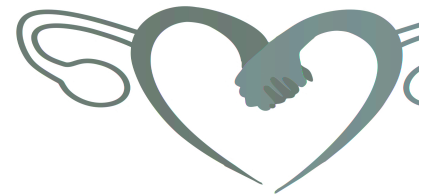


1. Checkliste Eierstockkrebs - Diagnose © -



Verein Eierstockkrebs Deutschland

Ruhe bewahren !

ESK erfordert **keine sofortige adhoc Handlung**, sondern es ist EXTREM ausschlaggebend, sich über kompetente ESK Zentren oder erfahrende Mediziner/Chirurgen, mit großer Op Erfahrung bei ESK - zu informieren. Sie sollten längere „Wege“ für ein kompetentes Zentrum in Kauf nehmen!

- Gemeinsam mit **Angehörigen/Freunden** recherchieren und eine individuelle Fragenliste zu ESK und dessen Behandlung erstellen und diese detailliert mit dem behandelnden Arzt durchgehen/besprechen. Eine verantwortliche Strategie zur Recherche entwickeln. Aufgaben/Themen aufteilen, Verantwortung abgeben und zügig Teilrecherchen zusammentragen und dann strategisch besprechen.
- Arbeitgeber informieren, Krankschreibung einreichen.
- **Immer** jemanden zu allen Gesprächen mitnehmen und sich auch vorort Stichworte zum Gespräch, durch den Helfer, aufschreiben lassen und diese nochmals genauestens besprechen und abwägen. Sich nicht unter Druck setzen lassen, auch nicht durch OP Termindruck beeinflussen lassen - siehe Punkt 1 nochmals!
- Sich zu einer **Zweitmeinung** informieren. Diese ggf. nutzen. Diagnoseunterlagen, sowie alle relevanten Krankheitsbelege in Kopie bereit halten!
- Nachfragen, ob Klinik/Arzt Erfahrung mit ESK hat / **wieviele OPs** im Jahr gemacht wurden/ ob es Studienanbindungen/Kooperationen gibt - und mit wem genau diese sind. (Kompetenzzentren und gibt es auch ESK Selbsthilfegruppenkooperationen?)
- **OP** - Wer operiert mit? / Welche/Wieviele Fachleute werden definitiv am OP Tisch mit einbezogen /(zB. Darmspezialisten, Urologen, Bauchexperten etc..)
- OP - Wie läuft diese ab? Was ist zu erwarten? Was ist das Ziel? Geben die bildgebenden Mittel eine Auskunft hierzu? Welche? Wie wird dementsprechend gehandelt?
- Welche Narkosemöglichkeiten gibt es? Welche haben welchen Vorteil/Nachteil? bei welcher Narkose bin ich später wie „fit“?
- Welche Schmerztherapien/Medikamente gibt es? Wie wirken diese? Nebenwirkungen, Langzeitwirkungen?
- Welche **Leitlinien zu ESK** gibt es? Wo kann ich hierzu nachlesen? Was sagen sie aus?
- Eigene Medikamente: Wie wird damit umgegangen? Wechselwirkungen? Besonderheiten der eigenen Vorerkrankungen besprechen.

- Therapie in entsprechendem Kompetenzzentrum/zertifiziertem Krankenhaus beginnen.

- Sämtlich Unterlagen/Bilder/Arztbriefe/OP Unterlagen **IMMER** (in Kopie) geben lassen und eigene Akte anlegen. Schreibheft/Notizbuch kaufen und hier immer alle Notizen einschreiben. So hat man immer alles in einem Buch griffbereit. Datieren!

- Solide Informationsbroschüren anfordern / solide Netzadressen auswählen / Therapiebegleiter ESK erfragen.

Krebs und Kinder: Sich auch hier entsprechend fundiert austauschen. Sich kompetente Hilfe suchen (Wie sag ich es/Betreuung etc.) und Kinder entsprechend fundiert mit einbeziehen.

- Sich nach erfolgter OP gezielt auf die Chemotherapie vorbereiten/dazu gut und umfassend informieren. (Medikamente, Wirkung und Nebenwirkung, Umgang mit den Tagen dazwischen; körperliche Vorbereitung / Komplementäre Hilfen Ernährungsberatung, Reha/AHB, Sport und Schwerbehindertenstatus, ggf. Erwerbsminderungsrente etc...).

- Port einsetzen: ist das nötig oder nicht? Welche Vorteile/Nachteile? Pflege des Ports besprechen - Welches Portsystem hat welchen Vorteil/Nachteil? Welches Portsystem favorisiert das ausgewählte Krankenhaus, warum?

Unbedingt: Ernährungsberatung und **Psychoonkologen** - sowie Pysiotherapeuten konsultieren. Sich hierzu die Rezepte/Verordnungen geben lassen! Die Therapeuten kommen ggf. auch ins Haus.

Eigenen „Familienstammbaum“ der Krebserkrankungen in der Familie erstellen/überlegen/notieren und für spätere Brca Gentestung griffbereit haben. Auf eine Gen-Testung ggf bestehen und diese auch zügig einleiten (lassen).

Die Patientenorganisation : Eierstockkrebs Deutschland e.V. konsultieren für weitere **Tipps und Hinweise zu obigen Punkten - sowie für Hilfe/Informationen/Austausch und Gespräch.**

Eine Liste der zertifizierten gyn.-onkologischen Zentren ist unter www.oncomap.de abrufbar.

Es gibt **zwei Kompetenzzentren ESK** in Deutschland. Alle anderen Kliniken sind **zertifizierte gynäkologisch-onkologische Fachkliniken**. Einige mit sehr großer und hochkompetenter Erfahrung zu ESK. Bitte hierzu bei uns nachfragen!

Kompetenzzentren:

Charité Berlin - Europäisches Kompetenzzentrum ESK - Prof. Dr Sehouli und sein Team

Die Klinik für Gynäkologie und Gynäkologische Onkologie in Essen - Huyssenstift - **Kompetenzzentrum ESK - Prof. Dr. DuBois und sein Team**

Weitere hilfreiche Webadressen mit fundierten weiterführenden Informationen und weiteren, vertiefenden Hilfen und Hinweisen zu den oben genannten Punkten finden Sie auf:

www.ovarsh.de

www.eierstockkrebs-deutschland.de