geschenkt haben – damit er möglichst bald wieder gesund werde. •

Seltene Krankheiten

Als selten gelten Krebsarten, an denen jährlich weniger als sechs von 100 000 Personen erkranken. Weil sich die teure Entwicklung von Medikamenten bei kleinen Patientenzahlen nur selten lohnt, stehen die seltenen Krebsarten meist nicht im Fokus der pharmazeutischen Industrie. Für die Betroffenen ist es deshalb wesentlich, dass auch die nicht-kommerzielle klinische Forschung gefördert wird – etwa durch die Krebsliga und ihre Partnerorganisation Stiftung Krebsforschung Schweiz.



 $Der \, Blick \, eines \, alten \, Zen-Meisters \, im \, Gesicht \, des \, zw\"{o}lfj\"{a}hrigen \, Enzos.$

«Kinder brauchen krebsfreie Ruhezonen»

Erkrankt ein Elternteil an Krebs, verändert sich der Alltag der ganzen Familie. Michèle Widler, Psychologin in der Praxis für Psychoonkologie der Krebsliga Zürich, begleitet Kinder und Jugendliche und hilft ihnen, die Krankheit besser zu verstehen.

Text: Rahel Escher, Fotos: Linda Pollari (Zürich)

Wie erklären Sie einem Kind, was Krebs ist?

Das hängt davon ab, wie alt das Kind ist und wie viel es bereits über Krebs weiss und wissen möchte. Entscheidend ist eine altersgerechte Wortwahl, damit das Kind das Gesagte auch verstehen und richtig einordnen kann. Im Idealfall erklären die Eltern dem Kind selber, dass die Mutter oder der Vater an Krebs erkrankt ist, und bieten ihm an, für Fragen und Ängste jederzeit ein offenes Ohr zu haben. Die Stimmung von Kindern ist sehr sprunghaft, und so darf man nicht überrascht sein, wenn sie in unerwarteten Situationen, wie beispielsweise beim Einkaufen oder auf dem Spielplatz, plötzlich Fragen stellen.

Gibt es Dinge, die nicht angesprochen werden sollten?

Zu Beginn empfehle ich, nicht zu viele Informationen auf einmal zu geben. Häufig reicht es, wenn die Kinder wissen, dass die Mutter oder der Vater an Krebs erkrankt ist. Auskünfte zu Krankheitsverlauf, Therapien, äusserlichen Veränderungen etc. können zu gegebener Zeit folgen. Die Kinder sollten die Gewissheit haben, dass sie laufend informiert werden, besonders dann, wenn sich Veränderungen in ihrem Alltag abzeichnen. Tabuthemen gibt es grundsätzlich keine. Offenheit und Transparenz sind wichtig, zugleich darf das Kind nicht mit zu vielen Informationen überfordert werden. Ich rate auch, die Krankheit Krebs beim Namen zu nennen. Wie offen in der Familie gesprochen wird, hängt schlussendlich auch von der jeweiligen familiären Gesprächskultur ab.

Wie gehen Kinder mit der Erkrankung der Eltern um?

Jedes Kind reagiert anders. Die Bedürfnisse und Ängste sind stark vom Alter und Entwicklungsstand abhängig. Bereits Säuglinge und Kleinkinder spüren, wenn die Eltern besorgt sind. Im Schulalter haben die Kinder bereits eine Vorstellung vom Kranksein, reagieren vielleicht mit Ängsten oder haben Fragen. Jüngere Kinder beziehen Umwelteinflüsse und Veränderungen oft auf sich selber und entwickeln dabei häufig Schuldgefühle. So kann sich ein Kind beispielsweise für die Krebserkrankung der Mutter verantwortlich fühlen, weil diese einmal sagte, dass sie noch krank werde, wenn die Kinder ständig streiten. Gerade bei Kindern im Schulalter ist es wichtig, regelmässig nachzufragen, was sie für Erklärungen, Gedanken und Gefühle haben, und immer wieder das Gespräch anzubieten.

Welche Ängste beschäftigen die Kinder?

Im Schulalter beginnt die Auseinandersetzung mit der Endlichkeit des Lebens, und Kinder realisieren, dass auch die eigenen Eltern oder sie selber sterben. Wenn in dieser Phase ein Elternteil erkrankt, kann das grosse Ängste auslösen. Im Vorschulalter verstehen Kinder noch nicht, dass der Tod etwas Irreversibles und Endgültiges ist. Kinder verbinden Krankheit mit ihren eigenen Erfahrungen. Sie erinnern sich an die Grippe und fürchten sich vor einer Ansteckung. Oder sie glauben, dass die Krankheit durch falsches Essen ausgelöst wurde, und sorgen sich, dass ihnen dasselbe passieren könnte. Hier ist eine einfühlsame Aufklärung ganz wichtig.

Wie verändert sich der Alltag der Kinder?

Wenn ein Elternteil erkrankt, ändern sich der Alltag und die Strukturen der gesamten Familie. Plötzlich fehlt vielleicht einer erkrankten Mutter die Energie für alltägliche Dinge wie das Zubereiten des Essens. Die Kinder gehen dann mehrmals die Woche zur Nachbarin essen oder verbringen mehr Zeit bei den Grosseltern. Sie können mit diesen Veränderungen in der Regel gut umgehen, wenn man ihnen die Gründe erklärt, sodass sie nichts fehlinterpretieren.

Wann braucht ein Kind professionelle Hilfe?

Wenn es über längere Zeit Verhaltensauffälligkeiten zeigt. Kinder reagieren ganz unterschiedlich, einige werden aggressiv oder traurig, andere ziehen sich zurück



Michèle Widler: «Die Ängste der Kinder sind abhängig vom Alter und Entwicklungsstand.»

oder entwickeln körperliche Beschwerden wie Kopf- und Bauchschmerzen oder Hautausschläge. Auch Einnässen oder Schlafstörungen sind Warnsignale. Ich empfehle, die Lehrpersonen über die Erkrankung zu informieren und sie um eine Rückmeldung zu bitten, wenn sich das Kind anders als gewohnt verhalten sollte. In der Schule machen sich solche Veränderungen meist am ehesten bemerkbar. Lehrerinnen und Lehrer sind oftmals auch Vertrauenspersonen, denen die Kinder ihre Sorgen anvertrauen können.

Ab welchem Alter sollen Kinder mit dem möglichen Verlust eines Elternteils konfrontiert werden?

Wenn es sich abzeichnet, dass ein Elternteil sterben wird, ist es angebracht, dies mit den Kindern zu besprechen und sie in diesen Prozess einzubeziehen, insofern sie es schon verstehen können. Solange der Krankheitsverlauf unklar ist, rate ich davon ab, unnötig Ängste zu schüren. Ob die Kinder von sich aus das Thema aufgreifen, ist altersabhängig. Auch die Werte innerhalb der Familie und der Umgang mit dem Tod sind entscheidend.

Was raten Sie im Umgang mit Jugendlichen?

Jugendliche sind in einem Alter, in welchem sie sich von ihren Eltern ablösen. Erkrankt ein Elternteil an Krebs, wird dieser Prozess gestört. Jugendliche wissen bereits einiges über Krebs und sorgen sich um die Eltern. Häufig reagieren sie mit Rückzug und haben nicht das Bedürfnis nach einem Gespräch. Sie besprechen ihre Sorgen lieber mit Gleichaltrigen, in sozialen Medien oder auf anderen Plattformen im Internet. Dennoch rate ich den Eltern, immer wieder das Gespräch anzubieten, ohne die Jugendlichen zu drängen.

Wie kann das Umfeld das Kind unterstützen?

Ein gutes soziales Umfeld, das die Familie sowohl im Haushalt wie auch bei der Kinderbetreuung entlastet, ist für die ganze Familie sehr wertvoll. Das kann bereits ein Mittagessen bei einem Schulkameraden oder ein Zoobesuch mit Verwandten sein. Kinder brauchen krebsfreie Ruhezonen. Auch die Schule ist sehr unterstützend. Sie schafft eine geregelte Struktur und Normalität und wird von den Kindern als Pause von der Krankheit erlebt. Hier dürfen die Kinder ausgelassen sein und Energie tanken.



krebsliga zürich

Psychologische Begleitung hilft

In der schwierigen Situation einer Krebserkrankung wünschen sich viele Eltern professionelle Unterstützung und den bestmöglichen Rat für ihre Kinder. Die Krebsliga Zürich bietet eine psychologische Begleitung durch erfahrene Fachpersonen an. In Gesprächsrunden zusammen mit den Eltern sowie in Einzelgesprächen mit den Kindern werden die Ursachen für psychische Probleme lokalisiert und angegangen. «Auch Kinder krebskranker Eltern stehen vor einer einzigartigen Lebenssituation, die ihnen Enormes abverlangt», sagt Marco Gebbers, Leiter der Praxis für Psychoonkologie der Krebsliga Zürich. Eine psychoonkologische Psychotherapie kann für Betroffene hilfreich sein, die an einem oder mehreren der nachstehenden Symptome leiden.

- Gefühle der Angst, Trauer, Einsamkeit, Überforderung, Ratoder Hilfslosigkeit, Ohnmacht
- Schlaflosigkeit, depressive Verstimmtheit, Nervosität, innere Unruhe
- Reizbarkeit, Aggressivität gegenüber vertrauten Menschen und gegen sich selbst
- Müdigkeit, Energie- und Freudlosigkeit
- Probleme mit k\u00f6rperlichen Ver\u00e4nderungen
- Probleme in der Ehe, Partnerschaft oder Familie



Dr. Marco Gebbers, Facharzt Psychiatrie und Psychotherapie, FMH



Michèle Widler, M. Sc. Psychologin

«Wir wollen Kinder, Jugendliche und ihre Familien während des Prozesses der Krankheitsbewältigung mit Mitgefühl und fachlichem Verständnis begleiten», so Marco Gebbers. Die Kosten einer solchen Begleitung werden von der Grundversicherung übernommen.



krebsliga

Cancerline – der Chat für Kinder und Jugendliche Die Beraterinnen der Krebsliga sind für Kinder und Jugend-

liche ergänzend zum telefonischen Beratungsdienst «Krebstelefon» auch per Chat erreichbar: www.krebsliga.ch/cancerline

Ratgeber für Familien

Der Ratgeber «Wenn Eltern an Krebs erkranken» der Krebsliga kann kostenlos im Shop bezogen, heruntergeladen oder bestellt werden: www.krebsliga.ch/shop

Den Krebs an der Wurzel packen

Die Idee der Krebsstammzellen ist noch keine 20 Jahre jung. Sie stellt nicht nur das bisherige Verständnis von der Erkrankung auf den Kopf, sondern liefert zusehends auch Vorschläge, wie die Krankheit bekämpft werden könnte.

Text: Ori Schipper, Fotos: Marco Zanoni (Portrait)

Eigentlich grenzt es an ein Wunder, dass aus einer einzigen befruchteten Eizelle ein vollständiger Organismus entstehen kann. Ein Wunder, das sich allerdings mit der Existenz von Stammzellen erklären lässt: biologischen Alleskönnerinnen mit dem Potenzial, sich in so unterschiedliche Zelltypen wie etwa Blut- oder Hirnzellen zu verwandeln. Eine Stammzelle kann zwar weder Sauerstoff transportieren wie die Blutzelle, noch Nervensignale übertragen wie die Hirnzelle – sie ist den Körperzellen also funktionell unterlegen. Doch fällt einmal eine Körperzelle aus, kann nur die Stammzelle für Ersatz sorgen.

Als deshalb Forschende aus Kanada im Jahre 1997 berichteten, dass sie in Versuchen mit Mäusen Blutkrebsstammzellen gefunden hätten, von denen die Krankheit auszugehen schien, erregten sie grosses Aufsehen. In den folgenden Jahren förderten verschiedene Forschungsgruppen ans Licht, dass Krebsstammzellen oft auch am Ursprung von soliden Tumoren – also etwa Tumoren im Hirn, in der Brust oder im Dickdarm – zu finden sind.

Revolutionärer Gedanke

Diesen Befunden zufolge kennen Krebszellen – genau wie normale Zellen – eine Art Arbeitsteilung, bei der eine Gruppe von Zellen als Quelle aller anderen Zellen in Erscheinung tritt. Dieser revolutionäre Gedanke wirft viele bisherige Überzeugungen über den Haufen – und wird deshalb noch bis heute mitunter kontrovers diskutiert. Bedeutet er, dass die Ärzte nicht mehr nur gegen eine riesige Anzahl gleichgeschalteter Krebszellen vorgehen, sondern sich vor allem auch auf eine viel kleinere Anzahl von Krebsstammzellen konzentrieren sollten, von denen das Übel ausgeht?

Diese Frage treibt Jörg Huelsken, Krebsstammzellenforscher an der Eidgenössischen Technischen Hochschule in Lausanne, schon seit mehr als zehn Jahren um. Die gängigen Chemotherapeutika richten gegen Krebsstammzellen nicht viel aus, weil die Stammzellen sich meist in gut geschützten Nischen befinden und weil sie Giftstoffe effizient aus ihrem Zellinneren pumpen können. «Im Vergleich mit normalen Krebszellen sind Krebsstammzellen auch besser darin, Erbgutschäden zu reparieren», sagt Huelsken.

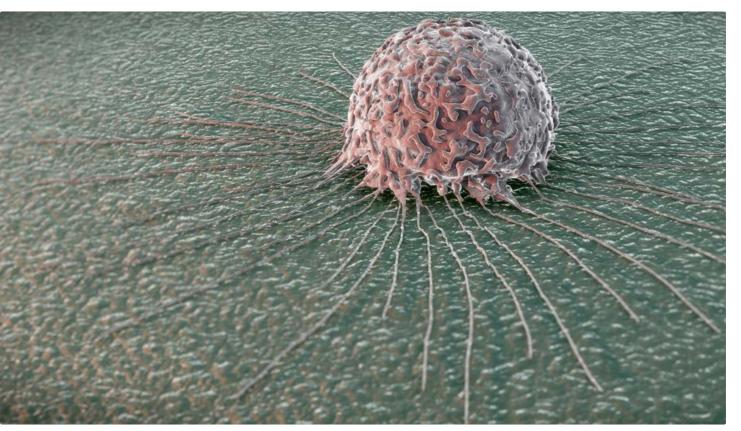
Erneuerungspotenzial verkleinern

Mit seiner Forschungsgruppe verfolgt Huelsken einen Ansatz, der nicht darauf abzielt, die Krebsstammzellen abzutöten, sondern ihr Erneuerungspotenzial zu verkleinern. Auch dieser Ansatz ist von der Biologie der normalen und gesunden Stammzellen inspiriert. Wenn sich jemand beispielsweise an einem Dornengestrüpp verletzt, muss sein Körper für die Heilung der Wunde neue Hautzellen ausbilden. Also beginnen die Stammzellen, sich zu teilen. Bei jeder Zellteilung darf sich aber nur eine der beiden Tochterzellen zu einer Hautzelle entwickeln, die andere Tochterzelle muss die Stammzelleigenschaften der Mutter behalten, weil sonst die nächste Wunde nicht mehr geheilt werden könnte.

Wie die Forschenden um Huelsken herausgefunden haben, vermittelt bei den Stammzellen von Dickdarmtumoren ein bestimmter zellulärer Signalweg die Stammzellidentität: Sind die Gene dieses Signalwegs aktiviert, verharrt die Zelle in ihrem ursprünglichen Zustand. Werden die Gene ausgeschaltet, wird der Signalweg unterbrochen – und die Zelle nimmt ein anderes Schicksal an. Sie beginnt, sich zu verwandeln (oder im Fachjargon: sich zu differenzieren). Erst kürzlich haben Huelsken und seine Mitstreiter in Versuchen an Mäusen gezeigt, dass Tretinoin – oder Vitamin-A-Säure – in der Lage ist, den betreffenden Signalweg zu blockieren und die Stammzellidentität empfindlich zu stören.

Grosser Erfolg bei seltenem Blutkrebs

Tretinoin wird in der Behandlung der so genannten Promyelozytenleukämie (einer seltenen Form von Blutkrebs) schon seit mehr als 30 Jahren – und mit grossem Erfolg – eingesetzt. Während die Promyelozytenleukämie lange zu den Leukämieformen mit den schlechtesten Prognosen zählte, trägt Tretinoin in Kombination mit anderen Wirkstoffen dazu bei, dass die Therapie nun in 70 bis 80 Prozent der Fälle gelingt. Auch bei der Promyelozytenleukämie beeinflusst das Vitamin-A-Derivat die Differenzierung der Zellen, es sorgt für die Reifung der für das Krankheitsbild charakteristischen Blutvorläuferzellen und stoppt so deren Vermehrung. Dass sich diese Substanz schon klinisch bewährt habe, sei eigentlich



Nur eine kleine Minderheit der Krebszellen gehört zu den Krebsstammzellen.

ein Vorteil, meint Huelsken. Die Ärzteschaft habe sich dadurch ein Bild der Wirkungen und Nebenwirkungen von Tretinoin machen können. Doch weil die Substanz schon sehr lange eingesetzt werde, sei ihr Patentschutz inzwischen erloschen. Der pharmazeutischen Industrie fehlt somit der finanzielle Anreiz, um an Huelskens vielversprechenden Resultaten anzuknüpfen – und Tretinoin in teuren klinischen Studien zu testen. «Das bedaure ich, denn mit einer gegen Krebsstammzellen gerichteten Differenzierungstherapie könnte man sich der Wurzel und der Triebkraft des Dickdarmkrebses und vielleicht noch einiger anderer bösartiger Tumoren entledigen», sagt Huelsken.

Prof. Dr. Jörg Huelsken



Die Forschungsarbeiten des Krebsstammzellforschers werden unter anderem von der Stiftung Krebsforschung Schweiz und der Krebsliga Schweiz finanziell unterstützt. Die Arbeiten sind auch schon mehrfach ausgezeichnet worden, so etwa im Jahre 2012 mit dem von der Krebsliga Schweiz verliehenen

Robert-Wenner-Preis für herausragende Nachwuchsforschende in der Onkologie.

Meine Spende wirkt

Dank zahlreichen Spenderinnen und Spendern kann sich die Krebsliga zuverlässig einsetzen für Krebskranke und ihre Angehörigen und die Krebsforschung fördern. Was bewegt diese engagierten Menschen? Drei Beispiele.

Text: Peter Ackermann

«Auch andere brauchen Broschüren»

Vega Ibanez, Zürich



«Vor drei Jahren wurde bei mir Speiseröhrenkrebs diagnostiziert. Nach dem ersten Schock wollte ich verstehen, was in mir und mit mir passiert. Ich suchte nach einfach verständlichen und verlässlichen Informationen. Und fand sie auf der Homepage der Krebsliga und in der Krebsliga-Broschüre über Speiseröhrenkrebs. Diese Informationen halfen mir enorm. Die Broschüren der Krebsliga und die Website ergänzten vor-

trefflich die Informationen, die ich von meinen Ärzten und Krankenschwestern erhielt und die mir zeigten, wie mein Krebs funktioniert und was für Therapiemöglichkeiten ich habe und was ich selber dazu beitragen kann, damit es mir besser geht. Nach der erfolgreichen Behandlung fiel ich in ein Loch. Ich fand nur wenige Informationen übers Leben nach Krebs. Die Krebsliga vermittelte mir auf meinen Wunsch hin Kontakte zu Menschen, die dasselbe durchmachten wie ich. Ich erfuhr, wie andere Krebsüberlebende in ihren Alltag und in ihre Arbeit zurückfanden. Ich bin der Krebsliga und diesen Menschen sehr dankbar. Heute setze ich mich als Privatperson dafür ein, dass es den Cancer Survivors besser geht. Etwa mit meiner Spende. Sie kam dank meiner Arbeitgeberin, der Bank Julius Bär zustande, die in einer schwierigen Zeit zu mir hielt. Wir spendeten das Honorar eines externen Referenten der NZZ mit dessen Einverständnis der Krebsliga. Damit auch zukünftige Krebserkrankte gut informiert und mit viel Empathie super unterstützt werden.»

Wie die Spende wirkt

Mit 1000 Franken kann die Krebsliga 1054 Broschüren drucken. Etwa die 60 Seiten umfassende Broschüre über Speiseröhrenkrebs, mit der Vega Ibanez während ihrer schwierigen Zeit einordnen konnte, was ihre Krankheit mit sich bringt. Die Krebsliga bietet in ihrem dreisprachigen Sortiment mehr als 150 Titel an. Die Broschüren werden von Krebsbetroffenen, Angehörigen, Fachpersonen und Interessierten rege genutzt. Jährlich werden 250 000 Broschüren in gedruckter Form oder als Download



bezogen. Die Ratgeber sind unentgeltlich erhältlich bei den kantonalen und regionalen Krebsligen und über die kürzlich neu gestaltete Internetseite der Krebsliga:

www.krebsliga.ch/shop



«Unabhänig forschen»

Anonymes Spender-Ehepaar, Kanton Bern



Krebsliga: Weshalb haben Sie für Ihre Spende die Krebsliga ausgewählt?

Spender: Unser Sohn und seine zwei Kinder leiden unter zwei sehr seltenen Krankheiten. Behandlungen und Medikamente für eine Heilung sind keine bekannt. Wohl auch, weil der

Markt zu klein ist. Wir unterstützen deshalb einzelne Projekte in der zielgerichteten Forschungsförderung, auf die uns die Krebsliga hinweist.

Wie ist die Spende zusammengekommen?

Sie stammt weitestgehend aus unseren privaten Mitteln. Wir bitten aber manchmal auch unsere Gäste, auf Mitbringsel zu verzichten und dafür eine Spende zu hinterlassen. Mit dem Versprechen, dass wir den Betrag mindestens verdoppeln und weiterleiten.

Welche Hoffnungen verbinden Sie mit der Spende?

Wir wollen engagierte Spezialisten ermuntern, auf ihrer Suche nach Heilungschancen bei seltenen Krankheiten weiterzumachen. Unbeirrt und unabhängig des möglichen finanziellen Erfolgs oder Misserfolgs.

Wie die Spende wirkt



Die Spende unterstützt eine Studie von Prof. Dr. med. Roland A. Ammann vom Universitätsspital Inselspital in Bern. Er untersucht krebskranke Kinder und Jugendliche, die mit einer Chemotherapie behandelt werden. Die häufigste, potenziell tödliche Nebenwirkung einer Chemotherapie

ist eine schwere Infektion bei Fieber infolge einer abgeschwächten Immunabwehr. Die Mehrheit der Kinder und Jugendlichen hat während der Chemotherapie mindestens einmal eine solche Episode. Dank dem heutigen Vorgehen mit Einweisung in den Notfall und sofortiger Behandlung mit intravenösen Breitbandantibiotika sterben heute weniger als ein Prozent der betroffenen Patientinnen und Patienten. Allerdings werden nur bei einem Viertel von ihnen bakterielle Infektionen nachgewiesen. Möglicherweise werden rund drei Viertel übertherapiert. Bei ihnen könnten allenfalls unnötige Spitaleinweisungen und Therapien, hohe Kosten und Antibiotikaresistenzen vermieden werden. Professor Ammann versucht herauszufinden, ob der heutige Fieberwert als Gradmesser für eine sofortige Behandlung auf der richtigen Höhe liegt. Die Resultate seiner Forschung sollen eine rechtzeitige Behandlung sicherstellen und Übertherapien senken. Die Wissenschaftliche Kommission beurteilt die Studie als innovativ: Die Ergebnisse können international von grosser Bedeutung sein.

www.krebsliga.ch/forschung

«Das Krebstelefon unterstützen»

Accentus, Symphasis und Empiris, Guido Braschler, Geschäftsführer



«Krebs kann alle treffen», sagt Guido Braschler, Geschäftsführer der gemeinnützigen Dachstiftungen Accentus, Symphasis und Empiris. «Viele Stiftungsgründer wissen das aus eigener Erfahrung: Sie haben selber an Krebs gelitten und ihn überwunden. Oder sie

haben eine Partnerin oder einen Partner verloren, ein Kind, Verwandte, Kollegen.» Statistisch betrachtet erkrankt jede dritte Person in der Schweiz im Laufe ihres Lebens an Krebs. «Wir bieten Stifterinnen und Stiftern die Möglichkeit, unter dem Dach der jeweiligen Stiftung eine Unterstiftung etablieren zu lassen. Dabei sind die Gründer frei in der Wahl des Namens und des Zwecks. Sie können in der Vergabungskommission bei der Auswahl der zu unterstützenden Projekte mitentscheiden. Das Konzept überzeugt seit 16 Jahren viele Menschen, die ihr Vermögen mit anderen teilen wollen», sagt Guido Braschler. Die Gründerinnen und Gründer der Unterstiftungen wollen mit ihrem Geld viel bewirken. Sie wollen beispielsweise mit dazu beitragen, dass für Patienten und ihre Angehörigen die bestmöglichen Beratungsangebote entwickelt oder im Rahmen integrativer Onkologie neue Therapieformen erforscht werden. «Sie wollen zur Milderung der Schicksale betroffener Menschen beitragen», sagt Guido Braschler. «Die Krebsliga ist dafür eine etablierte Partnerin. Wir pflegen mit ihr eine langjährige Partnerschaft und sind regelmässig miteinander im Gespräch. Mit der Unterstützung zahlreicher Projekte der Krebsliga können wir die wohltätigen Absichten unserer Stifter ideal umsetzen.»

Wie die Spende wirkt



Kompetenzzentrum: Das Team des Krebstelefons beantwortet jährlich rund 4500 Anfragen.

Im letzten Jahr trugen die Spenden von Accentus, Symphasis und Empiris massgeblich dazu bei, dass ein neues Programm zur Versorgungsforschung lanciert werden konnte. Zudem unterstützten sie die Einrichtung des «Krebstelefons». Aus ihm ist ein umfassender Informations- und Beratungsdienst geworden: Heute beantworten die Fachfrauen an jedem Werktag während zehn Stunden mündliche Anfragen per Telefon oder Skype. Schriftlich geben sie per Briefpost, via E-Mail oder im Chat Auskunft zu allen Fragen rund um Krebs.

Und im Forum (www.krebsforum.ch) moderieren sie den Austausch von Betroffenen und Angehörigen. Jährlich beantworten sie rund 4500 Anfragen. Und ergänzen so das beeindruckende Leistungsportfolio, das die kantonalen und regionalen Ligen den Betroffenen und ihren Nächsten vor Ort zur Verfügung stellen.

Krebstelefon: 0800 11 88 11

«Nichts ist hier peinlich»

Pierre-Alain Perret-Gentil hatte Hodenkrebs. In der offenen Gesprächsgruppe der Krebsliga Zug lernt er, mit den Folgen umzugehen und sich im Umgang mit der Krankheit auszutauschen.

«Die vertrauensvollen

Beziehungen helfen, die

Schwierigkeiten anzupacken.»

Eva Kreiner, Psychoonkologische Beraterin

Text: Peter Ackermann, Fotos: zVg

Keiner siehts, aber Pierre-Alain wippt unter dem Tisch mit den Füssen. Es ist, als führten sie ein Eigenleben. «Das Wesentliche ist für die Augen oftmals unsichtbar. Wie der Krebs, der unbemerkt in meinem Körper wuchern konnte, bis er sich für mich schmerzhaft bemerkbar machte», sagt Pierre-Alain Perret-Gentil, den in der offenen Gesprächsgruppe der Krebsliga Zug alle nur beim Vornamen nennen. Pierre-Alain ist mittleren Alters und gross gewachsen – ein Fels in der Brandung. Sein Henriquatre-Bart verleiht seinem an sich feinen Gesicht etwas ausgesprochen Maskulines. Was man ihm nicht ansieht: Pierre-Alain hatte Hodenkrebs.

Im April 2006 spürte er während eines Waldlaufs in seiner Leistengegend einen plötzlichen Stich. «Nach der Diagnose Hodenkrebs fiel für mich eine Welt zusammen. Ich hatte Angst und sah mich bereits unter den Toten», sagt Pierre-Alain. Er hatte Glück: Früh erkannt, konnte der Krebs mit zwei Chemo- und einigen Strahlentherapien erfolgreich behandelt werden. «Die Hode mit dem Tumor wurde operativ entfernt, die andere durch die Strahlentherapie verätzt», sagt Pierre-Alain mit einer Selbstverständlichkeit, als spreche er über seine Füsse.

Sein Körper gilt heute als gesund. Psychisch hat ihm die Krankheit aber zugesetzt. Seit seiner Krebserkrankung ist er nie mehr Joggen gegangen. «Laufen ist für mich verknüpft mit der jäh aufgetretenen Bedrohung meines

Lebens», sagt Pierre-Alain. Er weiss, dass Krebs und Joggen nichts miteinander zu tun haben, eigentlich. Doch die Erfahrung der plötzlichen Existenzbedrohung durch den Krebs unterhalb der Gürtellinie steckt tief in seinem Kopf. Um seiner Angst etwas entgegenstellen zu können, liess er sich von der Krebsliga Zug in Einzelstunden beraten. Er suchte einen Psychotherapeuten auf, und seit elf Jahren beteiligt er sich regelmässig an der Gesprächsgruppe der Krebsliga Zug, die alle zwei Monate zusammenkommt und für alle Krebsbetroffenen offen ist.

Unsagbares zur Sprache bringen

Heute Abend sind es ein halbes Dutzend Personen, die rund um Krebs etwas zur Sprache bringen wollen, was schwierig in Worte zu fassen ist. Eva Kreiner von der Krebs-



Zuversicht schenken: Gesprächsgruppen stärken in der Krise.

liga Zug moderiert das Gespräch, indem sie aufgreift, was die einzelnen Teilnehmerinnen und Teilnehmer einbringen. «Die veränderte Lebenssituation nach einer Krebserkrankung erleben viele Betroffene für sich und für ihr Umfeld

als eine grosse Herausforderung», sagt sie. Oftmals formulieren sie in der Gesprächsgruppe deshalb «Schwierigkeiten, Unsicherheiten und Ängste. Aber auch Wünsche und ganz konkrete Fragen.»

Was während einer Che-

motherapie geschieht und andere fachliche Fragen klärt die Psychoonkologische Beraterin SGPO und ausgebildete Pflegefachfrau HF in der Regel gleich selber. Geht es aber um Erfahrungen und Lösungswege im Umgang mit der Krankheit, ermutigt Eva die Teilnehmenden dazu, sich miteinander auszutauschen.

Geteiltes Leid ist die halbe Lösung

Pierre-Alain fühlt sich in der Gesprächsgruppe mit all seinen Empfindungen und Bedürfnissen angenommen. «Hier treffe ich Menschen mit einer ähnlichen Erfahrung, vor denen ich nichts zu verbergen brauche. Nichts ist hier peinlich. Alle suchen nach Wegen, um ihre Probleme zu bewältigen. Das macht die Gesprächsgruppe der Krebsliga für mich so wertvoll.»

Offene Gesprächssindgruppen ein Ergebnis der sozialpolitischen Entwicklungen in den Jahren nach 1968, als der gesellschaftlich weit verbreitete Wunsch aufkam nach Chancengleichheit, mehr Selbstbestimmung und stärkerer Mitverantwortung. Eva, die Fachfrau der Krebsliga Zug, sagt: «Heute weiss man: Teilen mehrere Menschen ihre Sorgen und Hoff-



Pierre-Alain Perret-Gentil hatte Hodenkrebs.

nungen, verstärkt das die Fähigkeiten, die ihre Gesundheit positiv beeinflussen können.» Geteiltes Leid kann manchmal schon die halbe Lösung sein. «Die ver-

trauensvollen Beziehungen in der Gesprächsgruppe stärken jede und jeden, um die vorhandenen Schwierigkeiten selbstverantwortlich anzupacken», sagt die Psychoonkologische Beraterin.

Eva Kreiner Psychoonkologische Beraterin

Wir sollten eine Krankheit

und ihre Folgen als etwas

sehen, was zu unserem

Leben gehört.

dem aufgeschnappt hat und in seinen Alltag mitnehmen will, weil er ihm einleuchtet und Mut macht: «Wir sollten eine Krankheit und ihre Folgen als etwas sehen, was zu unserem Leben gehört.»

Pierre-Alain hat in der Gesprächsgruppe gelernt, ganz unterschiedliche Folgen seines Hodenkrebses einzuordnen. «Das schafft das Vertrauen oder wenigstens die Zuver-

sicht, dass ich jede Krise bewältigen kann», sagt er. Und nun ist er derjenige, der den anderen zuhört. Sich später wieder einbringt, zuhört. Währenddessen bewegen sich

seine Füsse – Fussspitzen, Fersen, Fussspitzen – wie bei einem lockeren Dauerlauf. Seine Füsse scheinen bereits etwas zu wissen, was sich Pierre-Alain an einem der kommenden Tage in den Kopf setzen wird: wieder mal in den Wald gehen, um zu joggen.

Mit Zuversicht die Krise angehen

Offen spricht Pierre-Alain an diesem Abend über Sex, Mistelzweigtherapien und die Wohltat klassischer Musik. Und immer wieder über die Angst vor einer Wiedererkrankung, die so viele Krebsüberlebende begleitet. «Ich fühlte mich durch den Krebs von meinem Körper verraten. Seitdem vertraue ich ihm nicht mehr so wie zuvor», sagt Pierre-Alain. Sein Seismograf zittert beim feinsten Beben. «Selbst ganz normale Rückenschmerzen nach einem langen Tag am Schreibtisch bringen mich auf die Idee, es könnte sich um ein Anzeichen eines unentdeckten Krebses handeln», sagt Pierre-Alain und rollt unter dem Tisch die Sohlen seiner Turnschuhe ab, von den Fussspitzen zu den Fersen und von den Fersen zu den Spitzen.

Eva und die anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben ihm aufmerksam zugehört. Wie geht man mit einer solchen Angst um? Ein Satz, den Pierre-Alain von jeman-

Wertvoller Erfahrungsaustausch

Das Leben nach der Diagnose ist nicht das vor der Diagnose: Eine Krebserkrankung verändert den Alltag vieler Betroffener – und ihrer Angehörigen. In dieser belasteten Situation ist der Erfahrungsaustausch mit anderen Menschen hilfreich.

Die kantonalen und regionalen Krebsligen bieten dazu verschiedene Angebote an. Einige auch offene Gesprächsgruppen. Informieren Sie sich bei der Krebsliga in Ihrer Nähe.

Die Krebsliga ist für Sie da. www.krebsliga.ch/region

Coop unterstützt «5 am Tag»-Kampagne seit zehn Jahren



Seit zehn Jahren unterstützt Coop als erste Detailhändlerin die Gesundheitskampagne «5 am Tag» der Krebsliga. Die Gesundheit der breiten Bevölkerung liegt Coop am Herzen. Deshalb investiert sie in die Prävention, wie sie «5 am Tag» betreibt, und empfiehlt den Genuss von fünf Portionen Gemüse und Früchten pro Tag. Coop trägt tatkräftig mit dazu bei, den Gemüseund Früchtekonsum in der Schweiz zu erhöhen. Und unterstützt deshalb den «5 am Tag»-Bus und -Messestand mit frischen Zutaten, inspiriert mit kreativen Rezeptideen, führt Preisaktionen bei Gemüsen und Früchten durch, verteilte am Tag des Apfels rund 1 Million Äpfel gratis und bietet regelmässig Tragetaschen an, die man günstig mit Gemüse und Früchten füllen kann. So auch im Jubiläumsjahr, in dem Coop mit vielen Überraschungen aufwartet. Etwa mit der «5 am Tag»-Woche vom 6. bis am 12. Februar. In dieser Woche wird «5 am Tag» prominent mit diversen Aktionen und einem tollen Wettbewerb schweizweit in allen Filialen anzutreffen sein. In knapp 60 grösseren Filialen gibt es feine Smoothies zu degustieren, der «5 am Tag»-Minibus macht vor sechs Filialen halt. (pan)



Infos unter www.5amtag.ch/uber-uns/ lizenznehmer-partner/lizenznehmer/ coop-basel

Seminarangebote mit Kursdaten

In den Seminaren der Krebsliga können sich Betroffene und Angehörige von Menschen mit Krebs eine Auszeit nehmen, die ihnen gut tut. Vielleicht möchten auch Sie sich in Gesprächen austauschen, in einer Berglandschaft frische Luft atmen oder mit Ihren Händen etwas erschaffen? Die Seminare sind vielfältig.

Im Fokus liegen das Auftanken und das Sammeln neuer Kräfte. Ganz gleich, ob Sie sich dabei bewegen oder sich auf etwas Neues einlassen. Möglicherweise entdecken Sie kreative Ausdrucksformen, stellen sich einer körperlichen Herausforderung oder beteiligen sich an Ausflügen in der Natur. Oder Sie lassen sich bei Meditation und Entspannungsübungen begleiten. Viele Teilnehmende machen dieselbe Erfahrung: An den Kursen nehmen Menschen mit ganz unterschiedlichen Krebserkrankungen teil, die alle ihre eigenen Erfahrungen im Umgang mit Krebs gemacht haben. Der Austausch und das Wissen, nicht alleine zu sein, helfen, mit der Krankheit umzugehen und Mut für die Zukunft zu tanken. Wir freuen uns auf Sie! (siw)



www.krebsliga.ch/seminare

IKEA engagiert sich für die Krebsliga







IKEA Schweiz hat sich im letztjährigen InfoMonat Brustkrebs im Oktober 2016 engagiert, indem die rund 2700 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zum Thema Brustkrebs informiert und sensibilisiert wurden. Zudem konnte die Krebsliga in allen neun Schweizer IKEA-Einrichtungshäusern eine gross angelegte Standaktion durchführen und so zahlreichen interessierten Kundinnen und Kunden Infobroschüren zum Thema Brustkrebs verteilen. Ebenfalls im letzten Herbst gestartet und dieses Jahr erfolgreich weitergeführt werden Schulungen der IKEA-Mitarbeitenden zur Krebsvorsorge und -prävention sowie Workshops für Vorgesetzte, in denen diese ihre Kompetenzen im Umgang mit Krebsbetroffenen am Arbeitsplatz erweitern können. (ab)

Neu: Telefoncoaching für Arbeitgeber

Neu beantwortet die Krebsliga Fragen von Vorgesetzten und HR-Fachpersonen, deren Mitarbeitende von Krebs betroffen sind. Die Nummer lautet 0848 114 118. Was soll und darf eine Chefin ihrem Team kommunizieren? Wie kann ein Vorgesetzter mit der eingeschränkten Leistungsfähigkeit eines erkrankten Mitarbeiters umgehen? Welche finanziellen Auswirkungen hat der Ausfall der betroffenen Person auf ein Unternehmen? Der Bedarf an Wissensaustausch ist bei Vorgesetzten und HR-Fachpersonen gross. Die Fragen reichen von Sozialversicherungsregelungen über die alltägliche Organisation der Arbeit bis hin zur Kommunikation mit den Mitarbeitenden.



Arbeitgeber können das Coaching von Montag bis Freitag zwischen 9 und 16 Uhr in Anspruch nehmen. Fachspezialistinnen der Krebsliga führen die Gespräche auf Deutsch, Französisch und Italienisch. Ein Anruf kostet 8 Rappen pro Minute auf dem Festnetz und entsprechend mehr ab einem Mobiltelefon. (siw) www.krebsliga.ch/arbeitgeber

Weltkrebstag

Am 4. Februar wird der Weltkrebstag in der Schweiz von der Krebsliga unter dem internationalen Motto der UICC «We can – I can» begangen. Mit einem Kartenspiel, das neun Fragen und Antworten enthält, werden verschiedene Aspekte der Erhaltung des Arbeitsplatzes und der beruflichen Wiedereingliederung von krebsbetroffenen Personen thematisiert. Das Spiel vermittelt einen Überblick über die Unterstützungsaktionen der Krebsliga für erwerbstätige kranke Menschen. (bu)



Gesprächsgruppen für Kinder und Jugendliche

Krebs bei Kindern und Jugendlichen bedeutet für eine Familie eine einschneidende Veränderung. Die Kinder und Jugendlichen können von Gefühlen der Angst, Einsamkeit, Wut oder Schuld überwältigt werden. Es ist wichtig, ihnen einen Raum zu bieten, wo sie sich austauschen und mitteilen können. Die Krebsliga Wallis, die Kinderpflege der SMZ und das Spital Wallis haben Gesprächsgruppen für Kinder und Jugendliche zwischen 6 und 17 Jahren ins Leben gerufen. Geleitet werden sie von einer Psychologin und einer Kinderkrankenschwester. (bu)

Infos: www.krebsliga-wallis.ch (unter Kurse)

Stars for life



Das zehnte Benefiz-Hockeyspiel «Stars for Life» findet am 12. Februar 2017 um 16 Uhr in der Eishalle Düdingen (FR) statt. Am Spektakel mit zwei Matches werden Starspieler sowie viele andere Persönlichkeiten anwesend sein, die von Organisator Tobias Lehmann eingeladen werden. Der Erlös geht an die Krebsliga. (bu)

Informationen: www.starsforlife.ch



Haben Sie Fragen zu Krebs? Möchten Sie über Ihre Ängste oder Erfahrungen sprechen?

Wir helfen Ihnen weiter:



E-Mail helpline@krebsliga.ch

Chat^{*} www.krebsliga.ch/cancerline

Skype* krebstelefon.ch *(Mo-Fr 11–16 Uhr)

Forum www.krebsforum.ch

Unter www.krebsliga.ch finden Sie die Adressen der kantonalen Krebsligen.

Sudoku

2		4			1			3
	5			8			7	
			6					8
5						6	9	
	9			7			3	
	4	1						2
1					7			
	3			5			1	
4			3			8		6

Die Lösungszahl:

krebsliga

meinsam gegen Brustkrebs 🔏 Permamed unterstützt mit jeder verkauften Packung **Lubex anti-age**® die Krebsliga

Schweiz im Programm Brustkrebspräventio mit einem Franken.



Gewinnen Sie ein Lubexanti-age®-Geschenkset

Das Set besteht aus den zwei folgenden Produkten:

Lubex anti-age® vitamin C concentrate

für eine ebenmässigere und jünger wirkende Haut:

- reduziert Pigment- und Altersflecken und sorgt für einen ebenmässigen Teint
- erhöht den Kollagengehalt und reduziert Falten hochsignifikant
- wirkt verstärkt antioxidativ und bewahrt die Haut vor lichtbedingter Hautalterung
- polstert die Haut von innen auf und hydratisiert sie intensiv

Lubex anti-age® eye intensive

für einen frischen, strahlenden Blick:

- wirkt gegen Augenringe und Tränensäcke
- strafft die Augenlider
- glättet Augenfältchen sichtbar
- hydratisiert intensiv und verleiht der Augenpartie Vitalität

Diese Schweizer Produkte sind für jeden Hauttyp geeignet.

Machen Sie mit und gewinnen Sie eines von zehn Geschenksets im Wert von Fr. 117.-

So nehmen Sie teil: SMS Senden Sie aspect, gefolgt von der Lösungszahl, Ihrem Namen und Ihrer Adresse an die 363 (Fr. 1.-/SMS). Beispiel: aspect 178, Hans Mustermann, Musterstrasse 22, 8000 Musterhausen

Postkarte Krebsliga Schweiz, Effingerstrasse 40, Postfach, 3001 Bern

Einsendeschluss ist der 23. Januar 2017. Viel Glück!

Die Gewinnerinnen und Gewinner der Oktoberausgabe 4/16:

Käthi Küng, 8750 Glarus; Fritz Heimberg, 3792 Saanen; Christiane Brunner, 2108 Couvet; Heidi Sulser, 7558 Strada; Jean-Pierre Amsler, 2000 Neuchâtel; Marianne Schweizer, 4417 Ziefen; Jacques Seiler, 1207 Genève; Karl Otter, 4900 Langenthal; Marlies Zürcher, 3270 Aarberg; Kurt Schüpfer, 6285 Hitzkirch; Simone Maye, 1092 Belmont; Eva Lutz, 8404 Winterthur; Valentino Villanova, 8957 Spreitenbach;

Hans Renold, 9602 Bazenheid; Jean-Bernard Pillonel, 1723 Marly; Gertrud Zürcher, 3626 Hünibach; Jacqueline Bettex, 2000 Neuchâtel; Alfred Mader, 8598 Bottighofen; Katharina Lüthi, 8630 Rüti; Clarisse Friderich, 1008 Prilly; Verena Bärtschi, 3185 Schmitten; Erminia dalla Vecchia, 2740 Moutier; Beatrice Bühler, 4628 Wolfwil; Daniel Hafner, 7306 Fläsch; Christine Dubrul, 1205 Genève.

(Lösungszahl: 485)

8	9	1	3	7	4	5	6	2	
7	5	4	2	6	8	3	1	9	
3	6	2	5	9	1	8	7	4	2831
5	4	3	7	1	9	6	2	8	0601003
1	2	6	4	8	5	9	3	7	090
9	8	7	6	3	2	4	5	1	Puzzles
4	7	5	9	2	6	1	8	3	tis Pu
6	3	8	1	4	7	2	9	5	© Conceptis
2	1	9	8	5	3	7	4	6	000

Die Krebsliga in Ihrer Region

Krebsliga Aargau

Telefon 062 834 75 75 admin@krebsliga-aargau.ch PK 50-12121-7

Krebsliga beider Basel

Telefon 061 319 99 88 info@klbb.ch PK 40-28150-6

Bernische Krebsliga

Telefon 031 313 24 24 info@bernischekrebsliga.ch PK 30-22695-4

Krebsliga Freiburg

Telefon 026 426 02 90 info@liguecancer-fr.ch PK 17-6131-3

Ligue genevoise contre le cancer

Téléphone 022 322 13 33 ligue.cancer@mediane.ch CP 12-380-8

Krebsliga Graubünden

Telefon 081 252 50 90 info@krebsliga-gr.ch PK 70-1442-0

Ligue jurassienne contre le cancer

Téléphone 032 422 20 30 ligue.ju.cancer@bluewin.ch CP 25-7881-3

Ligue neuchâteloise contre le cancer

Téléphone 032 721 23 25 LNCC@ne.ch CP 20-6717-9

Krebsliga Ostschweiz SG, AR, AI, GL

Telefon 071 242 70 00 info@krebsliga-ostschweiz.ch PK 90-15390-1

Krebsliga Schaffhausen

Telefon 052 741 45 45 info@krebsliga-sh.ch PK 82-3096-2

Krebsliga Solothurn

Telefon 032 628 68 10 info@krebsliga-so.ch PK 45-1044-7

Thurgauische Krebsliga

Telefon 071 626 70 00 info@tgkl.ch
PK 85-4796-4

Lega ticinese contro il cancro

Telefono 091 820 64 20 info@legacancro-ti.ch CP 65-126-6

Ligue vaudoise contre le cancer

Téléphone 021 623 11 11 info@lvc.ch CP 10-22260-0

Krebsliga Wallis

Telefon 027 604 35 41 info@krebsliga-wallis.ch PK 19-340-2

Krebsliga Zentralschweiz LU, OW, NW, SZ, UR

Telefon 041 210 25 50 info@krebsliga.info
PK 60-13232-5

Krebsliga Zug

Telefon 041 720 20 45 info@krebsliga-zug.ch PK 80-56342-6

Krebsliga Zürich

Telefon 044 388 55 00 info@krebsligazuerich.ch PK 80-868-5

Krebshilfe Liechtenstein

Telefon 00423 233 18 45 admin@krebshilfe.li PK 90-4828-8

Krebsforum

www.krebsforum.ch das Internetforum der Krebsliga

Krebstelefon

0800 11 88 11 Montag bis Freitag 9 bis 19 Uhr Anruf kostenlos helpline@krebsliga.ch

Impressum

Herausgeberin Krebsliga Postfach, 3001 Bern Telefon 0844 80 00 44 info@krebsliga.ch www.krebsliga.ch PK 30-4843-9



f /krebsliga

Twitter.com/krebsliga

Redaktionsleitung Flavia Nicolai (fln)

Autorinnen/Autoren

Peter Ackermann (pan) Aline Binggeli (ab) Nicole Bulliard (bu) Rahel Escher (rae) Ori Schipper (ors) Simone Widler (siw)

Fotografie

Gaëtan Bally, Zürich

Layoutkonzept

Thomas Gfeller, Basel

Gestaltung

Dominique Scholl

Druck

Vogt-Schild Druck AG, Derendingen Auflage 130 000 Ex.

Ausgabe 1/17, Januar 2017

Erscheint 4-mal jährlich, die nächste Ausgabe von «aspect» erscheint im Mai 2017.

Bank Coop – Finanzpartner der Krebsliga Schweiz.

Damit wir von einem reduzierten Versandtarif der Post Gebrauch machen können, verrechnen wir Ihnen auf Ihre Spende Fr. 5.– pro Jahr als Abonnementsgebühr. Wir bitten um Verständnis.







«Ich frage mich oft, an wen sich die Personen, die regelmässig die Krebsliga Neuenburg aufsuchen, wenden würden, wenn diese nicht existierte! Neben der Information und Sensibilisierung der Öffentlichkeit für die Prävention und Früherkennung ist unser Verein vor allem für krebsbetroffene Personen, unabhängig ihres Krankheitsstadiums, und ihre Angehörigen da. Unsere Mitarbeiterinnen treffen Erwachsene, aber auch Kinder in den Büros der Krebsliga, zu Hause oder im Spital. Mit der angebotenen Unterstützung und Begleitung sollen Lösungen gefunden werden, die auf die geäusserten Bedürfnisse zugeschnitten sind und dabei dem Rhythmus, den Wertvorstelllungen und den Wahlmöglichkeiten jeder Person Rechnung tragen. Die Klientinnen und Klienten sagen uns häufig, wie froh sie sind, sich an uns gewandt zu haben.»

Christiane Kaufmann, Geschäftsführerin der Krebsliga Neuenburg



ligue neuchâteloise contre le cancer

www.liguecancer-ne.ch, LNCC@ne.ch, Tel. 032 721 23 25, Spenden: PK 20-6717-9



Verantwortung verbindet.







aspect 1/17





aspect 1/17



Den Krebs an der Wurzel packen

Die Idee der Krebsstammzellen ist noch keine 20 Jahre jung. Sie stellt nicht nur das bisherige Verständnis von der Erkrankung auf den Kopf, sondern liefert zusehends auch Vorschläge, wie die Krankheit bekämpft werden könnte.

Text: Ori Schipper, Fotos: Marco Zanoni (Portrait)

Eigentlich grenzt es an ein Wunder, dass aus einer einzigen befruchteten Eizelle ein vollständiger Organismus entstehen kann. Ein Wunder, das sich allerdings mit der Existenz von Stammzellen erklären lässt: biologischen Alleskönnerinnen mit dem Potenzial, sich in so unterschiedliche Zelltypen wie etwa Blut- oder Hirnzellen zu verwandeln. Eine Stammzelle kann zwar weder Sauerstoff transportieren wie die Blutzelle, noch Nervensignale übertragen wie die Hirnzelle – sie ist den Körperzellen also funktionell unterlegen. Doch fällt einmal eine Körperzelle aus, kann nur die Stammzelle für Ersatz sorgen.

Als deshalb Forschende aus Kanada im Jahre 1997 berichteten, dass sie in Versuchen mit Mäusen Blutkrebsstammzellen gefunden hätten, von denen die Krankheit auszugehen schien, erregten sie grosses Aufsehen. In den folgenden Jahren förderten verschiedene Forschungsgruppen ans Licht, dass Krebsstammzellen oft auch am Ursprung von soliden Tumoren – also etwa Tumoren im Hirn, in der Brust oder im Dickdarm – zu finden sind.

Revolutionärer Gedanke

Diesen Befunden zufolge kennen Krebszellen – genau wie normale Zellen – eine Art Arbeitsteilung, bei der eine Gruppe von Zellen als Quelle aller anderen Zellen in Erscheinung tritt. Dieser revolutionäre Gedanke wirft viele bisherige Überzeugungen über den Haufen – und wird deshalb noch bis heute mitunter kontrovers diskutiert. Bedeutet er, dass die Ärzte nicht mehr nur gegen eine riesige Anzahl gleichgeschalteter Krebszellen vorgehen, sondern sich vor allem auch auf eine viel kleinere Anzahl von Krebsstammzellen konzentrieren sollten, von denen das Übel ausgeht?

Diese Frage treibt Jörg Huelsken, Krebsstammzellenforscher an der Eidgenössischen Technischen Hochschule in Lausanne, schon seit mehr als zehn Jahren um. Die gängigen Chemotherapeutika richten gegen Krebsstammzellen nicht viel aus, weil die Stammzellen sich meist in gut geschützten Nischen befinden und weil sie Giftstoffe effizient aus ihrem Zellinneren pumpen können. «Im Vergleich mit normalen Krebszellen sind Krebsstammzellen auch besser darin, Erbgutschäden zu reparieren», sagt Huelsken.

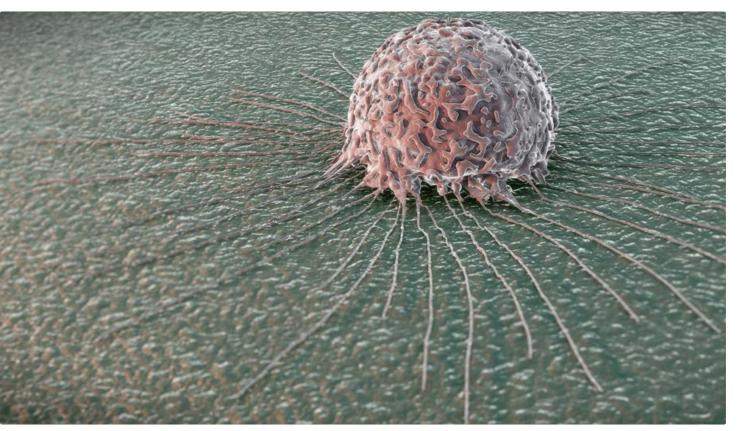
Erneuerungspotenzial verkleinern

Mit seiner Forschungsgruppe verfolgt Huelsken einen Ansatz, der nicht darauf abzielt, die Krebsstammzellen abzutöten, sondern ihr Erneuerungspotenzial zu verkleinern. Auch dieser Ansatz ist von der Biologie der normalen und gesunden Stammzellen inspiriert. Wenn sich jemand beispielsweise an einem Dornengestrüpp verletzt, muss sein Körper für die Heilung der Wunde neue Hautzellen ausbilden. Also beginnen die Stammzellen, sich zu teilen. Bei jeder Zellteilung darf sich aber nur eine der beiden Tochterzellen zu einer Hautzelle entwickeln, die andere Tochterzelle muss die Stammzelleigenschaften der Mutter behalten, weil sonst die nächste Wunde nicht mehr geheilt werden könnte.

Wie die Forschenden um Huelsken herausgefunden haben, vermittelt bei den Stammzellen von Dickdarmtumoren ein bestimmter zellulärer Signalweg die Stammzellidentität: Sind die Gene dieses Signalwegs aktiviert, verharrt die Zelle in ihrem ursprünglichen Zustand. Werden die Gene ausgeschaltet, wird der Signalweg unterbrochen – und die Zelle nimmt ein anderes Schicksal an. Sie beginnt, sich zu verwandeln (oder im Fachjargon: sich zu differenzieren). Erst kürzlich haben Huelsken und seine Mitstreiter in Versuchen an Mäusen gezeigt, dass Tretinoin – oder Vitamin-A-Säure – in der Lage ist, den betreffenden Signalweg zu blockieren und die Stammzellidentität empfindlich zu stören.

Grosser Erfolg bei seltenem Blutkrebs

Tretinoin wird in der Behandlung der so genannten Promyelozytenleukämie (einer seltenen Form von Blutkrebs) schon seit mehr als 30 Jahren – und mit grossem Erfolg – eingesetzt. Während die Promyelozytenleukämie lange zu den Leukämieformen mit den schlechtesten Prognosen zählte, trägt Tretinoin in Kombination mit anderen Wirkstoffen dazu bei, dass die Therapie nun in 70 bis 80 Prozent der Fälle gelingt. Auch bei der Promyelozytenleukämie beeinflusst das Vitamin-A-Derivat die Differenzierung der Zellen, es sorgt für die Reifung der für das Krankheitsbild charakteristischen Blutvorläuferzellen und stoppt so deren Vermehrung. Dass sich diese Substanz schon klinisch bewährt habe, sei eigentlich



Nur eine kleine Minderheit der Krebszellen gehört zu den Krebsstammzellen.

ein Vorteil, meint Huelsken. Die Ärzteschaft habe sich dadurch ein Bild der Wirkungen und Nebenwirkungen von Tretinoin machen können. Doch weil die Substanz schon sehr lange eingesetzt werde, sei ihr Patentschutz inzwischen erloschen. Der pharmazeutischen Industrie fehlt somit der finanzielle Anreiz, um an Huelskens vielversprechenden Resultaten anzuknüpfen – und Tretinoin in teuren klinischen Studien zu testen. «Das bedaure ich, denn mit einer gegen Krebsstammzellen gerichteten Differenzierungstherapie könnte man sich der Wurzel und der Triebkraft des Dickdarmkrebses und vielleicht noch einiger anderer bösartiger Tumoren entledigen», sagt Huelsken.

Prof. Dr. Jörg Huelsken



Die Forschungsarbeiten des Krebsstammzellforschers werden unter anderem von der Stiftung Krebsforschung Schweiz und der Krebsliga Schweiz finanziell unterstützt. Die Arbeiten sind auch schon mehrfach ausgezeichnet worden, so etwa im Jahre 2012 mit dem von der Krebsliga Schweiz verliehenen

Robert-Wenner-Preis für herausragende Nachwuchsforschende in der Onkologie.