

Pressemitteilung

31. Januar 2019

Fragen an.... Prof. Dr. Carsten Bokemeyer

Weltkrebstag: Wissenswertes rund um das Thema Krebs

Am 4. Februar 2019 findet der diesjährige Weltkrebstag unter dem Motto „Ich bin und Ich werde“ statt. Wie jeder Einzelne einen Beitrag zur Vermeidung von Krebs leisten kann und wie vielschichtig die Arbeit der Gesundheitsnetzwerke gegen Krebs ist, darüber sprachen wir mit Professor Dr. Carsten Bokemeyer, Di-rector des Universitären Cancer Center Hamburg (UCCH) des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf (UKE).

[Wir erleben in der Krebsforschung und -therapie in den letzten Jahren wichtige Fortschritte – heißt das, wir können alle aufatmen?](#)

Prof. Dr. Carsten Bokemeyer: Trotz vieler Verbesserungen der letzten Jahre – die Zahlen zeigen es deutlich: Krebs geht uns alle an. Allein in Deutschland erkranken jährlich etwa 480.000 Menschen neu an Krebs. Die Heilungs- und Überlebensraten steigen, das ist eine gute Nachricht. Aber es bringt nichts, zu hoffen, dass man nie mit Krebs in Berührung kommen wird. Jeder wird im Laufe des Lebens entweder im Familien- und Freundeskreis oder gar selbst betroffen sein. Ich möchte deshalb jedem Menschen eindringlich raten, alles ihm oder ihr Mögliche zur Vermeidung von Krebs zu versuchen.

[Was sind denn die wichtigsten Faktoren, die zu einer Krebserkrankung führen können?](#)

Prof. Dr. Carsten Bokemeyer: Mindestens 40 Prozent aller Krebserkrankungen sind auf Lebensstilfaktoren zurückzuführen. Die Stärkung unserer Gesundheit ist sicherlich Basis für die Vermeidung von vielen Erkrankungen, aber gerade bei Krebserkrankungen konnten großangelegte epidemiologische Studien zeigen, dass Faktoren wie das Rauchen, falsche Ernährung, mangelhafte Bewegung, zu viel Alkohol und UV-Strahlung die Entstehung von Krebs begünstigen. Hinzu kommt in einigen Fällen noch die erbliche Vorbelastung, wenn Familienmitglieder bereits an bestimmten Krebsformen erkrankt sind.

[Was sind Ihre Empfehlungen, wie Krebs vermieden werden kann?](#)

Prof. Dr. Carsten Bokemeyer: Ein ausgewogener rauchfreier Lebensstil mit einer vitaminreichen und fleischarmen Ernährung, täglichen Bewegungseinheiten, reduziertem Alkoholkonsum und einem verantwortungsvollen Umgang mit der Sonnenbestrahlung trägt dazu bei, Krebs zu vermeiden. Sie

können sich das so vorstellen: Sie zahlen mit dieser Verbesserung Ihres Lebensstils auf eine Art Lebenslangzeitkonto ein, in späteren Jahren werden Sie die Früchte daraus ernten. Wichtig bei der Umstellung des Lebensstils ist, sich Schritt für Schritt dem Ziel zu nähern und keine großen Pläne zu machen, die unter Umständen langfristig nicht eingehalten werden können. Ein weiterer wesentlicher Baustein ist natürlich die Nutzung von Früherkennungsmaßnahmen, um gegebenenfalls bereits gegen die Frühformen des Krebses einschreiten zu können. Dies ist bei erblich belasteten Familien ein bedeutender Faktor, um Risiken frühzeitig einschätzen zu können. In unserem Gesundheitssystem gibt es eine Vielzahl von Angeboten, die dafür genutzt werden können.

Führt diese Vielzahl von Angeboten nicht eher zu einer gewissen Entscheidungsunfähigkeit zu beurteilen, welches Angebot fundiert und welchen Richtlinien zu trauen ist?

Prof. Dr. Carsten Bokemeyer: Ja, das kann durchaus sein. Die Bekämpfung von Krebs ist eine gesamtgesellschaftliche Verantwortung geworden, bei der die Gesundheitsanbieter erkennen, dass nur die Vernetzung und der Austausch untereinander zu einer besseren Information der Bevölkerung führen. Der Weltkrebstag heute ist ja nur ein Element von vielen, um das Bewusstsein für die Thematik zu stärken. Unsere medizinischen Fachgesellschaften, Krankenkassen bis hin zu Sportvereinen und Arbeitgeberverbänden arbeiten das ganze Jahr an teilweise großangelegten Kampagnen zur Prävention. Wir am Universitären Cancer Center Hamburg haben uns beispielsweise jüngst mit dem Gesundheitskiosk in Hamburg-Billstedt/Horn zusammengeschlossen, um mit Hilfe unserer Onkolotsen auch den Zugang für Menschen aus allen Sozial- und Bevölkerungsschichten zum Thema Krebsprävention zu ermöglichen. Wir möchten vermeiden, dass die Entstehung und auch das Wiederauftreten von Krebs durch soziale Ungleichheit begünstigt werden.

Was raten Sie Patienten und ihren Angehörigen, die bereits von der Krebserkrankung betroffen sind?

Prof. Dr. Carsten Bokemeyer: Wenn eine Krebsbehandlung erstmal überstanden ist, arbeiten wir gemeinsam mit unseren Patientinnen und Patienten an individuellen Konzepten, um ein Wiederauftreten der Erkrankung und die Reduktion von Langzeitnebenwirkungen zu erreichen. Die höheren Überlebensraten führen heute dazu, Krebs zunehmend als chronische Erkrankung zu verstehen. Das bedeutet im Umkehrschluss für die Patienten und deren Angehörige auch, dass sie stärker Eigenverantwortung für ihr Leben übernehmen müssen, wobei auch hier der Lebensstil mit Ernährung und Bewegung eine sehr wichtige Rolle spielt. Hinzu kommt auch der psychologische Faktor – die Betroffenen erleben oft erst einige Zeit nach ihrer Erkrankung, was sie ihnen widerfahren ist. Wir im Krebszentrum des UKE bieten dafür ein „Leben nach Krebs“-Programm an, um Patienten und ihre Angehörige in dieser Lebenssituation zu begleiten.

Kontakt Pressestelle

Anja Brandt
 Unternehmenskommunikation
 Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE)



Martinistraße 52
20246 Hamburg
Telefon: 040 7410-57553
anja.brandt@uke.de

Das Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE)

Das 1889 gegründete Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) ist eine der modernsten Kliniken Europas und mit rund 11.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern einer der größten Arbeitgeber in Hamburg. Gemeinsam mit dem Universitären Herzzentrum Hamburg und der Martini-Klinik verfügt das UKE über mehr als 1.730 Betten und behandelt pro Jahr rund 472.000 Patienten. Zu den Forschungsschwerpunkten des UKE gehören die Neurowissenschaften, die Herz-Kreislauf-Forschung, die Versorgungsforschung, die Onkologie sowie Infektionen und Entzündungen. Über die Medizinische Fakultät bildet das UKE rund 3.400 Mediziner und Zahnmediziner aus.

Wissen – Forschen – Heilen durch vernetzte Kompetenz: Das UKE. | www.uke.de

Wenn Sie aus unserem Presseverteiler entfernt werden möchten, schicken Sie uns bitte eine E-Mail an presse@uke.de. Informationen zum Datenschutz finden Sie [hier](#).

