

Theorie

9 DIAGNOSE KREBS

10 Ruhe bewahren

11 Informationen einholen

14 Nach der Diagnose: Erste Schritte

15 Ein exakter Befund

17 Internet und Dr. Google

17 Die Prognose: Warum Zahlen nicht immer helfen

19 Die beste Behandlung

22 Nachgefragt: Klinische Studien

24 Klinische Studien und Leitlinien

25 Klinische Studien

28 Leitlinien

32 Nachgefragt: Welche Behandlungen gibt es?

35 STRAHLENTHERAPIE

36 Was ist das eigentlich?

37 Vielfältige Einsatzmöglichkeiten

37 Es gibt viele Vorurteile

38 Radioonkologie

40 Geschichte der Strahlentherapie

41 Eine zufällige Entdeckung

43 Genauigkeit verbessern, Nebenwirkungen senken

46 Bildgebende Untersuchungen

47 Röntgenbild

48 Computertomografie (CT)

49 Magnetresonanztomografie (MRT)

51 Positronen-Emissions-Tomografie (PET)

52 Szintigrafie

53 Ultraschall (Sonografie)

54 Die Technik hinter der Behandlung

55 Linearbeschleuniger

55 Radiochirurgie

56 Fraktionierte stereotaktische Strahlentherapie

56 Intensitätsmodulierte Radiotherapie

57 Partikeltherapie

58 Strahlenbiologie

Praxis

63 BEHANDLUNG

64 Die Vorbereitung

66 Nachgefragt: Einen Spezialisten finden

68 Der erste Termin

72 Der Bestrahlungsplan

73 Letzte Vorbereitungen

74 Die erste Bestrahlung

74 Tägliche Therapie

75 Abschlussgespräch

78 Kombinierte Therapien

79 Strahlentherapie und Chemotherapie

80 Strahlentherapie und Immuntherapie

81 Ambulant oder stationär?

83 Supportivtherapie

85 Interview: »Mentale Stärke unterstützt die Heilung«

90 Nebenwirkungen und Lebensqualität

92 Müdigkeit

92 Hautrötung

93 Haarausfall

94 Schleimhautreizung und Schluckbeschwerden

94 Schwierigkeiten beim Wasserlassen

95 Durchfall und Verstopfung

95 Übelkeit und Unwohlsein

96 Was Sie selbst tun können

97 Ein Stundenplan kann helfen

98 Bewegung

99 Interview: »Gezieltes Training reduziert Nebenwirkungen«

102 Entspannung

102 Erholsam schlafen

103 Ernährung

106 Rehabilitation und Nachsorge

107 Die Anschlussheilbehandlung

108 Nachsorge

Rezepte

113 WOHLTUENDE REZEPTE

114 Gutes und gesundes Essen

116 Porridge

117 Milchreis

118 Kartoffelbrei

119 Cremige Kartoffelsuppe

120 Kartoffel-Curry mit Hähnchen

121 Ofengemüse

122 Nice Cream

123 Chia-Mango-Pudding

Service

124 Register

126 Impressum