

Medizinische Klinik I und Klinik für Kinder- und Jugendmedizin

Universitätsklinikum Schleswig-Holstein, Campus Lübeck
www.uksh.de

Arbeitsbereich Psychoonkologie

Universitätsklinik für Hämatologie und Onkologie Magdeburg
www.khae.ovgu.de

**Universitäres Centrum für Tumorerkrankungen Mainz
Pädiatrische Hämatologie / Onkologie / Hämostaseologie
des Zentrums für Kinder- und Jugendmedizin**

Universitätsmedizin der Johannes Gutenberg-Universität Mainz
care4caya@unimedizin-mainz.de | www.unimedizin-mainz.de

**Klinik für Kinder- und Jugendmedizin
Pädiatrische Hämatologie und Onkologie**

Universitätsklinikum Münster
www.klinikum.uni-muenster.de

**Bereich Onkologie und Hämatologie der Universitäts-
Kinder- und Jugendklinik Rostock**

Universitätsklinikum Rostock
care-for-caya@med.uni-rostock.de
www.kinderklinik.med.uni-rostock.de

Pädiatrie 5 - Onkologie, Hämatologie und Immunologie

Klinikum Stuttgart – Olgahospital
www.klinikum-stuttgart.de

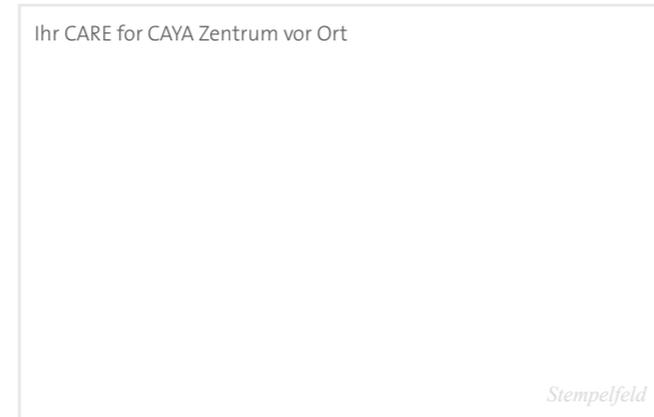
Comprehensive Cancer Center Mainfranken

Universitätsklinikum Würzburg
care4caya@ukw.de | www.ccc.uni-wuerzburg.de

Ihr Weg zu uns

Das Präventionsprogramm CARE for CAYA wird an den umseitigen Zentren in Deutschland durchgeführt.

Bitte suchen Sie sich das für Sie wohnortsnahe Zentrum aus und kontaktieren das CARE for CAYA Team für einen Termin.



Das CARE for CAYA Präventionsprogramm wird ermöglicht durch den Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses.



Kooperationspartner des CARE for CAYA Präventionsprogramms:



© Bildnachweis: pexels.com - Free Creative Commons Zero (CCO) license
© Logos: Mit freundlicher Genehmigung



Leben nach Krebs

Aktiv sein. Leben planen.

Das Präventionsprogramm für junge Menschen nach überstandener Krebserkrankung



CARE for CAYA Zentren

**Abteilung für Pädiatrische Hämatologie/Onkologie
Zentrum für Kinderheilkunde**

Universitätsklinikum Bonn
caya@ukbonn.de | www.kinderklinik-bonn.de

**Pädiatrische Onkologie und Hämatologie
der Kinder- und Jugendklinik**

Universitätsklinikum Erlangen
care-for-caya@uk-erlangen.de
www.kinderklinik.uk-erlangen.de

Kinderklinik III

Westdeutsches Tumorzentrum Essen (WTZ)

Universitätsklinikum Essen
cfc@uk-essen.de | www.uk-essen.de

**Pädiatrische Hämatologie und Onkologie,
Zentrum für Kinder- und Jugendmedizin im CCCF**

Universitätsklinikum Freiburg
www.uniklinik-freiburg.de/paed-haematologie

Hubertus Wald Tumorzentrum

Universitäres Cancer Center Hamburg (UCCH)

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
care4caya@uke.de | www.ucch.de

Pädiatrische Hämatologie und Onkologie

Medizinische Hochschule Hannover
pao.careforcaya@mh-hannover.de
www.mh-hannover.de/kinderonkologie

**Klinik für Innere Medizin II, Abt. für Hämatologie
und Internistische Onkologie**

Universitätsklinikum Jena
care4caya@med.uni-jena.de | www.uniklinikum-jena.de/kim2

Liebe Patienten, liebe Angehörige

durch verbesserte Behandlungsmöglichkeiten von Krebserkrankungen steigt die Anzahl der Krebsüberlebenden aller Altersgruppen stetig an – eine Krebserkrankung überleben derzeit mehr als 80% der jungen Betroffenen*.

Eine besondere Gruppe sind dabei die Patienten zwischen 15 und 39 Jahren nach überstandener Krebserkrankung im Kindes-, Jugend- und jungen Erwachsenenalter. Ihr Risiko für Langzeitfolgen, die auch noch Jahrzehnte nach der Therapie auftreten können, ist besonders erhöht.

Zwei Drittel der Patienten entwickeln im Laufe ihres Lebens therapiebedingte Folgeerkrankungen. Dies können

- körperliche Probleme (z.B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, chronische Schmerzen, Erschöpfungszustände, Hormon- und Nervenstörungen),
- psychische Beschwerden (z.B. Zukunftsängste, Depressionen, Anpassungsstörungen), die die Lebensplanung beeinflussen,
- soziale Probleme (z.B. Abbruch der Schul- oder Berufsausbildung, finanzielle Schwierigkeiten) sein.

Viele haben zudem ein erhöhtes Risiko für weitere Krebserkrankungen nach Chemo- oder Strahlentherapie.

Gerade für Sie als junge Patienten ist es deshalb wichtig, neben den notwendigen medizinischen Nachsorgeuntersuchungen, das Entstehen von Langzeitfolgen durch frühzeitige präventive Maßnahmen zu vermeiden.

* Zahlen nach Hilgendorf I et al., www.onkopedia.com, 2016.

Das CARE for CAYA Präventionsprogramm

Dank der Förderung durch den Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses konnte das CARE for CAYA-Präventionsprogramm zur Beeinflussung und Vorsorge solcher Langzeitfolgen entwickelt werden. Die Abkürzung CAYA steht für **C**hildren (Kinder), **A**dolescents (Heranwachsende) und **Y**oung **A**dults (junge Erwachsene).

Das Programm wurde in 14 Zentren deutschlandweit gemeinsam aufgebaut, um die fachübergreifende und vernetzte Versorgung und damit Langzeitprognose von jungen Krebsüberlebenden nachhaltig zu verbessern.

Regelmäßige Bewegung, gesunde Ernährung und psychische Gesundheit wirken sich nachweislich positiv auf mögliche Therapiefolgen aus.

Das CARE for CAYA-Team geht daher mit Ihnen auf grundlegende Themen wie Ernährung und Bewegung ein, betrachtet aber auch etwaige psychische Belastungen oder den Wiedereinstieg in Schule oder Beruf.

Sie als Patient bekommen durch die enge Kooperation und konkrete Absprache beteiligter Fachbereiche einen Behandlungsplan aus einer Hand und werden langfristig begleitet.

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.careforcaya.de

Teilnahme am Programm

Sie können teilnehmen, wenn Sie zwischen 15 und 39 Jahre alt sind und zuvor eine Krebserkrankung überstanden haben – unabhängig davon, wann die Erkrankung stattgefunden hat.

Zunächst wird anhand von Fragebögen und Gesprächen eingeschätzt, ob und wie ausgeprägt Sie betroffen sind und Ihnen wird eine Basisversorgung angeboten. Wenn Sie im Bereich Ernährung, Sport und Bewegung oder Psychoonkologie Beratungsbedarf haben, können Sie an einem oder mehreren Modulen teilnehmen.

Um zu überprüfen, ob das Programmziel erreicht werden kann, werden alle Ergebnisse im Rahmen einer Studie ausgewertet. Anfänglich werden Sie daher zufällig einer von zwei Gruppen mit unterschiedlich intensivem Beratungs- und Interventionsangebot zugelost. Nach einem Jahr bekommen jedoch alle die Möglichkeit an den Interventionen des Programms teilzunehmen.

Sport & Bewegung

Bei der Sportberatung werden Ihre Bewegungsgewohnheiten u.a. mit einem Bewegungsmesser analysiert und ein individuelles Bewegungskonzept auf Basis Ihrer Bedürfnisse mit Ihnen besprochen. Dabei gehen wir auf Ihre persönlichen Ziele und Ihre Möglichkeiten der Prävention ein.

Vielleicht gibt es Sportarten, die Sie schon immer mal ausprobieren wollten?

Wir beraten Sie und helfen bei der Suche nach geeigneten Angeboten.

Ernährung

In der Ernährungsberatung wird mit Ihnen anhand Ihrer Ernährungsgewohnheiten und Beschwerden ein individueller Ernährungsplan erstellt. Praktische Einheiten wie ein Kochkurs und Einkaufstraining sind ebenfalls Teil des Programms.

Sie möchten erfahren, ob Sie sich bereits gesund ernähren? Oder haben Sie Schwierigkeiten eine gesunde Ernährungsweise langfristig zu halten? Wir besprechen gemeinsam, wie eine gesunde Ernährung nachhaltig und praktisch im Alltag umzusetzen ist.

Psychoonkologie

Eine Krebserkrankung führt häufig zu einer hohen körperlichen und psychischen Belastung – auch wenn die eigentliche Behandlung schon abgeschlossen ist. Viele Lebensbereiche können sich verändert haben: persönliche Beziehungen, Ausbildung und Beruf, die Freizeit und die weitere Lebensplanung.

In diesem Modul können persönliche Anliegen im Einzelgespräch besprochen werden. Es werden dann gemeinsam Lösungsansätze erarbeitet.

