

Prävention in der Onkologie – Ein Praxisbeispiel

Zusammenfassung

In Deutschland erkranken jedes Jahr 490.000 Menschen neu an Krebs, 218.000 sterben an den Folgen dieser Erkrankung. Expertenschätzungen zu Folge wird die Zahl der Krebserkrankungen bis 2050 um ca. 30 Prozent steigen (Deutsche Krebshilfe, 2012). Studien konnten inzwischen für einige Tumorerkrankungen mögliche Risikofaktoren identifizieren. Ziel sollte es daher sein, dass öffentliche Bewusstsein für beeinflussbare Verhaltensfaktoren zu stärken und damit einen Beitrag zur Prävention von Krebserkrankungen zu leisten. Ein Beispiel für die praktische Umsetzung dieses Anliegens sind die verschiedenen, zielgruppenspezifischen Projekte des Präventionszentrums des Universitäts KrebsCentrums Dresden, die hier vorgestellt werden sollen.

Hintergrund

Aktuelle Daten des Robert-Koch-Institutes und der Gesellschaft der epidemiologischen Krebsregister in Deutschland e.V. (2012) zeigen, dass im Jahr 2008 246.700 Männer und 223.100 Frauen an Krebs neu erkrankt sind. Die häufigste Tumorklassifikation von Neuerkrankungen bei Männern betrifft mit 25,7 Prozent die Prostata, gefolgt von Tumoren in Darm und Lunge. Frauen erkrankten in 32,1 Prozent der Fälle an Tumoren der Brustdrüse, ebenfalls gefolgt von Tumorklassifikationen in Darm und Lunge. Die häufigsten Krebssterbefälle sind bei Männern auf Tumore in Lunge, Darm und Prostata, bei Frauen in Brust, Darm und Lunge zurückzuführen.

Vor dem Hintergrund steigender Erkrankungszahlen, erscheint neben Diagnostik und Therapie auch die Analyse möglicher beeinflussbarer Risikofaktoren in den letzten Jahren von zunehmender Bedeutung. Langjähriges Rauchen, regelmäßiger Alkoholkonsum, unausgewogene Ernährung, insbesondere der geringe Ver-



Schulklasse im Projekt „Mit Köpfchen gegen Krebs“

© UCC

zehr von Obst und Gemüse, unzureichende körperliche Bewegung und übermäßige UV-Strahlung wurden in zahlreichen Studien als Risikofaktoren für die Entstehung verschiedener Tumorerkrankungen identifiziert (Danaei, G.; Hoorn, S.V.; Lopez, A.; et al., 2005). Durch eine adäquate Veränderung dieser beeinflussbaren Verhaltensfaktoren könnte das Erkrankungsrisiko deutlich gesenkt werden. Die WHO geht davon aus, dass sich mehr als 30 Prozent aller Krebsfälle durch Vorbeugung verhindern ließen.

Das Präventionszentrum des Universitäts KrebsCentrums (UCC) des Universitätsklinikums Dresden hat es sich daher zum besonderen Anliegen gemacht, dass öffentliche Bewusstsein für das eigene Erkrankungsrisiko zu stärken und Möglichkeiten der individuellen Risikoreduktion aufzuzeigen. Zum einen bietet das UCC-Präventionszentrum in der regelmäßig stattfindenden Vortragsreihe „Vorsorge im Blick: gut informiert, gesünder leben“ themenspezifische Vorträge an, in denen Experten die neuesten Erkenntnisse der Krebsprävention und -früherkennung verständlich und praxisnah darstellen. Zum anderen wurden verschiedene Projekte entwickelt und implementiert, die zielgruppenspezifisch relevante Präventionsmöglichkeiten vermitteln sollen. Der Schwerpunkt liegt dabei besonders auf Kindern und Jugendlichen, da sich in dieser Lebensphase typische Verhaltens-

muster entwickeln und bereits hier der Grundstein für eine gesunde Lebensgestaltung gelegt wird. Im Folgenden werden die einzelnen Projekte vorgestellt und wesentliche Inhalte kurz skizziert.

Projekt „Mit Köpfchen gegen Krebs“

Das Projekt „Mit Köpfchen gegen Krebs“ für weiterführende Schulen vermittelt Schülerinnen und Schülern ab der siebten Klasse Wissen über die Krankheit Krebs sowie über Möglichkeiten, das individuelle Krankheitsrisiko zu reduzieren. Im Rahmen eines dreistündigen Workshops arbeiten die Jugendlichen überwiegend in Kleingruppen und erfahren mit Hilfe von spannenden Experimenten und vielseitigen Übungen mehr über Risiken der Krebsentstehung und allgemeine Möglichkeiten der Krebsprävention. Nacheinander durchlaufen sie die Stationen „Sonnenschutz“, „Nichtrauchen“, „Bewegung“ und „Ernährung“. Im abschließenden Fazit werden die wesentlichen Informationen aus der Kleingruppenarbeit präsentiert und zusammengefasst.

Um die vermittelten Inhalte auch im Schulalltag nachhaltig umzusetzen, werden die teilnehmenden Klassen zum Wettbewerb „Wir bleiben dran“ eingeladen. Die Schülerinnen und Schüler können zu einzelnen Themen der Krebsprävention, wie zum Beispiel gesunde Ernährung, Bewegung, Nichtrauchen oder Sonnen-



Schüler während des Projektes „Gesund essen: nicht nur etwas für Außerirdische“

© UCC

schutz eigene Ideen zur Umsetzung im schulischen Alltag entwickeln und durchführen. Jedes Jahr werden die kreativsten Projekte prämiert.

Das Projekt „Mit Köpfchen gegen Krebs“ wird von Schülern und Lehrern als Bereicherung des Lehrplans geschätzt und von vielen Mittelschulen und Gymnasien im Rahmen des fächerübergreifenden Unterrichts oder als Projekttag genutzt. Allein im Jahr 2012 nahmen mehr als 1.000 Schüler an diesem Workshop teil.

Projekt „Gesund essen: nicht nur etwas für Außerirdische“

Für Kinder und Jugendliche ist eine ausgewogene Ernährung als Grundlage für eine gesunde Entwicklung sehr wichtig. Gerade in den letzten Jahren hat sich hier bei Essensanbietern, Kindertagesstätten und Schulen sowie in der öffentlichen Wahrnehmung bereits sehr viel getan. Auch die Kinder selbst sollten gut über die Grundlagen einer gesunden Ernährung informiert sein. Um dazu einen Beitrag zu leisten, bietet das UCC-Präventionszentrum den Workshop „Gesund essen: nicht nur etwas für Außerirdische“ für Schülerinnen und Schüler sächsischer Grundschulen an. Gemeinsam mit den Außerirdischen „Motzi“ und „Schlaufine“ vom Planeten „Nutri“ erfahren die Kinder in zwei Stunden Spannendes zum Thema Ernährung und bereiten sich selbst anhand der einzelnen Stufen der Ernährungspsy-

ramide eine kleine gesunde Mahlzeit zu. Über 200 Kinder in Grundschulen und Horteinrichtungen haben 2012 an diesem Projekt teilgenommen und erlebten, wie schmackhaft eine ausgewogene Mahlzeit mit reichlich Obst und Gemüse sein kann.

Projekt „Clown Zitzewitz und der Sonnenschutz“

Zu den weltweit am häufigsten auftretenden Krebsarten zählen bösartige Neubildungen der Haut, wobei die Rate der Neuerkrankungen in den letzten Jahrzehnten stark angestiegen ist. Als Hauptursache für diesen Anstieg wird eine zunehmende Belastung der Haut durch ultraviolette Strahlung verantwortlich gemacht. Aufgrund der Empfindlichkeit von Kinderhaut gegenüber Sonnenstrahlung spielt der richtige Sonnenschutz gerade in der frühen Kindheit eine bedeutsame Rolle.

Das Theaterstück „Clown Zitzewitz und der Sonnenschutz“ der Arbeitsgemeinschaft Dermatologische Prävention e.V. und der Deutschen Krebshilfe e.V. bringt Kindergartenkindern richtige Sonnenschutzverhaltensweisen auf unterhaltsame und effektive Art näher. Das UCC-Präventionszentrum bietet dieses Theaterstück vorzugsweise in den Frühjahrs- und Sommermonaten für Kindertagesstätten in Sachsen an und erreichte 2012 mehr als 1.300 Kinder. Bereits die Jüngsten verfolgten

dabei mit großer Begeisterung die Erlebnisse des Clowns Zitzewitz und erfuhren so mehr über den richtigen Sonnenschutz.

Fazit

Die vorgestellten Präventionsprojekte werden unserer Erfahrung nach sehr gut von den unterschiedlichen Einrichtungen angenommen. In der Regel nutzen Schulen dieses kostenfreie Angebot für ihren fächerübergreifenden Unterricht oder als Projekttag und besuchen das UCC-Präventionszentrum vor Ort. Insbesondere für die Durchführung des Projektes „Clown Zitzewitz und der Sonnenschutz“ besteht zudem die Möglichkeit, das Theaterstück direkt in den Kindertageseinrichtungen aufzuführen. Die positive Resonanz von Kindern und Schülern sowie den Mitarbeitern der unterschiedlichen Einrichtung zeigt, dass die vorgestellten Projekte eine sehr gute Möglichkeit sind, altersangemessenen Präventionsmöglichkeiten zu vermitteln und somit bereits frühzeitig die Grundlage für eine Risikoreduktion zu schaffen. Um dies auch mit Daten empirisch belegen zu können, erfolgt neben der Entwicklung und Implementierung auch eine Evaluation aller Projekte hinsichtlich ihrer Wirksamkeit. Erste Ergebnisse werden voraussichtlich Anfang 2013 vorliegen.



Kontakt:

Universitäts KrebsCentrum Dresden
Präventionszentrum
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus
Dresden

Frau Dipl.-Psych. Cornelia Zimmermann
Fetscherstraße 74, 01307 Dresden
Tel.: 0351 458 7443

E-Mail: praeventionszentrum@krebbsentrum.de
www.krebbsentrum.de