

Übersicht - Kalenderwoche 43

Letzte Woche wollten wir allen Patienten in einer [Chemotherapie](#) etwas Gutes tun. Manchmal sind es die kleinen Tips, manchmal alte Hausmittel, die einen Unterschied machen können. In diesem Fall stehen allerdings tatsächlich wissenschaftliche Untersuchungen hinter den Hausmitteln.

Die Mundschleimhaut ist bei vielen Patienten während der [Chemotherapie](#) stark angegriffen. Welche pflanzliche Option es bei der Behandlung einer Mundschleimhautentzündung gibt und wie gut sie im Vergleich zu anderen Mitteln hilft, wurde nun in mehreren Kliniken gemeinsam untersucht, also in einer Multizentrenstudie. Kleiner Hinweis: dieses Mittel wächst in fast jedem Grünstreifen in Ihrer Nähe.

Auch Angst und Stress sind natürliche Begleiter einer Krebserkrankung und belasten besonders häufig auch den Schlaf bei einer Chemotherapie. Lavendel ist ein altbekanntes, angstlösendes Mittel, dessen Wirkung nun als ‚Aromatherapie‘ genauer untersucht wurde. Das alte Lavendelsäckchen, das man früher neben das Kissen gelegt bekam, dürfte demnach gute Chancen haben, die [Ängste](#) auf sanfte Weise zu lindern.

Hier die Beiträge letzter Woche:

- [Pflanzliche Abhilfe als Alternative bei der Therapie von Mundschleimhautentzündung nach Chemotherapie](#)
- [Sanft und effektiv: Lavendelöl-Aromatherapie zur Linderung von Ängsten und Verbesserung des Schlafs im Rahmen einer Chemotherapie](#)

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“