



# Kasuistik

Fall 3 (sgfw2m)

A. Eustachi

Tumorzentrum München  
7. AG Sitzung „Komplementärmedizin in der Onkologie“  
25.3.2015



# Anamnese

Patientin, 60 Jahre, Erstvorstellung 16.12.2014

<b>Diagnosen</b>	Mamma-Ca. ED Metastasierung ossär (WS, Rippen ) und retroperitoneal
Aktuelle Therapie	Xeloda (Capecitabin) Vinorelbine
Vorstellungsgrund	Begleitbehandlung der NW der CTx Frage nach Möglichkeiten von Bewegung, Ernährung;



# Anamnese

## Hauptbeschwerden

- Fatigue
- unter Xeloda Sodbrennen und Übelkeit;
- Schmerzen bei Bewegung/Bücken im LWS-Bereich
- auslösbar durch Meteorismus; besser in Ruhe;



# Medikation

- Zometa p. inf.
- Losartan 50
- Spenglersan Kolloide „K“, „G“ und „OM“
- Equinovo
- Dekristol 1x1 pro Woche
- Pantoprazol 20 mg
- Urea-Salbe als Vorbeugung gegen Hand-Fuß-Syndrom

Z.n. Faslodex bis zur Feststellung der Metastasen



# Beschwerdeprofil

## **Fatigue (Müdigkeit)**

Mattigkeit	ziemlich/oft
rasche Ermüdung	ziemlich/oft
Konzentrationsschwäche	ziemlich/oft
herabgesetztes Reaktionsvermögen	ziemlich/oft
vermindertes sexuelles Verlangen	ziemlich/oft

## **(Thermo-)Regulation**

Wärme bzw. Kälte wird schlecht vertragen	ziemlich/oft
Überempfindlichkeit gegen Kälte und Wind	ziemlich/oft

## **Schlaf**

Erinnerung an Träume	ziemlich/oft
sich nach dem Aufstehen unausgeschlafen fühlen	ziemlich/oft

## **Missempfindung/Schmerz**

Rückenschmerzen	ziemlich/oft
Druckgefühl im Bauch, Blähungen	ziemlich/oft
häufiger Harndrang	ziemlich/oft



# Vorerkrankungen

Gesundheitsprobleme	Ja/Nein	Medikamenten- einnahme	Aktivität eingeschränkt
Bluthochdruck	●	●	○
Gefäßerkrankungen	●	○	○
Schlaganfall oder Hirnblutung	○		
Herzrhythmusstörungen	○		
andere Herzkreislauferkrankungen	○		
Atemwegserkrankungen	○		
Magen-/Darmerkrankungen	○		
Leber- und Gallenwegserkrankungen	○		
Schilddrüsenerkrankungen	●	○	○
eine Zuckererkrankung	○	○	○
eine Fettstoffwechselerkrankung	○		
Stoffwechselerkrankungen	○		
Nieren- und Geschlechterkrankungen	●	○	○
Nerven- und Gemütskrankungen	○		
Augenerkrankungen	○	○	○
Mund- und Hals-Nasen-Ohren-Erkrankungen	○		
Zahnerkrankungen	○		
Hauterkrankungen	○		
Allergien/Unverträglichkeiten	●	○	○
Gelenk- und Muskelerkrankungen	○		
Knochenerkrankungen	●	●	●
Rückenleiden	●	●	●
Blutarmut (Anämie) und andere Bluterkrankungen	○	●	○
Kinder- und Infektionserkrankungen	○		
Krebs	●	●	●
Suchterkrankungen	○		
Erkrankungen in der Familie (z.B. Zuckererkrankung, hohe Blutfettwerte, Krebs, Übergewicht)	●		



# Basisdaten und Risikofaktoren

## Ihre Basisdaten

Alter	61
Geschlecht	weiblich
Körpergröße	158 cm
Vorerkrankungen	Zuckerkrankheit (Diabetes): Nein, nicht bekannt Bluthochdruck: Ja

## Ihre nicht veränderbaren Risikofaktoren

Familienanamnese Zuckerkrankheit (Diabetes)	Ja, bei leiblichen Eltern, Geschwister, Kind
Familienanamnese Bluthochdruck	ein Elternteil



# Risikofaktoren

## Ihre veränderbaren Risikofaktoren

<b>Risikofaktor</b>	<b>Ihr Wert</b>	<b>Anzustrebender Sollwert</b>
Tabakkonsum	Nein	kein Tabakkonsum
Körpergewicht	65 kg	Normalgewicht: 58 kg Idealgewicht: 49 kg
Body-Mass-Index (BMI)	26,0	über 18,5 und unter 25 kg/m <sup>2</sup> : Gewicht (kg) geteilt durch Größe (m) <sup>2</sup>
Bauchumfang	95,0	unter 80,0 cm
Bauchumfang-Größen-Index (WHtR)	0,6	< 0,6
Blutdruck systolisch (oberer Wert)	142	maximal 130 mmHg
Blutdruck diastolisch (unterer Wert)	92	maximal 85 mmHg
Medikamente gegen Bluthochdruck	Ja	Wenn medizinisch vertretbar bei normalen Blutdruckwerten: Dosisreduktion oder keine Medikation
bereits einmal erhöhte Blutzuckerwerte	Ja	Es sollte keine Erhöhung des Blutzuckers in der Krankengeschichte vorliegen



# Schutzfaktoren

Schutzfaktor	Ihr Wert	anzustrebender Sollwert
Ernährung (Gemüse, Obst, dunkles Brot)	Jeden Tag	jeden Tag Gemüse, Obst, dunkles Brot
körperliche Bewegung (mindestens 30 Minuten täglich)	2x wöchentlich 30-45 Minuten	täglich mindestens 30 Minuten
körperliche Leistungsfähigkeit, 6-min-Gehtest: Gemäß Ihrer Angaben sollten Sie mindestens die nebenstehende Strecke (in m) ohne Probleme gehen können.	-	359,9 Meter

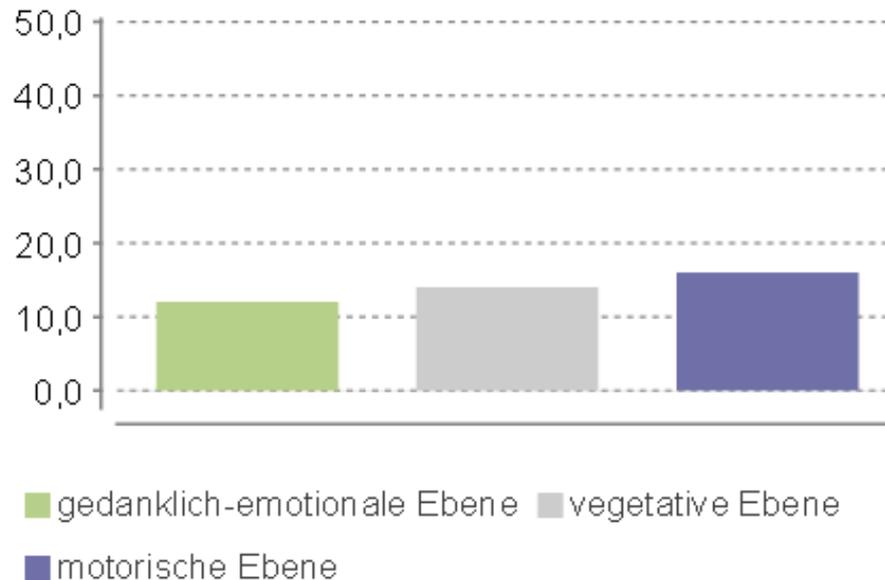
## Gespeicherte Tests

Datum	Gewicht (kg)	Angehalten	Beschwerden	Anfangspuls	Belastungspuls	Erholungspuls	Gehstrecke (m)	Borg-Wert	Empfehlung
16.12.2014	65	Nein	Nein	83	101	98	507.0	14	370.0



# 3-Ebenen-Stress-Test

## Ihre Stress-Reaktionen



Reaktionen auf Stress gliedern sich in 3 Ebenen:

### **Gedanklich-emotionale Ebene:**

"gedankliche Reaktionen" (negative Gedanken, Einengung der Wahrnehmung etc.) sowie "gefühlsbezogene Reaktionen" (Aggression, Angst etc.)

### **Motorische Ebene:**

"muskuläre Reaktionen" (Verspannungen, Zittern, Zähneknirschen etc.)

### **Vegetative Ebene:**

"nervlich-hormonelle Reaktionen" (hoher Puls, Schwitzen, Erröten etc.)



# Fatigue-Impact-Scale FIS-D15

## **Kognitive Dimension**

Auf der von 0 bis 20 Punkten reichenden Skala für Müdigkeit im Bereich kognitiver Funktionen liegt Ihr Wert bei 9 Punkt(en). Damit ergeben sich bei Ihnen deutliche Hinweise auf auffällige Müdigkeit mit Auswirkung auf Klarheit im Denken, Gedächtnis oder Konzentration.

## **Körperliche Dimension**

Auf der von 0 bis 20 Punkten reichenden Skala für Müdigkeit im Bereich körperlicher Funktionen liegt Ihr Wert bei 8 Punkt(en). Damit ergeben sich bei Ihnen bereits Hinweise auf auffällige Müdigkeit bei körperlichen Aktivitäten.

## **Psychosoziale Dimension**

Auf der von 0 bis 20 Punkten reichenden Skala für Müdigkeit im Bereich psychosozialer Funktionen liegt Ihr Wert bei 5 Punkt(en). Damit ergeben sich bei Ihnen bereits Hinweise auf auffällige Müdigkeit mit Auswirkung auf alltägliche soziale oder familiäre Aktivitäten.



# Risiko Burnout, Hypertonie

## Ihre Risikobewertung



**Bei Ihnen ergeben sich bereits Hinweise auf das Vorliegen einer Burnout Symptomatik.**

Auf der von 1 bis 7 Punkten reichenden Skala für den Hinweis auf Burnout Symptomatik liegt Ihr Wert bei **3,3** Punkten.

Erläuterung: Werte bis einschließlich 3,00 gelten als unbedenklich; bei Werten über 3,00 bis 4,50 liegen Hinweise auf eine Burnout-Symptomatik vor; bei Werten über 4,50 ist das Vorliegen einer Burnout-Symptomatik wahrscheinlich.

Entmutigung: Von maximal 70 Punkten liegt Ihr Wert bei 29 Punkten.

Erschöpfung: Von maximal 42 Punkten liegt Ihr Wert bei 23 Punkten.

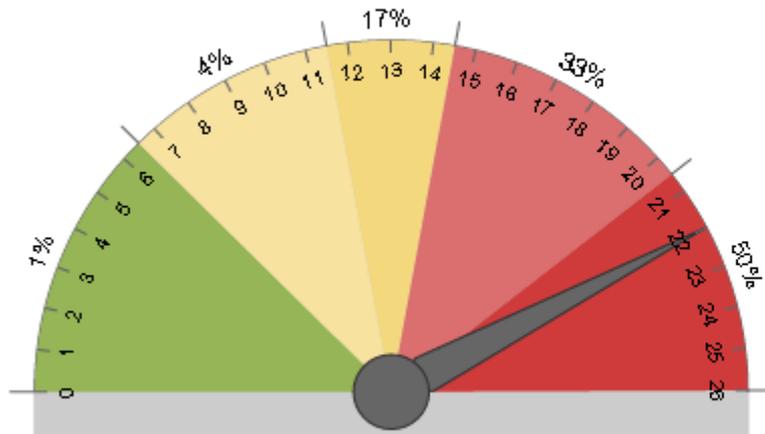
Motivationsverlust: Von maximal 35 Punkten liegt Ihr Wert bei 17 Punkten.



Es erfolgt keine Berechnung Ihres Bluthochdruck-Risikos, da Sie angegeben haben dass bereits ein Bluthochdruck vorliegt.

# Risiko Diabetes

Ihr Risiko an Diabetes zu erkranken

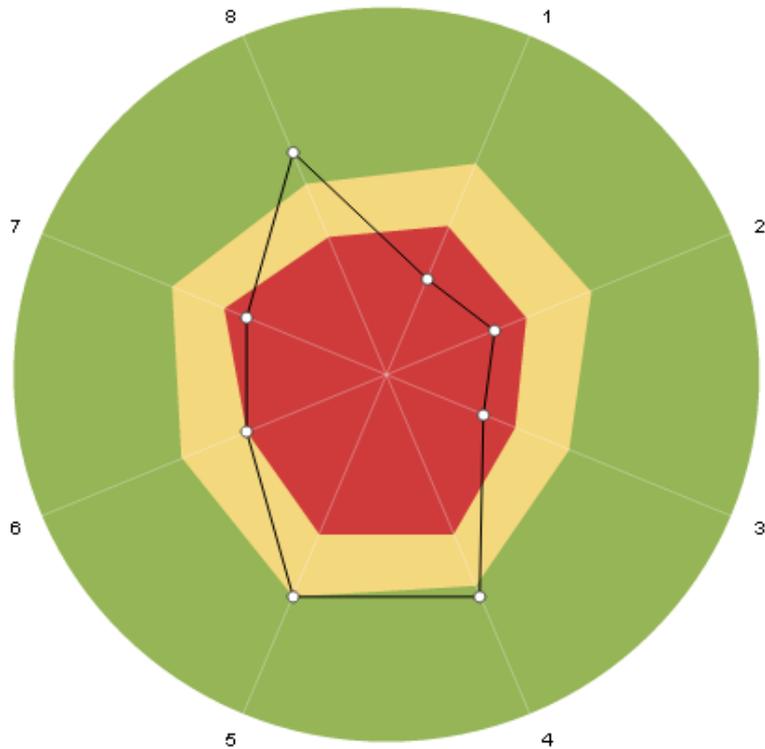


50% (22 Punkte)



Risiko für eine Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus Typ 2) für die nächsten 10 Jahre: 50 %

# Lebenszufriedenheit



Lebens- zufriedenheit	Bereich	Soll- wert	Ihr Wert
1 Gesundheit	Körper	> 8	-3
2 Einkommen/finanzielle Sicherheit	Anerkennung	> 7	-2
3 Beruf/Arbeit		> 5	-3
4 Wohnsituation	Beziehungen	> 8	9
5 Familienleben/Kinder		> 9	9
6 Partnerschaft/Sexualität		> 7	1
7 Freunde/Bekannte		> 8	1
8 Freizeit/Hobbies	private Selbst- verwirklichung	> 6	9
Gesamtindex		> 60	21

# Behandlungsplan

## **Erschöpfung**

- Bewegung
- Atementspannung
- L-Karnitin 2000 mg/d

## **Mukositis/Sodbrennen**

- Mundspülungen (auch zum Schlucken geeignet)
- Sanddorn-Fruchtfleisch-Öl

## **Parästhesien**

- Prophylaxe mit Olivenöl-Zucker-Peeling

## **Rückenschmerz**

- Angebot Akupunktur
- Versuch mit lokaler Wärme

Empfehlung zur Teilnahme an Kompetenztraining 2



# Kompetenztraining 1

- Befundmonitoring und Durchführung einer SB-Woche geschult, Starter-Kit mitgegeben.
- Infozepte "Olivenöl-Zuckerpeeling" (praktisch),
- Mukositis Prophylaxe mit Kanuka-Manuka
- alle Praxisunterlagen incl. Report und TO-DO-Liste, abgeheftet im Gesundheitsbuch, mitgegeben;
- Anmeldung: KT2, WV-Termin vereinbart

 **INFO@ZEPT**  
GESUNDHEITSBERATUNG

**Selbsthilfetechniken**

**Mundschleimhautentzündung (Mukositis)**

**Sanddornfruchtfleischöl**

**Einnahme von Sanddornfruchtfleischöl**

**Wirkung:**  
Sanddornfruchtfleischöl wirkt antibakteriell, schmerz- und reizlindernd und beschleunigt die Granulation geschädigter Haut und Schleimhaut.

**Ursachen:**  
Nach Bestrahlungen aufgrund von Tumorerkrankungen im Kopf- und Halsbereich können schmerzhafte Mundschleimhautentzündungen auftreten.

**Folgen:**

- Geschwüre (Ulzera) im Mundinnenraum sowie an Zunge und Lippen
- Schmerzen, welche auch die Nahrungsaufnahme unmöglich machen können
- Veränderungen des Geschmackssinnes
- Sprachstörungen

**Anwendung bei:**  
Mukositis, Aphten im Mundwinkel, Pusteln, Ulzera

**Nicht anwenden bei:**  
Überempfindlichkeit gegen Sanddornfruchtfleischöl oder/und Aloe vera Ursaft

**Literatur:**  
„Onkologische Pflege“ Hrsg. Rolf Bäumer, Andrea Maivald, Thieme Verlag 2008  
„Pflanzenöl“ Ruth von Braunschweig

**Bezugsquellen:**



2-3 Tropfen Sanddornfruchtfruchtöl verdünnt mit ½ Teelöffel Wasser oder mit Aloe vera bio Ursaft.



2-3 Tropfen Sanddornfruchtfruchtöl auf Soja-Joghurt

 **INFO@ZEPT**  
GESUNDHEITSBERATUNG

**Selbsthilfetechniken**

**bei**

**Entzündungen der Mundschleimhaut (Mukositis)**

Bei einer Chemotherapie oder einer Bestrahlung des Kopf-, Hals- oder Oberkörperbereiches kann es zu Entzündungen der Schleimhäute kommen.

**Symptome und Beschwerden einer Mukositis:**

- Geschwüre (Ulzera) im Mund, an Zunge und Lippen
- Schmerzen und Missempfindungen (Brennen, Trockenheit, die die Nahrungsaufnahme beeinträchtigen können
- Veränderungen des Geschmackssinnes

Möglicherweise haben Sie von Ihren behandelnden Ärzinnen und Ärzten bereits Medikamente zur Vorbeugung und Behandlung der Mukositis erhalten. Aus der Naturheilkunde und Komplementärmedizin sind einige Selbsthilfetechniken bekannt, die ergänzend sowohl vorbeugend als auch therapeutisch eingesetzt werden können.

**Phyto-Aromatherapie bei Mukositis**



**Anwendung als Gurgellösung:**  
Die Gurgellösung ist insbesondere dann geeignet, wenn die Beschwerden auf Mund und Rachen beschränkt sind. Geben Sie von dieser Mischung pro Anwendung 1 Tropfen in 200 ml warmes Leitungswasser. Gurgeln Sie damit 5 x täglich und spucken Sie die Lösung danach aus.

**Anwendung zum Schlucken:**  
Diese Art der Anwendung ist zu empfehlen, wenn weitere Schleimhäute des oberen Verdauungstraktes (Speiseröhre) von der Entzündung betroffen sind. Geben Sie von dieser Mischung pro Anwendung 1 Tropfen in 200 ml warmes Leitungswasser und trinken Sie



# Kompetenztraining 1

## **Olivenöl-Zucker-Behandlung / Olivenöl-Salz-Behandlung**

2 Teelöffel Olivenöl 1 Teelöffel Zucker

Hände und Füße 2 mal täglich ca. 5-10 Min. einreiben.

Mit warmem Wasser und Seife abspülen.

Quelle: Klinik für Tumorbilogie Freiburg

## **Hand-/Fuß-Bad bei Capecitabin-induziertem Hand-Fuß-Syndrom**

Ringelblume (Calendula officinalis) 10 g

Kamille (Matricaria recutita) 10 g

Salbei (Salvia officinalis) 10 g

Zubereitung: 2 mal täglich mit 1,5 Liter kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen, abseihen. Anschließend 1,5 Liter kaltes Wasser hinzufügen. 15-20 Minuten die Füße oder Hände in dem Bad belassen.

Kern E et al. Management of capecitabine-induced hand-foot syndrome by local phytotherapy. Wien Med Wochenschr. 2007



# Kompetenztraining 2 - Übersicht

## 10 Termine zu 1,5 Stunden:

- **Feed-back-Runde** 5 Min
- **Befindlichkeit/VAS u. Bewegung** 5 Min
- **Befund-Symptomkalender** 5 Min
- **Qigong und 3-1-2** 45 bzw. 75 Min

## Infoseminare:

**Ernährung:** 1 x 30 Min  
(gesunde Ernährung, Ballaststoffe, Zucker, „Krebsdiäten“)

**Stress-Management** 1 x 30 Min  
(Zeit-Stimmungs-Analyse, Stressoren, Ballast abwerfen, Prioritäten)

**Unkonv. Krebstherapien** 1 x 30 Min  
(Impulsvortrag und offene Fragen)






Bewegungs-Paket

## INFO@ZEPT

GESUNDHEITSBERATUNG

### 3-1-2 Meridian Übungen: Gesunderhaltung

Die 3-1-2 Meridianübungen bestehen aus drei Elementen:

„3“ - Drücken (Akupressur) von drei der wichtigsten Akupunkturpunkte auf den insgesamt 14 Meridianen.  
 „1“ - Es wird eine Bauchatmungsübung durchgeführt.  
 „2“ - Es werden auf zwei Beinen Kniebeugen (oder verwandte Körperübungen) ausgeführt.

**Vorgehensweise:**

- Empfohlene Übungszeit ist insgesamt ca. 25 Minuten täglich. Minimal sollte man 5-10 Minuten üben.
- Bei Zeitmangel können z.B. nur die 3 wichtigsten Akupunkturpunkte morgens vor dem Aufstehen oder abends vor dem Einschlafen gedrückt/massiert werden. Die Bauchatmung hilft auch als Einzelmaßnahme zum leichteren Einschlafen.
- Vorzugsweise sollte bei einer Temperatur von 20-25 °C und ausreichend warm bekleidet geübt werden.
- Wir empfehlen mit der Akupressur zu beginnen, danach die Kniebeugen durchzuführen und mit der Bauchatmung abzuschließen.

„3“: Akupressur  
**Punktwahl:**

- Dickdarm 4, Herz-Kreislauf 6 und Magen 36

**Dosierung:**  
 1 Mal täglich jeden Punkt etwa 2 Minuten lang 60 Mal drücken.

**Durchführung:**  
 Mit warmen Fingern und leicht drückenden und kreisenden Bewegungen werden die Akupressurpunkte mit den Fingerkuppen massiert.

**Dickdarm 4**



Legt: Höchster Punkt der Muskelwulste, die beim Anhebeln von Daumen und Zeigefinger entsteht

**Herz-Kreislauf 6**



Legt: auf der Innenseite des Unterarms, die Finger breit von der Handgelenkfläche anaufwärts, in der Mitte der beiden großen Muskelsehnen. Wird die Hand zur Faust geballt und etwas eingemückt, können die Sehnen gut getastet und gestrichen werden

**Magen 36**



Legt: Unterschenkel, Außenseite, vier Quer-**Daumen** unterhalb der Kniegelenkunterkante und ein Daumen breit seitlich der Schienambeinverankerung

„1“: Bauchatmung  
**Dosierung:**  
 2 Mal 5-10 Minuten täglich.  
**Durchführung:**  
 Liegen oder setzen Sie sich entspannt hin. Lenken Sie die Aufmerksamkeit auf die Bauchgegend. Nun atmen Sie in tiefen und regelmäßigen Atemzügen durch die Nase ein und aus und wölben dadurch die Bauchdecke vor- und zurück.




„2“: Kniebeugen  
**Dosierung:**  
 2 Mal 5 Minuten täglich. Bitte passen Sie sowohl Dauer wie Intensität der Übungen Ihrer augenblicklichen Gesundheitssituation an.  
**Durchführung:**  
 Anfangs aufrecht stehen, der Körperschwerpunkt ruht auf der kompletten Fußsohle. Die Füße sind ungefähr schulterbreit voneinander entfernt. Der Blick ist geradeaus gerichtet. Um während der Übungsausführung einen geraden Rücken wahren zu können, am besten auf ein Objekt konzentrieren welches sich auf Augenhöhe vor Ihnen befindet.  
 Während der Abwärtsbewegung sind die Bauchmuskeln angespannt. Die Arme bei der Übungsausführung entweder vor sich ausstrecken oder die Hände leicht hinter den Ohren halten oder die Arme seitlich vom Körper weg strecken. Die Abwärtsbewegung wird mit dem Gesäß eingeleitet indem dieses möglichst weit nach hinten positioniert wird. Der Körper wird soweit abgesenkt bis die Oberschenkel fast parallel zum Boden sind. Anschließend wird der Körper wieder in die Ausgangsposition zurückgeführt.




© Vitero GmbH



# WV 4.2.2015

## Verlauf

- vor 2 Wochen Transfusion bekommen aufgrund niedrigen Hb-Wertes;
- Schlechter AZ nach Transfusion (Augentränen, Nasensekretion);
- Leistungsfähigkeit besser ca. 1 Woche nach CTx;
- Staging: geplant Mitte März;
- Zwischenzeitlich regelmäßige Teilnahme an KT 2

## Beschwerden

- Augentränen insbesondere bei Kälte und Anstrengung, behandle sie mit künstlichen Tränen;
- Rückenschmerzen v.a. in der LWS;
- Bedenken bezüglich Anämie, fragt nach Möglichkeiten der Komplementärmedizin;



# Behandlungsplan

## **Erschöpfung**

- Weiter mit L-Karnitin, ggf. Dosisreduktion auf 1000 mg/d

## **Augentränen**

- Euphrasia-Einzeldosis-Augentropfen

## **Rückenschmerz**

- Aconit-Schmerzöl

## **Anämie**

- Diskussion: komplexe TCM-Rezeptur als individueller Therapieversuch?



# Verlauf der Befindlichkeit

