



Pflege und Wohlbefinden während Ihrer Krebstherapie

Ein verständlicher Begleiter für eine besondere Zeit




kaymogyn

Eine Krebstherapie ist für viele Menschen eine intensive Phase, die den Körper und die Gefühle gleichermaßen fordert. Neue Informationen, Untersuchungen und körperliche Veränderungen können verunsichern. Dieser Flyer soll Ihnen einen klaren Überblick geben und dazu beitragen, mögliche Beschwerden früh zu erkennen und besser einzuordnen.

Wir möchten Sie dabei unterstützen, Veränderungen in Ihrem Körper besser zu verstehen.

1. Die verschiedenen Arten von Krebstherapien

Wenn eine Therapie beginnt, begegnen Ihnen viele neue Begriffe. Ein grundlegendes Verständnis der Behandlung kann helfen, körperliche Reaktionen besser einzuordnen. Die folgenden Beschreibungen geben einen Einblick in die wichtigsten Therapieformen.



Dieser Flyer ...

... soll Ihnen Orientierung geben und dabei helfen, Veränderungen während Ihrer Krebstherapie besser einzuordnen. Er ersetzt keine ärztliche Beratung. Wenn Sie unsicher sind oder Beschwerden auftreten, wenden Sie sich bitte immer an Ihr Behandlungsteam.

CHEMOTHERAPIE

Die Chemotherapie wirkt im gesamten Körper. Sie nutzt Medikamente, die Krebszellen daran hindern sollen, sich weiter zu teilen. Weil sich jedoch auch manche gesunden Zellen schnell erneuern, können diese mit beeinflusst werden. Das betrifft unter anderem Haut, Schleimhäute, Haarwurzeln und den Magen-Darm-Trakt.

Viele Patientinnen und Patienten berichten von Müdigkeit, empfindlicher Haut, Appetitveränderungen, Verdauungsbeschwerden oder verändertem Geschmackempfinden. Die Therapie erfolgt meist in Zyklen, sodass der Körper in den Pausen Zeit zur Erholung hat.

STRAHLENTHERAPIE

Die Strahlentherapie wirkt gezielt an der Stelle, an der sich der Tumor befindet. Die Haut im bestrahlten Bereich kann empfindlich werden, röten oder trockener wirken. Manche Menschen vergleichen das Gefühl mit einer langsam entstehenden Sonnenreaktion. Veränderungen hängen davon ab, welche Region bestrahlt wird und wie hoch die Strahlendosis ist.



ANTI-HORMON- THERAPIE

Bestimmte Tumorarten wachsen unter hormonellen Einflüssen schneller. Eine anti-hormonelle Therapie senkt diese Hormonsignale. Da Hormone viele Prozesse im Körper beeinflussen, können Veränderungen wie Trockenheit, Hitzewallungen, Schlafprobleme oder Stimmungsschwankungen auftreten. Diese Reaktionen sind typische Folgen der hormonellen Umstellung.

IMMUN- THERAPIE UND BIOLOGIKA

Diese modernen Therapien aktivieren das Immunsystem, damit es Tumorzellen besser erkennt und bekämpft. Da das Immunsystem stärker arbeitet, können grippeähnliche Beschwerden, Müdigkeit, Entzündungsreaktionen oder Veränderungen an Haut und Schleimhäuten auftreten.

OPERATIONEN

Nach einer Operation beginnt der Körper sofort mit der Heilung. Narben, Spannungsgefühle, veränderte Sensibilität oder leichte Schmerzen sind normale Teile dieses Prozesses. Die Heilung verläuft individuell und wird durch schonende Pflege unterstützt.



Warum Nebenwirkungen so individuell sind

Jeder Körper reagiert anders auf eine Krebstherapie. Art der Behandlung, Dosierung, Dauer und die persönliche körperliche Situation beeinflussen, welche Beschwerden auftreten. Auch wenn andere Betroffene ähnliche Therapien erhalten, können die Erfahrungen sehr unterschiedlich sein.

2. Allgemeine Beschwerden während der Krebstherapie

Während der Behandlung können unterschiedliche Beschwerden auftreten. Nicht jede Person erlebt die gleichen Veränderungen, doch einige Reaktionen kommen häufig vor.

Viele Betroffene berichten von einer ausgeprägten Müdigkeit, die sogenannte Fatigue. Sie fühlt sich anders an als normale Erschöpfung. Selbst nach ausreichend Schlaf kann das Gefühl bestehen bleiben, wenig Energie zu haben oder schneller an die eigenen Grenzen zu kommen. Viele Menschen berichten, dass selbst alltägliche Aufgaben mehr Kraft erfordern oder dass die Konzentration nachlässt.

Auch Appetitverlust, Übelkeit oder ein veränderter Geschmackssinn sind häufig. Manche Lebensmittel schmecken plötzlich bitter oder metallisch, andere verlieren ihren gewohnten Geschmack. Das kann das Essen erschweren, obwohl der Körper gerade in dieser Zeit viel Energie braucht.



Der Magen-Darm-Trakt kann empfindlicher reagieren. Manche Menschen haben häufiger Durchfall, andere eher Verstopfung. Auch Blähungen oder ein wechselnder Stuhlgang kommen vor.

Die Haut kann trockener werden oder schneller spannen, weil ihre natürliche Schutzschicht geschwächt ist. Produkte, die früher gut vertragen wurden, können plötzlich brennen, jucken oder unangenehm wirken.

Auch Schleimhäute trocknen leichter aus – nicht nur im Mund oder in der Nase, sondern häufig auch an den Augen. Viele Menschen berichten über trockene, gereizte oder brennende Augen, ein Sandkorngefühl oder einen verstärkten Tränenfluss als Reaktion auf Trockenheit. Das kann das Lesen oder Arbeiten am Bildschirm anstrengender machen.

Da das Immunsystem bei einigen Therapien stärker belastet ist, können Infekte leichter auftreten. Fieber, zunehmende Schwäche oder ungewöhnliche Beschwerden sollten daher frühzeitig medizinisch abgeklärt werden.

Diese Veränderungen können belastend sein, sind jedoch meist vorübergehend und lassen sich in vielen Fällen gut lindern. Es ist hilfreich, Ihr Behandlungsteam frühzeitig einzubeziehen, wenn Beschwerden auftreten. Auch Ihr Apothekenteam kann Sie unterstützen und Sie zu möglichen Nebenwirkungen sowie zu passenden Maßnahmen im Umgang damit beraten.



Wann Sie medizinischen Rat einholen sollten

Bitte wenden Sie sich frühzeitig an Ihr Behandlungsteam, wenn Fieber, zunehmende Schwäche, starke Schmerzen oder neue, ungewöhnliche Beschwerden auftreten. Eine frühzeitige Abklärung hilft, Komplikationen zu vermeiden und Beschwerden gezielt zu lindern.



3. Veränderungen an **Haut** und **Schleimhäuten**

Haut und Schleimhäute erneuern sich regelmäßig und reagieren daher besonders sensibel auf Therapien. Sie können Feuchtigkeit verlieren, spannen, jucken oder empfindlicher werden. Besonders Schleimhäute, etwa in Mund, Nase oder dem Genitalbereich, können schneller austrocknen und gereizt wirken.

Eine regelmäßige und sanfte Pflege hilft, die natürliche Schutzfunktion zu unterstützen und Beschwerden zu reduzieren. Im nächsten Abschnitt geht es um einen Bereich, der vielen Menschen besonders sensibel erscheint: den Intimbereich.

4. Beschwerden im **Intimbereich** während der **Krebstherapie**

Der Intimbereich ist sehr empfindlich, reagiert aber je nach Region unterschiedlich. Deshalb ist es hilfreich, zwischen den Bereichen zu unterscheiden.

Der äußere Intimbereich der Frau, die Vulva, besteht aus Haut. Dazu gehören die äußeren und inneren Schamlippen, die Klitorisregion und der Damm. Da es sich um Haut handelt, trocknet sie schneller aus und reagiert stark auf Reibung, Wärme, Schwitzen oder ungeeignete Pflegeprodukte.

Die Vagina, also der innere Intimbereich, ist mit Schleimhaut ausgekleidet. Diese Schleimhaut erneuert sich schnell und kann während einer Krebstherapie stark an Feuchtigkeit verlieren. Dadurch wird sie empfindlicher und neigt stärker zu Trockenheit.

Auch der männliche Intimbereich kann betroffen sein. Penis und Hodensack bestehen aus empfindlicher Haut, die ebenfalls austrocknen, spannen oder gereizt reagieren kann. Besonders im Bereich der Eichel und der Vorhaut können Trockenheit, Brennen oder Empfindlichkeit auftreten.

Im Folgenden wird beschrieben, wie Beschwerden bei Frauen und Männern entstehen und was helfen kann.



Haut ist nicht gleich Schleimhaut

Haut und Schleimhäute erneuern sich schnell, doch Krebstherapien können diesen Prozess stören und die Schutzfunktion schwächen. Dadurch werden sie trockener und empfindlicher. Der **äußere Intimbereich (Haut)** braucht vor allem **fettreiche, schützende Pflege**, während der **innere Bereich (Schleimhaut)** zusätzlich **Feuchtigkeit benötigt**, um Reizungen zu vermeiden.



BESCHWERDEN DER VULVA UND DES MÄNNLICHEN ÄUSSEREN INTIMBEREICHS

Die Vulva und der männliche äußere Intimbereich bestehen aus Haut und können während der Therapie empfindlicher werden. Häufig treten Trockenheit, Brennen, Juckreiz, Rötungen oder ein Spannungsgefühl auf.

Dies geschieht, weil Therapien die natürliche Hautbarriere schwächen können. Die Haut verliert schneller Fett und Feuchtigkeit und reagiert stärker auf Reibung durch Kleidung, Schwitzen oder Sitzen.

Eine regelmäßige Pflege und Schutz mit fettreichen Produkten kann die Haut beruhigen und schützen. Sie bildet einen sanften Film, der Reibung reduziert und Feuchtigkeit bewahrt.

Wichtig zur Reinigung

Die Reinigung sollte möglichst mit warmem Wasser oder einer rückfettenden, seifenfreien und milden Intimwaschlotion erfolgen. Reinigungsprodukte mit Duftstoffen, Alkohol, Schaumbildnern oder scharfen Tensiden können die Haut zusätzlich irritieren und sollten vermieden werden.

Auch beim Mann kann eine milde Pflegeroutine Beschwerden deutlich reduzieren. Trockene oder gespannte Haut an Penis oder Hodensack lässt sich durch pflegende, fettreiche Produkte gut beruhigen. Das Zurückziehen der Vorhaut sollte bei Reizungen behutsam erfolgen.

BESCHWERDEN DER VAGINA (INNERER INTIMBEREICH MIT SCHLEIMHAUT)

Die Schleimhaut der Vagina verliert unter Krebstherapien, besonders unter antihormoneller Behandlung, häufig Feuchtigkeit. Dadurch können Trockenheit, Brennen, ein Druckgefühl oder Schmerzen beim Geschlechtsverkehr entstehen. Die Schleimhaut wird weniger elastisch und kann leichter kleine Risse entwickeln.

Pflegeprodukte mit Milchsäure stabilisieren zwar den pH-Wert und unterstützen die Infektionsvorbeugung, eignen sich jedoch nicht zur Behandlung ausgeprägter Trockenheit. Sie spenden kaum Feuchtigkeit und können bereits gereizte Schleimhäute sogar empfindlicher machen.

Zur Linderung sind Produkte hilfreich, die Feuchtigkeit zurückgeben, binden oder einen sanften Schutzfilm bilden. Geeignet sind Inhaltsstoffe wie Hyaluronsäure, Aloe Vera oder Panthenol. Sie können die Schleimhaut mit Feuchtigkeit versorgen, beruhigen und dabei unterstützen, geschmeidig zu bleiben.

Bei starken Beschwerden kann die gynäkologische Praxis zusätzliche hormonfreie oder gegebenenfalls niedrig dosierte hormonhaltige Präparate empfehlen, sofern dies mit der Krebstherapie vereinbar ist.



Warum Milchsäure bei Trockenheit nicht ausreicht

Milchsäureprodukte stabilisieren den pH-Wert und beugen Infektionen vor, spenden jedoch kaum Feuchtigkeit. Bei ausgeprägter Trockenheit können sie die Schleimhaut sogar zusätzlich reizen. Feuchtigkeitsspendende Produkte sind hier besser geeignet.



BESCHWERDEN IM ANALBEREICH

Durchfall, häufiger Stuhlgang, harter Stuhl oder Reibung können die empfindliche Haut im Analbereich stark belasten. Viele Menschen bemerken während der Krebstherapie Veränderungen im Stuhlgang. Diese entstehen häufig, weil die Schleimhaut des Darms sehr empfindlich ist und sich schnell erneuert. Therapien wie Chemotherapie oder Bestrahlung im Bauch oder Beckenbereich können diese Schleimhaut vorübergehend irritieren. Auch bestimmte Medikamente, eine veränderte Ernährung, Stress oder eine geschwächte Darmflora können dazu beitragen, dass der Stuhl weicher oder häufiger wird.

Wird der Bereich rund um den After wiederholt gereizt, kann die Haut leicht wund werden. Dadurch entstehen Brennen, Juckreiz, kleine Risse oder ein Druckgefühl. Besonders flüssiger Stuhl kann die Haut zusätzlich strapazieren, weil er Enzyme und Verdauungsreste enthält, die die Haut reizen können.

Eine sanfte Pflege hilft, die Haut zu beruhigen. Die Reinigung sollte möglichst nur mit Wasser erfolgen, da Seifen oder feuchte Tücher mit Zusätzen die Haut weiter reizen können. Hilfreich kann es sein, das Toilettenpapier vor der Benutzung leicht mit Wasser anzufeuchten oder eine kleine Menge einer fett-

reichen Salbe auf das Papier aufzutragen, um das Abwischen besonders schonend zu gestalten und die Reibung zu verringern.

Weiches Toilettenpapier oder vorsichtiges Abtupfen statt Reiben entlastet die gereizte Haut zusätzlich.

Eine schützende, fettreiche Salbe kann darüber hinaus einen beruhigenden Film auf der Haut bilden und helfen, sie vor weiterer Reizung zu schützen. Produkte mit Duftstoffen oder Alkohol sollten vermieden werden, da sie die geschwächte Haut zusätzlich austrocknen oder brennen lassen können.



Schonende Pflege bei empfindlicher Haut

Der Analbereich kann durch häufigen oder weichen Stuhl stark belastet werden. Eine sanfte Reinigung mit Wasser und ggf. einer sehr milden Intimwaschlotion, vorsichtiges Abtupfen und der Schutz durch fettreiche Salben helfen, die Haut zu beruhigen und vor weiterer Reizung zu schützen.

VERENGUNGEN DER VAGINA

Nach einer Strahlentherapie im Beckenbereich kann es zu Veränderungen der vaginalen Schleimhaut und des darunter liegenden Gewebes kommen. Die Strahlen wirken nicht nur auf Tumorzellen, sondern auch auf gesundes Gewebe in der Umgebung. Dadurch kann die Schleimhaut dünner und trockener werden, und das Bindegewebe verliert etwas an Elastizität. Im Laufe der Zeit kann das zu einem Gefühl von Enge führen oder Schmerzen beim Geschlechtsverkehr verursachen. Manche Frauen berichten auch über ein Ziehen oder ein unangenehmes Druckgefühl im Alltag.

Regelmäßige Pflege kann dazu beitragen, die Geschmeidigkeit des Gewebes zu unterstützen. Produkte, die Feuchtigkeit zurückgeben oder einen sanften Schutzfilm bilden, können helfen, die Schleimhaut besser zu pflegen und die Elastizität zu erhalten.

Wenn die Verengung stärker ausgeprägt ist oder Beschwerden bestehen bleiben, können Vaginaldilatoren hilfreich sein. Diese werden in unterschiedlichen Größen angeboten und unter ärztlicher oder physiotherapeutischer Anleitung eingesetzt. Sie dehnen das Gewebe langsam und schonend, um die Beweglichkeit und Elastizität zu verbessern. Eine gute Gleitfähigkeit und eine entspannte Umgebung sind dabei wichtig, damit die Anwendung möglichst angenehm bleibt.

WUNDPFLEGE NACH OPERATIONEN ODER STRAHLENTHERAPIE

Nach operativen Eingriffen oder einer Strahlentherapie kann das Gewebe im behandelten Bereich vorübergehend sehr empfindlich sein. Narben oder festere Hautareale können Spannungsgefühle oder ein verändertes Empfinden auslösen, weil sich das Gewebe erneuert und Nerven Zeit zur Erholung brauchen.

Auch nach Bestrahlung kann die Haut rötter, wärmer oder trockener werden, ähnlich wie bei einer leichten Sonnenreaktion. Diese Veränderungen gehören meist zum normalen Heilungsverlauf und bessern sich schrittweise.

Sanfte Reinigung, vorsichtiges Trocknen und weiche, nicht reizende Kleidung unterstützen die Regeneration. Auch beruhigende oder schützende Pflegeprodukte können helfen, die Haut zu entlasten.

Sollten jedoch zunehmende Rötung, Nässen, starke Schmerzen oder Fieber auftreten, ist es wichtig, ärztliche Hilfe in Anspruch zu nehmen.



Wenn zusätzliche Unterstützung sinnvoll ist

Bei anhaltender Enge oder Schmerzen kann eine gezielte Unterstützung hilfreich sein. Vaginaldilatoren werden unter fachlicher Anleitung eingesetzt und dehnen das Gewebe langsam und schonend. Sprechen Sie Ihr Behandlungsteam an, wenn Beschwerden bestehen bleiben.



5. Was Sie im Alltag tun können

Eine gute Vorbereitung und eine bewusste Selbstfürsorge können helfen, die Therapiezeit leichter zu bewältigen. Viele Beschwerden entwickeln sich allmählich. Wenn Sie schon vor Beginn der Behandlung auf sich achten und kleine Routinen in Ihren Alltag aufnehmen, kann das Ihren Körper entlasten und den späteren Umgang mit möglichen Veränderungen erleichtern.

Dazu gehören regelmäßige Ruhepausen, eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr, leichte Bewegung im Rahmen Ihrer Möglichkeiten und die Unterstützung durch vertraute Menschen. Auch das Einholen von Informationen und Beratung kann Sicherheit geben und helfen, sich gut auf die Therapie einzustellen.

Ein wichtiger Teil der Selbstfürsorge ist die sanfte körperliche Pflege. Besonders für den Intimbereich hat sich eine milde und gut verträgliche Routine bewährt. Zur Reinigung eignen sich Wasser oder eine seifenfreie, sanfte Intimwaschlotion, die die natürliche Schutzschicht der Haut schont. Eine rückfettende, beruhigende Pflegecreme kann anschließend helfen, die empfindliche Haut zu schützen, Reibung zu vermindern und Feuchtigkeit zu bewahren. Durch frühzeitiges Pflegen bleibt die Hautbarriere oft stabiler, bevor sie durch die Therapie zusätzlich belastet wird.

Auch innerlich kann Pflege sinnvoll sein. Produkte, die Feuchtigkeit in der Schleimhaut binden oder zurückgeben, zum Beispiel in Form von Vaginalovula oder feuchtigkeitsspendenden Zubereitungen, können dazu beitragen, dass die Vaginalschleimhaut geschmeidig bleibt und weniger empfindlich reagiert.

Achten Sie außerdem auf Kleidung, die angenehm ist, nicht scheuert und Luft an die Haut lässt. Baumwollunterwäsche und lockere Schnitte sind oft verträglicher als synthetische oder enge Stoffe. Häufiges Waschen sowie Produkte mit Duftstoffen, Alkohol oder stark reinigenden Zusätzen können die Haut zusätzlich reizen und sollten möglichst reduziert werden.

Auch das seelische Wohlbefinden spielt eine wichtige Rolle. Beschwerden oder Veränderungen im Intimbereich können verunsichern oder belasten. Gespräche mit psychoonkologischen Fachkräften, Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen oder Ihrem Apothekenteam können entlastend wirken und dabei helfen, diese Phase besser zu bewältigen.



BEWEGUNG UND KÖRPERLICHE AKTIVITÄT

Neben Ruhepausen und Schonung kann angepasste Bewegung einen wichtigen Beitrag zum Wohlbefinden leisten. Leichte körperliche Aktivität unterstützt den Kreislauf, kann Müdigkeit reduzieren, die Darmtätigkeit regulieren und sich positiv auf Stimmung und Körpergefühl auswirken.

Viele Patientinnen und Patienten profitieren von einer onkologischen Trainingstherapie, die speziell auf die jeweilige Erkrankung, den Therapieverlauf und die individuelle Belastbarkeit abgestimmt ist. Diese Form des Trainings wird von dafür qualifizierten Physiotherapeut:innen oder Sporttherapeut:innen begleitet.

In bestimmten Fällen ist auch „Sport auf Rezept“ möglich. Ärztinnen und Ärzte können eine entsprechende Empfehlung aussprechen, sodass gezielte Bewegungsangebote genutzt werden können. Adressen von spezialisierten Praxen, Reha-Einrichtungen oder Apotheken mit onkologischem Schwerpunkt erhalten Sie bei Ihrem Behandlungsteam oder in Ihrer Apotheke.



HINWEIS ZU ERGÄNZENDEN UND „ALTERNATIVEN“ THERAPIEN

Viele Betroffene interessieren sich während der Krebstherapie für ergänzende Maßnahmen oder Nahrungsergänzungsmittel. Hier ist Vorsicht geboten: Nicht alles, was als „natürlich“ beworben wird, ist unbedenklich oder sinnvoll. Manche Präparate können die Krebstherapie beeinflussen oder unerwünschte Wechselwirkungen haben.

Ergänzende oder sogenannte „alternative“ Maßnahmen dürfen die empfohlene ärztliche Krebstherapie nicht ersetzen.

Nahrungsergänzungsmittel sollten daher nicht eigenständig eingenommen, sondern immer vorher mit den behandelnden Onkolog:innen oder einer Apotheke mit onkologischer Spezialisierung besprochen werden. Eine fachkundige Beratung hilft, Risiken zu vermeiden und sinnvolle ergänzende Maßnahmen zu erkennen.



Vorsicht bei ergänzenden Maßnahmen

Nicht alle als „natürlich“ beworbenen Präparate sind unbedenklich. Einige können die Krebstherapie beeinflussen oder Wechselwirkungen verursachen. Nahrungsergänzungsmittel sollten daher niemals ohne Rücksprache mit Ärzt:innen oder einer spezialisierten Apotheke eingenommen werden.



SEXUALITÄT UND GESCHLECHTSVERKEHR WÄHREND DER ONKOLOGISCHEN THERAPIE

Eine Krebsdiagnose bringt viele Veränderungen mit sich – auch das sexuelle Erleben kann davon betroffen sein. Körperliche Beschwerden, Müdigkeit, Unsicherheit oder ein verändertes Körpergefühl können dazu führen, dass Nähe und Sexualität anders erlebt werden als zuvor. Das ist normal und individuell sehr unterschiedlich.

Wichtig ist, sich auf mögliche Veränderungen vorzubereiten und offen darüber zu sprechen – sowohl mit dem Behandlungsteam als auch mit der Partnerin oder dem Partner. Wenn über längere Zeit kein Geschlechtsverkehr stattgefunden hat, kann es hilfreich sein, sich vor dem ersten Mal bewusst Zeit zu nehmen, sich gut vorzubereiten und Wünsche, Sorgen oder Grenzen gemeinsam zu besprechen.

Trockenheit, Brennen oder Schmerzen können den Geschlechtsverkehr erschweren. Gleitgele können hierbei eine kurzfristige, symptomatische Linderung bieten, ersetzen jedoch keine langfristige Behandlung von Scheidentrockenheit. Zur nachhaltigen Pflege der Vaginalschleimhaut sind befeuchtende Vaginalovula oder feuchtigkeitsspendende Zubereitungen besser geeignet, da sie die Schleimhaut regelmäßig mit Feuchtigkeit versorgen und ihre Geschmeidigkeit unterstützen.



Wichtig ist, auf die eigenen Bedürfnisse zu achten und nichts zu erzwingen. Nähe kann viele Formen haben und muss nicht immer Geschlechtsverkehr bedeuten.

Bei anhaltenden Beschwerden oder Unsicherheiten können Gespräche mit dem gynäkologischen oder urologischen Behandlungsteam, psychoonkologischen Fachkräften oder spezialisierten Beratungsstellen hilfreich sein.



Sexualität braucht Zeit und Achtsamkeit

Veränderungen im Körper können das sexuelle Erleben beeinflussen. Wichtig ist, auf die eigenen Bedürfnisse zu achten und nichts zu erzwingen. Nähe kann viele Formen haben und muss nicht immer Geschlechtsverkehr bedeuten. Offene Gespräche können entlasten und Sicherheit geben.



Diese Broschüre wurde unterstützt von den Apothekerinnen Natalie Maciej und Sarah Wickles. Als Expertinnen im Bereich pharmazeutische Onkologie begleiten sie Patient:innen vor, während und nach einer Krebstherapie.

Auf Basis ihrer pharmazeutischen Expertise und ihrer Erfahrung in der Beratung haben sie sorgfältig ausgewählte Produkte zusammengestellt, die auf die besonderen Bedürfnisse empfindlicher Haut und Schleimhäute abgestimmt sind.

Die folgenden Empfehlungen stammen von ihnen und sollen als unterstützende Orientierung für eine schonende und bedarfsgerechte Pflege dienen.



UNSERE TIPPS BEI BESCHWERDEN

Trockene Haut & Juckreiz:

Thermalwasserspray, rückfettende Cremes (z. B. Lipikar Baume, Xeracalm)

Hautrisse:

Wund- und Schutzcremes wie Cicaplast B5+ oder Cicalfate

Akneähnlicher Ausschlag:

Beruhigende Sprays (z. B. Thermalwasser, Sensinol, Cutalgan)

Nasentrockenheit:

Meerwasser- oder Dexpanthenol-Nasensprays

Haarausfall & empfindliche Kopfhaut:

Milde Shampoos, Sensinol-Produkte, sanfte Pflege

„Ein großes Anliegen ist uns, Ihnen die richtigen Tipps und Produkte an die Hand zu geben, um die Nebenwirkungen auf Haut und Schleimhäute zu minimieren – Sie sollen sich wieder wohl in Ihrer eigenen Haut fühlen können.“

Sarah Wickles & Natalie Maciej, Apothekerinnen,
Internationale Ludwigs-Apotheke, München

Mehr erfahren auf www.deumavan.com



Intim- und Analfpflege:

Schonende Reinigung, Schutz- und Feuchtigkeitspflege (z. B. deumavan)

Analbeschwerden (z. B. Hämorrhoiden):

Lindernde Salbe (z. B. Hametum)

Trockene Augen:

Befeuchtende Augentropfen (z. B. Hylocomod), Thermalwasser-Kompressen

Mund- & Lippenprobleme:

Pflegende Lippenbalsame, milde Mundspülungen, weiche Zahnbürste

Hand-Fuß-Syndrom:

Ureahaltige Pflege, Leinsamenbäder, Baumwollhandschuhe/-socken

SIE SIND NICHT ALLEIN

Jede Krebstherapie verläuft individuell. Was Ihnen hilft, hängt von Ihren persönlichen Bedürfnissen ab. Austausch und Unterstützung können entlasten – sei es durch Ihr Behandlungsteam, Beratungsangebote oder Ihr Apothekenteam, das Sie bei Fragen zu Pflege und Nebenwirkungen begleiten kann.

Achten Sie gut auf sich und nehmen Sie frühzeitig Hilfe in Anspruch, wenn sich etwas verändert oder Sie unsicher sind.

Diese Broschüre ist ein Patientenservice der Kaymogyn GmbH, Dietzgenstr. 79, 13156 Berlin.

Unser besonderer Dank gilt:

Natalie Maciej – Apothekerin,
Internationale Ludwigs-Apotheke, München

Sarah Wickles – Apothekerin,
Internationale Ludwigs-Apotheke, München

für ihre Expertise, ihr Engagement und ihr offenes Ohr für die Anliegen ihrer Patient:innen.



Jetzt mehr erfahren über die
Produkte von Deumavan