

Sozialratgeber

Chronische Myeloische Leukämie (CML)

287013

Inhalt

Vorwort	3
Auf einen Blick: Fakten und Zahlen zu CML	5
Entstehung der CML	7
Symptome und Behandlung von CML	9
Erste Symptome erkennen	9
Therapieoptionen	9
Mögliche Nebenwirkungen und Wechselwirkungen der Therapie	11
Ausblick: Zukünftige Therapieoptionen bei CML	11
Leben mit CML	12
Krankheitsverarbeitung	12
Umgang mit CML	13
Wie erkläre ich meinen Angehörigen meine Krankheit?	15
Krankheitsbewältigung	16
Therapie aktiv mitgestalten: Ihre Patientenrechte	16
Medikamenteneinnahme organisieren	17
Lebensqualität erhalten	17
Neue Kraft schöpfen: Rehabilitation nach CML-Therapie	19
Behinderungseinstufung beantragen	20

Finanzielles	21
Bei längerer Krankheitsdauer: Krankengeld	21
Härtefonds der Deutschen Krebshilfe: Schnelle finanzielle Hilfe für Bedürftige	22
Erwerbsminderungsrente – bei deutlich eingeschränkter Arbeitsfähigkeit	23
Befreiung von Zuzahlungen	24
Was tun bei Schulden?	25
Beratungsstellen	25
Krebsberatungsstellen	25
Deutsche Krebshilfe	26
Bundesministerium für Arbeit und Soziales	26
Deutsche Rentenversicherung	26
Bundesarbeitsgemeinschaft der Integrationsämter und Hauptfürsorgestellen	27
Bundesarbeitsgemeinschaft Schuldnerberatung	27
Sozialdienste der Kliniken	27
Quellen	29

Vorwort

Die chronische myeloische Leukämie (CML) ist eine Krebserkrankung des blutbildenden Systems, bei der sich bestimmte weiße Blutkörperchen unkontrolliert vermehren („Blutkrebs“). Durch moderne Medikamente haben sich die Überlebensaussichten für CML-Patienten in den letzten Jahren ganz entscheidend verbessert, so dass die CML heute als chronische, aber gut behandelbare Erkrankung aufgefasst wird.

Dennoch macht die Diagnose „Leukämie“ vielen Betroffenen Angst. Vor allem in der ersten Zeit nach der Diagnosestellung erleben viele CML-Patienten Gefühle wie Furcht, Unsicherheit, Trauer, Hilflosigkeit oder auch Wut. In dieser Phase benötigen die Patienten selbst, aber auch ihre Angehörigen und engen Freunde Unterstützung und verlässliche, aktuelle Informationen über die Erkrankung und die bestmöglichen Behandlungsmöglichkeiten.

Wenn Sie als CML-Patient vielleicht längere Zeit nicht berufstätig sein können, sollten Sie wissen, welche Sozialleistungen Ihnen zustehen und wer Sie zu welchen Fragen am besten beraten kann. Der vorliegende Ratgeber möchte Sie über die Erkrankung CML, über praktische Aspekte der Krankheitsbewältigung und zu Fragen der finanziellen Sicherung informieren. Darüber hinaus stellen wir Ihnen Einrichtungen und Anlaufstellen vor, die Ihnen weiteren Rat und Hilfe bieten.

Diese Broschüre möchte Sie dabei unterstützen, die Herausforderungen im Zusammenhang mit der CML zu meistern und so gut wie möglich in den Alltag zurückzukehren.

Mit den besten Wünschen für Sie,

Ihr Team von Teva/ratiopharm

Auf einen Blick: Fakten und Zahlen zu CML

CML

Diese Abkürzung steht für chronische myeloische Leukämie. Die CML ist eine bösartige Erkrankung des Knochenmarks, bei der bestimmte weiße Blutkörperchen im Übermaß gebildet werden. Es handelt sich um eine Erkrankung, die langsam fortschreitet und deshalb oft jahrelang nicht bemerkt wird. Bei vielen Patienten wird die CML zufällig entdeckt, z. B. bei einer routinemäßigen Blutuntersuchung.

6 Jahre

Von der Entartung der Vorläuferzelle, die für die CML verantwortlich ist, bis zur Diagnosestellung vergehen etwa 6 Jahre.³

50–60

Die CML kann zwar alle Altersgruppen betreffen, doch treten die meisten Neuerkrankungen bei Erwachsenen zwischen dem 50. und 60. Lebensjahr auf.⁴

1.200

Jedes Jahr erkranken in Deutschland ungefähr 1.200 Menschen an CML. Das entspricht etwa 12 % aller Leukämien bei Erwachsenen.¹ Damit zählt die CML zu den eher seltenen bösartigen Erkrankungen. Im Vergleich wird Darmkrebs beispielsweise in Deutschland jährlich bei rund 62.000 Menschen diagnostiziert.²

Gute Behandlungsmöglichkeiten

Die Therapie der CML hat in den vergangenen Jahren große Fortschritte gemacht. Moderne Medikamente, die genau auf die Ursache der Erkrankung abgestimmt sind, haben die Prognose der CML-Betroffenen erheblich verbessert. Viele Patienten können heute bei guter Lebensqualität und guter Lebenserwartung ihren Alltag ganz normal bewältigen.^{1,4}

Entstehung der CML

Die chronische myeloische Leukämie (CML) ist eine bösartige Erkrankung des Knochenmarks, die sich entwickelt, wenn eine blutbildende Vorläuferzelle des Knochenmarks entartet und in der Folge bestimmte weiße Blutkörperchen (so genannte Granulozyten) im Übermaß entstehen. Diese Leukämiezellen vermehren sich unkontrolliert und gelangen aus dem Knochenmark ins Blut.^{4,5}

Charakteristisch für die CML ist, dass über 90 % der Patienten das so genannte Philadelphia-Chromosom aufweisen: Darunter versteht man ein verkürztes Chromosom Nr. 22, das durch einen Austausch bestimmter Genabschnitte mit Chromosom Nr. 9 entsteht. Von beiden Chromosomen bricht ein Stück ab und die beiden Bruchstücke wechseln die Plätze. Diesen Austausch von Chromosomenabschnitten nennt man „Translokation“.

Durch die Translokation werden zwei Abschnitte des menschlichen Erbguts zusammengefügt (das Gen BCR und das Gen ABL), die bei Gesunden nicht nebeneinander liegen (s. Abb.). Es entsteht das veränderte Gen BCR-ABL, das ein Protein (Eiweiß) bildet, das normalerweise nicht im Körper vorkommt. Dieses Protein ist ein Enzym aus der Gruppe der Tyrosinkinase; es führt zu einer unkontrollierten Vermehrung der Leukämie-Zellen.^{1,4,6}

Gibt es Risikofaktoren, die einer CML den Weg ebnen? Ionisierende Strahlen gelten als Risikofaktoren für die Entstehung der CML. So wurde bei den Überlebenden der Atombombenabwürfe in Japan als Folge der ionisierenden Strahlung vermehrt CML diagnostiziert. Auch Benzol, das u. a. in der chemischen Industrie und in der Druckindustrie zum Einsatz kommt, zählt zu den CML-Risikofaktoren.¹

Wichtig zu wissen ist, dass CML nicht ansteckend und nach heutigem Kenntnisstand auch nicht vererblich ist.¹

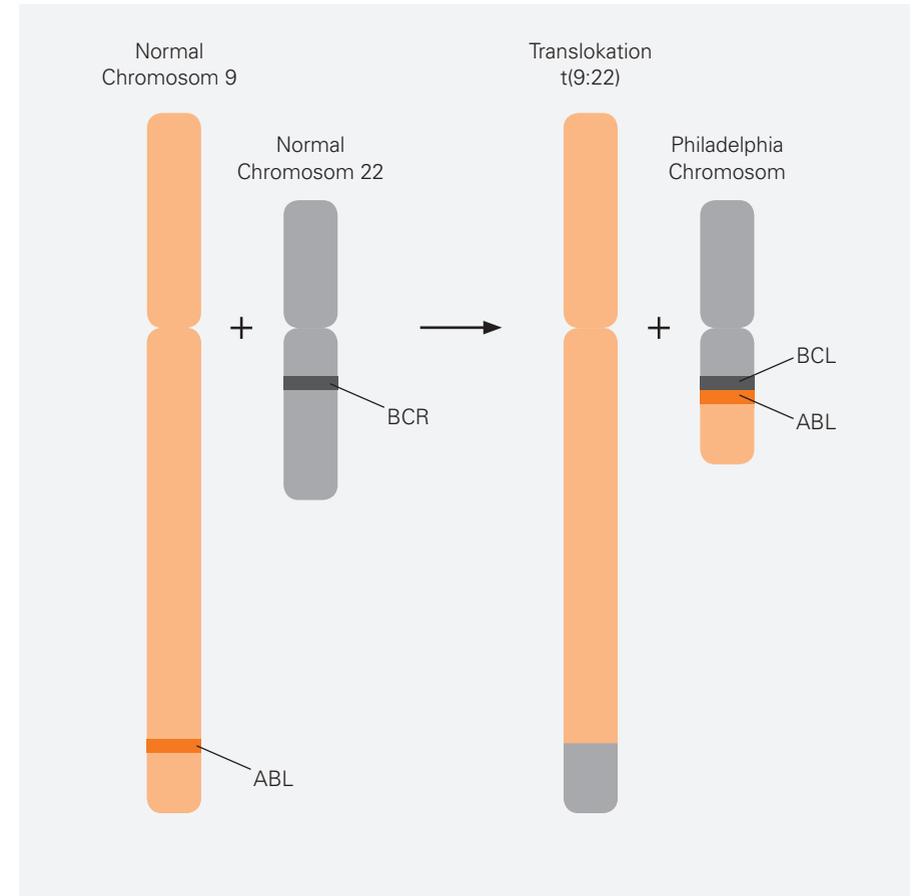


Abbildung: Entstehung des Philadelphia Chromosoms

Symptome und Behandlung von CML

Erste Symptome erkennen

Die CML beginnt „schleichend“ und die Symptome entwickeln sich meist so langsam, dass sie anfangs nicht bemerkt oder nicht mit einer Erkrankung in Zusammenhang gebracht werden. In vielen Fällen wird die CML bei einer routinemäßigen Blutabnahme z. B. im Rahmen einer Vorsorgeuntersuchung zufällig entdeckt.

Wenn Patienten Symptome bei sich wahrnehmen, sind diese eher unspezifisch:

- Müdigkeit, Leistungsabfall, Abgeschlagenheit
- Schwäche, Unwohlsein, Blässe
- Kurzatmigkeit
- Gewichtsabnahme
- Fieber (ohne Vorliegen eines Infekts)
- Nachtschweiß
- Appetitlosigkeit, Oberbauchbeschwerden (durch eine Vergrößerung der Milz)
- Depressive Verstimmung

All diese Beschwerden können auch bei anderen, harmlosen Erkrankungen auftreten. Halten sie über längere Zeit an, sollte jedoch die Ursache vom Arzt abgeklärt werden.^{1,4,5}

Therapieoptionen

Die CML gilt heute als chronische Erkrankung, die zwar gut behandelt, aber derzeit mit Medikamenten noch nicht geheilt werden kann. Ziel der aktuell verfügbaren medikamentösen Therapien ist es, die Erkrankung möglichst effektiv zurückzudrängen und ein Fortschreiten zu verhindern.

Bei der CML ist die überaktive Tyrosinkinase BCR-ABL für das ungebremste Wachstum der Leukämiezellen verantwortlich. Daher bemühten sich Forscher

in den 1990-er Jahren, ein Medikament zu entwickeln, das BCR-ABL gezielt hemmt. Dies gelang mit dem Tyrosinkinase-Inhibitor (TKI) Imatinib, der 2001 zugelassen wurde. In der Zwischenzeit wurden weitere Medikamente mit dem gleichen Wirkprinzip entwickelt.

Heute werden CML-Patienten, bei denen eine überaktive Tyrosinkinase BCR-ABL vorliegt, in erster Linie mit Tyrosinkinase-Inhibitoren behandelt. Denn durch die zielgerichtete Hemmung von BCR-ABL durch TKI wird das Wachstum von Leukämiezellen verhindert, während gesunde Zellen nur bedingt beeinflusst werden. Wenn TKI frühzeitig als Ersttherapie verabreicht werden, spricht innerhalb weniger Monate der Hauptteil der Patienten auf diese Behandlung an. Versagt die zuerst eingesetzte Therapie, sollte auf ein anderes Medikament aus der Gruppe der TKI umgestellt werden. Auch die Möglichkeit einer allogenen Stammzelltransplantation, bei der dem Patienten blutbildende Zellen eines gesunden Spenders übertragen werden, kann in Betracht kommen.^{1,6}

Interferon alpha war vor der Einführung der TKI die Standardtherapie für CML-Patienten. Da Interferon alpha jedoch nicht so wirksam ist wie TKI, wird das Medikament heute nur noch in speziellen Situationen eingesetzt (beispielsweise bei Patienten, die TKI nicht vertragen).

Gelegentlich kommt bei der CML noch eine Chemotherapie zum Einsatz. Bei der Chemotherapie werden Zytostatika verabreicht – Substanzen, die allgemein die Zellteilung hemmen. Sie wirken nicht nur auf bösartige Zellen, sondern auch auf gesunde Zellen, z. B. in der Magenschleimhaut und in den Haarwurzeln. Daher kann es zu erheblichen Nebenwirkungen wie Übelkeit, Erbrechen oder Haarausfall kommen. Zytostatika werden heute z. B. zur Vorbereitung einer allogenen Stammzelltransplantation eingesetzt.¹

Leben mit CML

Mögliche Nebenwirkungen und Wechselwirkungen der Therapie

TKI werden mit großem Erfolg zur Behandlung der CML eingesetzt, doch sie hemmen auch Tyrosinkinase, die natürlicherweise im Körper vorkommen. Dadurch können Nebenwirkungen auftreten. Der bereits erwähnte TKI Imatinib kann beispielsweise zu Wassereinlagerungen, Hautausschlag, Muskelkrämpfen, Knochenschmerzen oder Leberfunktionsstörungen führen.¹ Andere TKI unterscheiden sich im Wirkprofil von Imatinib und können andere Nebenwirkungen hervorrufen.¹ Insgesamt sind TKI im Vergleich zur Chemotherapie oder hochdosierten Interferontherapie jedoch recht gut verträglich. Um ein möglichst gutes Therapieergebnis bei CML zu erzielen, ist es entscheidend, trotz möglicher Nebenwirkungen die medikamentöse Therapie konsequent und zuverlässig durchzuführen.⁷ Wichtig ist auch, dass der behandelnde Arzt über alle Medikamente informiert wird, die der CML-Patient zusätzlich zu seinem TKI einnimmt. Denn durch eine sorgfältige Auswahl der Begleitmedikamente kann verhindert werden, dass es zu Wechselwirkungen zwischen dem TKI und anderen Medikamenten (z. B. bestimmten Antibiotika) kommt.^{8,9}

Ausblick: Zukünftige Therapieoptionen bei CML

Tyrosinkinase-Inhibitoren haben die Therapiemöglichkeiten bei CML entscheidend erweitert und die Überlebenschancen der betroffenen Patienten eindrucksvoll verbessert. Dennoch spricht ein kleiner Teil der CML-Patienten nicht ausreichend auf TKI an. Andere vertragen TKI nicht oder sie entwickeln im Verlauf zusätzliche genetische Veränderungen, so dass TKI nicht mehr wirken. Daher suchen Wissenschaftler und Mediziner nach neuen Wirkstoffen, die für sich allein oder in Kombination mit TKI hilfreich sein können.

„Bei Ihnen liegt eine chronische myeloische Leukämie vor.“ Diese Diagnose ist für viele Betroffene zunächst ein richtiger Schock. Denn eine bösartige Erkrankung wird von den meisten Menschen als existenzielle Bedrohung empfunden, viele Fragen und Ängste stürmen auf sie ein: Wie geht es jetzt weiter, was kommt auf mich zu? Welche Bedeutung hat die Diagnose für meine Berufstätigkeit, meine Familie, mein weiteres Leben? Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es und wo finde ich Experten für meine Erkrankung?¹ Gerade in der Anfangszeit, wenn viele Arzttermine und Untersuchungen stattfinden, kann die Belastung durch die Erkrankung groß sein.

Glücklicherweise kann die CML heute sehr viel wirkungsvoller behandelt werden als noch vor einigen Jahren. Heute wird die CML als chronische Erkrankung aufgefasst, die in der Regel eine gute Prognose hat. Wichtig ist, gleich nach der Diagnosestellung in Zusammenarbeit mit einem erfahrenen hämatologischen Zentrum ein Konzept für die Therapie und die Verlaufskontrollen zu erstellen.¹

Wenn Sie an CML erkrankt sind und vielleicht einige Zeit nicht berufstätig sein können, ist es wichtig zu wissen, wie Sie persönlich mit der Erkrankung umgehen können und auf welche Sozialleistungen Sie zurückgreifen können. Wir möchten Ihnen im Folgenden einen ersten Überblick geben und Ihnen ab S. 25 Einrichtungen vorstellen, die Sie bei Bedarf mit detaillierten Informationen versorgen.

Krankheitsverarbeitung

Eine bösartige Erkrankung wird von Mensch zu Mensch unterschiedlich erlebt. Wenn Sie als CML-Betroffener Ängste, Sorgen und viele Fragen haben, ist das ganz normal. Vielleicht hilft es Ihnen, wenn Sie sich bewusst machen, dass Sie mit Ihren Problemen nicht allein dastehen.¹⁰

Unkenntnis schürt Ängste. Daher ist es für viele Patienten hilfreich, sich gut über ihre Erkrankung zu informieren und Bescheid zu wissen. Notieren Sie

Ihre Fragen und besprechen Sie diese mit Ihrem Arzt. Vielleicht möchten Sie Ihre Partnerin/Ihren Partner zu diesem Gespräch mitnehmen, denn vier Ohren hören mehr als zwei, und Sie können im Nachhinein das Gesagte mit einer vertrauten Person besprechen und gemeinsam die nächsten Schritte überlegen.

Es wird einige Zeit dauern, bis sich die erste Aufregung über Ihre Diagnose gelegt hat und bis Sie im Alltag mit der Erkrankung und der Therapie zurechtkommen. Überstürzen Sie nichts, nehmen Sie sich Zeit, um sich an Ihre neue Situation zu gewöhnen, und holen Sie sich Unterstützung, wenn Sie unsicher sind oder etwas nicht alleine schaffen. Falls Sie das Gefühl haben, dass die Krankheit Ihre seelischen Kräfte übermäßig strapaziert, sollten Sie rechtzeitig professionelle psychosoziale oder psychotherapeutische Hilfe in Anspruch nehmen. Ihr Hausarzt oder Ihr behandelnder Facharzt kann Ihnen entsprechende Anlaufstellen nennen. Weitere Informationen hierzu finden Sie auch auf S. 25.

Umgang mit CML

Wie bereits erwähnt, haben sich die Behandlungsmöglichkeiten für Patienten mit CML in den vergangenen Jahren aufgrund moderner Medikamente enorm verbessert. Die Überlebenschancen nach Diagnosestellung einer CML haben deutlich zugenommen – vorausgesetzt, die Therapie wird dauerhaft und konsequent durchgeführt. Um den Behandlungserfolg nicht zu gefährden, ist es entscheidend, dass Sie die verordneten Medikamente genau nach Plan einnehmen. Wenn Sie Fragen haben oder eine unerwünschte Wirkung bei sich bemerken, wenden Sie sich an Ihren behandelnden Arzt. Unter keinen Umständen sollten Sie Ihre Medikamente in Eigenregie absetzen oder die Dosis reduzieren. Damit riskieren Sie im schlimmsten Fall einen Rückfall der Erkrankung.¹

Entwickeln Sie Einnahmeroutinen

Besprechen Sie mit Ihrem Arzt, wann und wie Sie Ihre Medikamente nehmen sollen und entwickeln Sie gemeinsam Einnahmeroutinen. Das trägt dazu

bei, dass die Medikamenteneinnahme fest in Ihren Tagesablauf eingebunden und möglichst nicht vergessen wird. Wenn Sie mehrere Arzneimittel einnehmen müssen, kann ein Tablettenbox sinnvoll sein, die alle Tabletten eines Tages oder einer ganzen Woche bereithält. Nutzen Sie die Erinnerungsfunktion Ihres Handys oder kleben Sie sich Merktzettel an Stellen, die Sie häufig sehen (z. B. Spiegel im Badezimmer), damit Sie Ihre Medikamenteneinnahme nicht vergessen.

Gehen Sie regelmäßig zum Arzt

Genauso wichtig ist es, dass Sie die ärztlichen Kontrolluntersuchungen zuverlässig wahrnehmen. Mithilfe spezieller Bluttests kann Ihr Arzt den Erfolg der Behandlung dokumentieren oder auch einen drohenden Rückfall frühzeitig erkennen und behandeln. Besprechen Sie mit Ihrem Arzt alle Fragen, die Sie zu Ihrer Therapie oder auch zu Ihrem Lebensstil und Ihrer Belastbarkeit haben.

Gesund leben

Mit gesunder Ernährung und Bewegung können Sie viel für Ihr Wohlbefinden tun. Essen Sie ausgewogen und abwechslungsreich, achten Sie auf vitamin- und mineralstoffreiche Lebensmittel und eine ausreichende Zufuhr an Proteinen und Ballaststoffen. Bevorzugen Sie Vollkornprodukte und essen Sie viel frisches Obst, Gemüse und Salat sowie Milchprodukte und mageres Fleisch oder Fisch. Selbst gekochte Mahlzeiten sind gesünder als Fastfood oder Fertiggerichte aus dem Supermarkt! Besprechen Sie auch mit Ihrem Arzt, ob Sie bestimmte Nahrungsmittel meiden müssen. Grapefruitsaft beispielsweise kann die Wirkung bestimmter Medikamente verändern.

Bleiben Sie in Bewegung. Heute weiß man, dass auch Menschen mit bösartigen Erkrankungen wie CML von körperlicher Aktivität profitieren: Sport hat positive Effekte auf die Psyche, was sich wiederum vorteilhaft auf das Immunsystem und das Allgemeinbefinden auswirkt. Empfehlenswert sind z. B. flotte Spaziergänge, Walken, Radfahren oder Schwimmen.¹¹

Wie erkläre ich meinen Angehörigen meine Krankheit?

Ihre Erkrankung betrifft nicht nur Sie selbst, sondern auch Ihre Partnerin/Ihren Partner, Ihre Familie und enge Freunde. Alle, die Ihnen nahe stehen, machen sich Gedanken oder Sorgen um Sie und um die gemeinsame Zukunft. Andererseits sind Angehörige und Freunde oft auch eine große Stütze nach der Diagnosestellung, während der Behandlung und bei der Alltagsbewältigung.

Es kann sehr hilfreich sein, wenn Ihre Partnerin/Ihr Partner Sie zu den Arztterminen begleitet. So können Sie beim Arzt gemeinsam alle Fragen klären, die Sie bewegen. Bedenken Sie bitte auch, dass die Diagnose „chronisch myeloische Leukämie“ nicht nur bei Ihnen, sondern auch bei Ihren Liebsten zunächst vermutlich große Bestürzung auslöst. Schließlich verbinden viele Menschen mit dem Begriff „Leukämie“ Gedanken an Leiden und Tod. Dass sich die Behandlungsmöglichkeiten der CML seit einigen Jahren deutlich verbessert haben, ist vielen nicht klar. Daher dürfte es auch für Ihre Partnerin/Ihren Partner entlastend sein, im Arztgespräch zu erfahren, dass CML heute als chronische Erkrankung aufgefasst wird, für die es wirksame Medikamente gibt.

Versuchen Sie, den Menschen gegenüber, die Ihnen am nächsten stehen, offen zu sein und auch über Ihre Sorgen und Ängste zu sprechen. Das stärkt das Vertrauen und trägt zur seelischen Stabilisierung bei.¹² Hilfreich ist es auch, wenn Ihre Angehörigen gut über Ihre Erkrankung Bescheid wissen. Geben Sie Ihrer Familie die vorliegende Broschüre zu lesen und suchen Sie gemeinsam nach Informationen im Internet, beispielsweise unter www.kompetenznetz-leukaemie.de oder unter www.leukaemie-hilfe.de. Achten Sie darauf, dass Sie aktuelles Informationsmaterial erhalten. Denn die meisten Materialien, die älter als 3 bis 5 Jahre sind, geben den aktuellen medizinischen Stand nicht mehr wieder.

Auch praktische Unterstützung durch Ihre Partnerin/Ihren Partner kann sehr entlastend sein, beispielsweise, wenn sie oder er Sie an die Medikamenteneinnahme erinnert oder dazu beiträgt, dass Sie sich (gemeinsam) gesund ernähren und regelmäßig bewegen.

Krankheitsbewältigung

Beteiligen Sie sich möglichst aktiv an der Behandlung – das stärkt Ihr Selbstvertrauen und gibt Ihnen das Gefühl, Ihr Leben „im Griff“ zu haben. Eine wichtige Voraussetzung hierfür ist, dass Sie über Ihre Rechte als Patient Bescheid wissen.^{10,13}

Darüber hinaus ist es entscheidend, praktische Dinge wie die regelmäßige Medikamenteneinnahme zu organisieren, eine Rehabilitationsmaßnahme in die Wege zu leiten oder die Anerkennung einer Behinderung zu beantragen. Lassen Sie sich entsprechend beraten.

Therapie aktiv mitgestalten: Ihre Patientenrechte

Die Bundesregierung hat im Jahr 2013 das Patientenrechtegesetz verabschiedet, das diese Rechte stärker verankern soll. Das Patientenrechtegesetz definiert u. a. die Informations- und Aufklärungspflichten bei der Behandlung, das Recht des Patienten zur Einsichtnahme in die Krankenakte sowie die Rechte als Krankenversicherter.

Beispielsweise haben Sie das Recht auf:

- Freie Arztwahl
- Aufklärung und Beratung
- Vertraulichkeit, Schutz der Privatsphäre
- Eine zweite ärztliche Meinung (Second opinion)
- Selbstbestimmung
- Angemessene, lückenlose und qualifizierte Versorgung
- Sachgerechte Organisation und Dokumentation der Untersuchung

Den Ratgeber der Bundesregierung „Informiert und selbstbestimmt: Ratgeber für Patientenrechte“ können sie auf der Webseite www.bmjv.de herunterladen oder bestellen.¹⁴

Medikamenteneinnahme organisieren

Bei der Auswahl der für Sie am besten geeigneten CML-Medikamente wird Ihr Arzt auch weitere Erkrankungen, die bei Ihnen vielleicht vorliegen, berücksichtigen. Insbesondere, wenn Sie mehrere Medikamente aufgrund unterschiedlicher Erkrankungen einnehmen müssen, ist es sehr hilfreich, die Behandlung gut zu organisieren.

- Erstellen Sie gemeinsam mit Ihrem Arzt einen Therapieplan: Wann müssen Sie welches Medikament in welcher Dosierung einnehmen?
- Für ein optimales Behandlungsergebnis ist es entscheidend, dass Sie Ihre CML-Medikamente zuverlässig und in der korrekten Dosierung anwenden. Bringen Sie Erinnerungshilfen an Stellen an, die Sie regelmäßig im Blick haben. Bitten Sie Ihre Lebenspartnerin/Ihren Lebenspartner zusätzlich, Sie an die Einnahme zu erinnern.
- Falls Sie wegen unterschiedlicher Erkrankungen eine ganze Reihe von Arzneimitteln einnehmen müssen, ist eine Tablettebox eine praktische Unterstützung. Diese Boxen helfen, die Tabletten für einen Tag oder für eine ganze Woche zu sortieren. So behalten Sie besser den Überblick.
- Sie können sich auch von Ihrem Handy an die Medikamenteneinnahme erinnern lassen.

Lebensqualität erhalten

Mit modernen Medikamenten lässt sich die CML effektiv zurückdrängen, ein Fortschreiten der Erkrankung wird meist über viele Jahre aufgehalten. Wenn der anfängliche Schock über die Diagnose nachgelassen hat und Sie im Hinblick auf Ihre Therapie und die ärztlichen Kontrolltermine schon eine gewisse Routine entwickelt haben, sollten Sie versuchen, ein möglichst normales Leben zu führen und auch bewusst Dinge in Ihren Tagesablauf integrieren, die Ihnen Freude machen.

Berufliche Erfolgserlebnisse zeigen Ihnen, dass Sie gebraucht werden und stärken Ihr Selbstvertrauen und Ihr Selbstwertgefühl. Der Kontakt zu netten Kollegen kann Ihnen gut tun und ein Stück Normalität zurückbringen, nachdem Sie sich mit der Diagnose einer bösartigen Erkrankung auseinandersetzen mussten.

Ziehen Sie sich nicht „in Ihr Schneckenhaus“ zurück, sondern pflegen Sie Kontakte zu Familienmitgliedern, Freunden und Bekannten. Während Ihre nächsten Angehörigen Sie in den ersten Wochen nach der Diagnosestellung wahrscheinlich intensiv begleitet haben und ziemlich genau wissen, wie es Ihnen geht und was Ihnen gut tut, haben Freunde und Bekannte in diesem Punkt sicherlich einen gewissen Informationsbedarf: Sprechen Sie mit Ihnen offen über Ihre Erkrankung und sagen Sie, was Sie können und was Ihnen zu viel wird. Achten Sie aber darauf, dass sich die Gespräche nicht ausschließlich um Ihre Erkrankung drehen, sondern fragen Sie auch, wie es Ihrem Gegenüber geht und lenken Sie das Gespräch auf gemeinsame Interessen. Unternehmen Sie etwas Schönes gemeinsam, das verbindet und stärkt das Wir-Gefühl.

Pflegen Sie Ihre Hobbys. Seien Sie kreativ, tanzen Sie, singen Sie im Chor oder treffen Sie sich mit Freunden zum Kartenspielen oder zu DVD-Abenden. Tätigkeiten, in denen Sie ganz aufgehen, machen Sie glücklich und lassen Ihre Erkrankung in den Hintergrund treten.

Und wenn Sie sich doch ab und zu unruhig, angespannt oder ängstlich fühlen oder nicht schlafen können? Dann ist es gut, wenn Sie eine Entspannungsmethode erlernt haben, mit der Sie zur Ruhe kommen. Experten empfehlen z. B. die Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson (PMR), Autogenes Training, Yoga oder imaginative Verfahren, bei denen Sie z. B. Fantasiereisen unternehmen.¹⁰

Neue Kraft schöpfen: Rehabilitation nach CML-Therapie

Bei Patienten nach einer Stammzelltransplantation schließt sich eine Rehabilitation oft unmittelbar an die intensive Therapie an. Wenn Sie wegen Ihrer CML medikamentös behandelt werden, sprechen Sie am besten mit Ihrem Hausarzt oder behandelnden Arzt darüber, ob eine onkologische Rehabilitation für Sie sinnvoll ist. Eine solche Maßnahme trägt dazu bei, Ihr Allgemeinbefinden zu bessern und sie kann Ihnen dabei helfen, in Ihr Alltags- und Berufsleben besser zurückzufinden. Eine Rehabilitation dauert meist drei Wochen, sie kann aber auch verlängert werden, wenn entsprechende medizinische Gründe vorliegen. Rehabilitationsmaßnahmen werden stationär oder ambulant durchgeführt.¹⁵

Die Kosten für eine onkologische Rehabilitation tragen die Rentenversicherer, Krankenkassen oder das Sozialamt. Wie hoch der Anteil ist, den Sie bei einer Rehabilitation selbst bezahlen müssen, hängt davon ab, wer der Kostenträger ist (Rentenversicherer oder Krankenkasse). Onkologische Nachsorgeleistungen kann der Arzt beantragen oder auch Sie selbst. Auskünfte zu Rehabilitationsmaßnahmen erhalten Sie bei den verschiedenen Reha-Servicestellen. Welche Servicestellen es in Ihrer Nähe gibt, können Sie im Internet unter **www.reha-servicestellen.de** nachsehen. Als Erwerbstätiger können Sie das Antragspaket und wichtige Formulare unter **www.deutsche-rentenversicherung.de** herunterladen. Falls Sie nicht erwerbstätig sind, wenden Sie sich bitte an Ihre Krankenkasse oder an eine Krebsberatungsstelle (s. S. 25).

Während der Rehabilitationswochen kommen medizinische Behandlungen zum Einsatz, die die Folgen der Erkrankung beseitigen oder lindern sollen. Weitere Maßnahmen wie Physiotherapie, Bewegung und eine Ernährungsberatung erleichtern die Rückkehr in den Alltag. Psychoonkologische Beratungsgespräche können Sie dabei unterstützen, die Krankheit seelisch so gut wie möglich zu bewältigen.

Behinderungseinstufung beantragen

Eine bösartige Erkrankung wie die CML bringt körperliche und seelische Belastungen mit sich. Kommen dann noch lange Arbeitsunfähigkeitszeiten und finanzielle Engpässe hinzu, können die Betroffenen in eine sehr schwierige Situation geraten. Bei Erkrankungen des Blutes oder der blutbildenden Organe kann vom Versorgungsamt ein Grad der Behinderung (GdB) oder ein Grad der Schädigungsfolgen (GdS) festgestellt werden. Für die Bemessung des GdB ist vor allem die tatsächliche Leistungseinschränkung durch die Erkrankung maßgeblich – daher ist bei der Beurteilung vom klinischen Bild und von den Funktionseinschränkungen im Alltag auszugehen.¹⁶

Als CML-Patient können Sie einen Schwerbehindertenausweis beim zuständigen Versorgungsamt beantragen, der meist für eine Zeit von höchstens fünf Jahren ausgestellt wird.¹⁵ Dieser Ausweis soll wenigstens teilweise die Nachteile ausgleichen, die Ihnen durch die Krankheit entstanden sind. Je nachdem, welcher GdB festgestellt wird, können die Nachteilsausgleiche u. a. Folgendes umfassen:¹⁷

- Teilnahme am Behindertensport
- Höhere Steuerfreibeträge
- Mehr Urlaubstage
- Kündigungsschutz
- Freistellung von Mehrarbeit
- Vorgezogene Altersrente
- Kfz-Finanzierungshilfen für Berufstätige
- Freibetrag beim Wohngeld

Als Basis für die Festsetzung des GdB dient dem Versorgungsamt die vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales herausgegebene „Versorgungsmedizin-Verordnung (versorgungsmedizinische Grundsätze)“. Sie können

diese Broschüre im Internet unter **www.bmas.de** kostenlos herunterladen (bitte hierzu die Suchfunktion nutzen). Informationen zum GdB/Schwerbehindertenausweis erhalten Sie auch bei den zuständigen Versorgungs-, Sozial- und Finanzämtern.

Finanzielles

Was ist, wenn ich wegen meiner Erkrankung längere Zeit nicht arbeiten kann? Gerate ich in einen finanziellen Engpass? Diese Frage bewegt viele Menschen mit einer schwerwiegenden oder chronischen Erkrankung.

Zunächst bezahlt der Arbeitgeber in der Regel Ihre vollen Bezüge bis zu sechs Wochen weiter. Falls Sie wegen derselben Krankheit erneut arbeitsunfähig werden, entfällt der Anspruch – es sei denn, Sie haben inzwischen mindestens sechs Monate lang gearbeitet, ohne krank gewesen zu sein oder seit Beginn der ersten Arbeitsunfähigkeit wegen der gleichen Krankheit ist mindestens ein Jahr vergangen. Sind Sie länger als sechs Wochen krank, erhalten Sie statt der Gehaltsfortzahlung Krankengeld.¹⁵

Bei längerer Krankheitsdauer: Krankengeld

Ihre Krankenkasse bezahlt Krankengeld zur Sicherung Ihres Lebensunterhalts, wenn Sie länger als sechs Wochen erkrankt sind. Diese Leistung erhalten Versicherte, wenn sie durch Krankheit arbeitsunfähig sind oder auf Kosten der Krankenkasse im Krankenhaus behandelt werden.¹⁵ Innerhalb von drei Jahren wird Krankengeld maximal anderthalb Jahre (78 Wochen) lang für dieselbe Krankheit bezahlt.¹⁸ In einem weiteren Drei-Jahres-Zeitraum haben Sie wegen derselben Krankheit nur dann wieder Anspruch auf Krankengeld, wenn Sie:

- Mit Anspruch auf Krankengeld versichert sind.
- In der Zwischenzeit mindestens sechs Monate keine Arbeitsunfähigkeit wegen dieser Erkrankung hatten.
- Wenn Sie mindestens sechs Monate erwerbstätig waren oder der Arbeitsvermittlung zur Verfügung standen.^{15,18}

Das Krankengeld beträgt 70 % des zuvor erzielten regelmäßigen Arbeitsentgelts (Bruttolohns), maximal jedoch 90 % des Nettoarbeitsentgelts. Es wird pro Kalendertag für 30 Tage im Monat gezahlt.^{15,18} Das Krankengeld beträgt höchstens 101,50 Euro pro Tag.¹⁸

Das klingt vielleicht etwas kompliziert oder abstrakt. Wenn Sie wissen möchten, mit wie viel Krankengeld Sie ungefähr rechnen können, lohnt sich ein Blick auf die Webseite Ihrer Krankenkasse. Denn viele Krankenversicherer bieten heute auf ihren Internetseiten Krankengeldrechner an. Dort können Sie rasch einen Richtwert ermitteln. Für eine genaue Berechnung Ihres Krankengelds wenden Sie sich bitte an Ihre Krankenkasse.

Privat Krankenversicherte schließen mit ihrer Versicherung meist eine Krankentagegeldversicherung ab. Dabei wird individuell vereinbart, wann die Zahlungen beginnen – bei Arbeitnehmern fangen die Leistungen in der Regel ab dem 43. Arbeitsunfähigkeitstag an. Selbstständige sollten dagegen einen früheren Beginn festlegen, z. B. ab dem 4. oder 15. Tag der Arbeitsunfähigkeit.¹⁵

Härtefonds der Deutschen Krebshilfe: Schnelle finanzielle Hilfe für Bedürftige

Wenn Sie aufgrund Ihrer CML unverschuldet in finanzielle Not geraten sind – z. B. weil Sie aufgrund Ihrer Erkrankung als Alleinverdiener der Familie kein volles Gehalt bekommen, sondern nur Krankengeld – können Sie unter bestimmten Voraussetzungen beim Härtefonds der Deutschen Krebshilfe eine einmalige finanzielle Zuwendung beantragen.¹⁹ Dieser Fonds wird aus Spendengeldern unterhalten.

Damit das Geld auch wirklich denen zugutekommt, die es am dringendsten benötigen, richtet sich die Zuwendung nach der Höhe des Familieneinkommens. Daher müssen Sie Auskunft über Ihre familiären und wirtschaftlichen Verhältnisse geben. Die Deutsche Krebshilfe bemüht sich, die Hilfeleistung möglichst rasch und unbürokratisch abzuwickeln. Die Zuwendungen liegen

derzeit je nach Situation zwischen 410 und 800 Euro.²⁰

Ein Merkblatt zum Härtefonds und ein Antragsformular können Sie sich im Internet unter www.krebshilfe.de/haertefonds herunterladen.

Erwerbsminderungsrente – bei deutlich eingeschränkter Arbeitsfähigkeit

Wenn Sie wegen Ihrer CML gar nicht mehr oder nur noch stundenweise erwerbstätig sein können, bezahlt Ihnen die Rentenversicherung unter bestimmten Voraussetzungen eine Rente wegen Erwerbsminderung.^{15,21} Zu den allgemeinen Voraussetzungen zählt, dass Sie die Regelaltersgrenze noch nicht erreicht haben. Außerdem gilt der Grundsatz „Reha vor Rente“: Zunächst wird deshalb geprüft, ob Ihre Erwerbsfähigkeit durch Rehabilitation wieder hergestellt werden kann.

Außerdem gibt es bestimmte medizinische und versicherungsrechtliche Voraussetzungen für eine Erwerbsminderungsrente.²¹ Die medizinischen Voraussetzungen sind erfüllt, wenn Sie wegen Ihrer CML täglich nicht mehr mindestens sechs Stunden arbeiten können. Dabei geht es nicht nur um Ihren bisher ausgeübten Beruf, sondern um eine generelle Arbeitsfähigkeit auch für andere Tätigkeiten. Die Rentenversicherung prüft das anhand von ärztlichen Unterlagen. Bei Bedarf fordert sie weitere Gutachten an und stellt dann Ihr Leistungsvermögen fest.

Neben der medizinischen müssen zusätzlich folgende versicherungsrechtlichen Voraussetzungen erfüllt sein:

- Sie müssen vor Eintritt der Erwerbsminderung mindestens fünf Jahre versichert gewesen sein.
- In den letzten fünf Jahren vor Eintritt der Erwerbsminderung müssen drei Jahre mit Pflichtbeiträgen für eine versicherte Beschäftigung oder Tätigkeit belegt sein.

Renten wegen verminderter Erwerbsfähigkeit werden in der Regel für einen befristeten Zeitraum gezahlt. Bessert sich Ihr Gesundheitszustand, kann Ihnen die Rente ganz oder teilweise entzogen werden. Daher überprüft die Rentenversicherung regelmäßig Ihre Anspruchsberechtigung.²¹

Ausführliche Informationen und Broschüren zur Erwerbsminderungsrente finden Sie im Internet unter www.deutsche-rentenversicherung.de (bitte Suchfunktion verwenden).

Befreiung von Zuzahlungen

Erwachsene Patienten, die bei gesetzlichen Krankenversicherungen versichert sind, müssen in der Regel Zuzahlungen für Medikamente und verschiedene andere Leistungen wie Krankenhausaufenthalte, Heil- und Hilfsmittel, häusliche Krankenpflege oder Fahrkosten leisten.²² Dadurch können vor allem für chronisch Kranke erhebliche Kosten entstehen.

Doch bei der Zuzahlung gibt es bestimmte Belastungsgrenzen. Im Allgemeinen müssen Versicherte in einem Jahr höchstens 2 % des jährlichen Bruttoeinkommens als Zuzahlungen leisten.²³ Für Versicherte, die chronisch krank oder wegen derselben schwerwiegenden Krankheit in Dauerbehandlung sind, gilt dagegen eine Grenze von 1 % des jährlichen Bruttoeinkommens. Grundsätzlich werden alle Zuzahlungen im Bereich der gesetzlichen Krankenversicherung für das Erreichen der Belastungsgrenze berücksichtigt. Krankenkassen benachrichtigen ihre Versicherten nicht automatisch, sobald diese ihre Belastungsgrenze erreicht haben.²³ Daher sollten Sie unbedingt alle Zuzahlungsbelege sammeln und im Blick behalten, wie sich Ihre Zuzahlungen aufsummieren. Sobald Sie Ihre Belastungsgrenze innerhalb eines Kalenderjahres erreicht haben, sollten Sie bei Ihrer Krankenkasse eine Befreiung beantragen. Dann bekommen Sie einen Bescheid darüber erteilt, dass Sie für den Rest des Jahres keine Zuzahlungen mehr leisten müssen.²³

Was tun bei Schulden?

Hohe Versicherungsbeiträge, mehrere laufende Kredite und weitere finanzielle Verpflichtungen können zum Problem werden, wenn Ihnen aufgrund Ihrer Erkrankung weniger Geld zur Verfügung steht. Lassen Sie sich möglichst rasch professionell beraten, bevor Sie erdrückende Schulden anhäufen! Beispielsweise helfen Kliniksozialdienste weiter, wenn Sie befürchten, durch Ihre Krankheit in eine finanzielle Notlage zu geraten.

Schuldnerberatungen stehen Ihnen helfend zur Seite, wenn Sie mit Ihren Zahlungen in Rückstand geraten sind. In Deutschland gibt es mehr als 1.100 Schuldnerberatungsstellen.²⁴ Auf der Webseite des Forums Schuldnerberatung können Sie nachsehen, welche Beratungsstelle in Ihrer Nähe für Sie zuständig ist (www.forum-schuldnerberatung.de). Die Schuldnerberatung ist oft auch eine wertvolle Unterstützung, wenn Sie mit Ihren Gläubigern, Banken oder Versicherungen über eine Umschuldung, eine Stundung oder ein Pausieren von Schulden und Beiträgen verhandeln.

Beratungsstellen

Patienten mit bösartigen Erkrankungen und ihre Angehörigen haben viele Fragen zur Erkrankung selbst, zu beruflichen oder sozialrechtlichen Themen oder zur Gesamtsituation. Im Folgenden nennen wir Ihnen einige neutrale Ansprechpartner, die Sie kompetent beraten.

Krebsberatungsstellen

Krebsberatungsstellen gibt es in Deutschland in vielen Städten. Sie beraten Patienten und Angehörige unabhängig und kostenfrei zu sozialrechtlichen Fragen oder sie verweisen an geeignete Ansprechpartner vor Ort.

Der Krebsinformationsdienst bietet im Internet unter www.krebsinformationsdienst.de eine Adressliste (bitte Suchfunktion benutzen). Bei Eingabe Ihres Wohnorts oder Ihrer Postleitzahl erfahren Sie,

wo es Beratungsstellen in Ihrer Region gibt. Über die Internetseite des Krebsinformationsdienstes können Sie auch ambulant psychotherapeutisch arbeitende Psychoonkologen suchen.

Telefonisch steht der Krebsinformationsdienst täglich von 8:00 bis 20:00 Uhr unter der kostenlosen Telefonnummer 0800.4203040 zur Verfügung. Oder Sie schreiben eine E-Mail an krebsinformationsdienst@dkfz.de.

Deutsche Krebshilfe

Die Deutsche Krebshilfe (www.krebshilfe.de) hat den Förderschwerpunkt „Psychosoziale Beratungsstellen“ initiiert. Mit diesem Projekt unterstützt die Deutsche Krebshilfe bundesweit qualitätsgesicherte Beratungsstellen, an die sich Patienten und Angehörige wenden können.

Informationen zu Beratungsstellen in Ihrer Nähe erhalten Sie beim INFONETZ KREBS, das Sie montags bis freitags von 8:00 bis 17:00 Uhr unter der Telefonnummer 0800.80708877 erreichen können.

Bundesministerium für Arbeit und Soziales

Das Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS) informiert über Themen wie soziale Sicherung, Rente (z. B. Erwerbsminderungsrente), betriebliche Eingliederung nach längerer Krankheit, Sozialhilfe und Grundsicherung etc. Dazu hat das BMAS zahlreiche Broschüren, Flyer und CDs erarbeitet, die Sie sich auf der Internetseite des Ministeriums herunterladen oder bestellen können (www.bmas.de).

Deutsche Rentenversicherung

Wenn es um Fragen zur medizinischen oder beruflichen Rehabilitation oder um Rehabilitation nach Krebserkrankungen etc. geht, ist die Webseite der Deutschen Rentenversicherung (www.deutsche-rentenversicherung.de) eine gute Informationsquelle. Dort finden Sie entsprechende Broschüren,

Formulare und Anträge zum Download, aber auch Online-Dienste und fachspezifische Informationen.

Das Servicetelefon rund um Rente und Rehabilitation ist montags bis donnerstags von 7:30 bis 19:30 Uhr (freitags bis 15:30 Uhr) besetzt und unter der Nummer 0800.10004800 zu erreichen.

Bundesarbeitsgemeinschaft der Integrationsämter und Hauptfürsorgestellen

Um die Teilhabe von schwerbehinderten Menschen am Arbeitsleben zu fördern und zu sichern, haben sich die Integrationsämter zusammen mit den Hauptfürsorgestellen in der Bundesarbeitsgemeinschaft der Integrationsämter und Hauptfürsorgestellen (BIH) zusammengeschlossen.

Auf der Internetseite der BIH (www.integrationsaemter.de) finden Sie eine umfangreiche Infothek sowie eine Suchfunktion, mit der Sie bei Eingabe Ihrer Postleitzahl rasch das für Sie zuständige Integrationsamt ausfindig machen können.

Bundesarbeitsgemeinschaft Schuldnerberatung

Wenn Sie Schulden haben und Unterstützung suchen, kann Ihnen die Internetseite der Bundesarbeitsgemeinschaft Schuldnerberatung weiterhelfen (www.bag-sb.de). Dort finden Sie Links zu gemeinnützigen Trägern und Wohlfahrtsverbänden, die eine anonyme, kostenfreie Online-Beratung anbieten. Zudem erfahren Sie, wo es Beratungsstellen in Ihrer Nähe gibt.

Sozialdienste der Kliniken

Die meisten Krankenhäuser bieten Patienten während ihres stationären Aufenthalts die Möglichkeit, sich mit allen Fragen, die sich im Zusammenhang mit der Erkrankung und mit der Versorgung nach der Klinikentlassung ergeben, an den Kliniksozialdienst zu wenden. Die Mitarbeiter sind meist Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter. Sie beraten u. a. in persönlichen,

familiären, wirtschaftlichen und rechtlichen Fragen und helfen bei der Organisation von Rehabilitationsmaßnahmen oder bei der Antragstellung auf Leistungen der Pflegeversicherung bzw. auf Anerkennung einer Schwerbehinderung. Sozialdienste unterstützen auch bei der Kontaktaufnahme zu Behörden, Krankenkassen oder Ämtern.

Klinikärzte, Pflegekräfte oder die Stationsleitung können einen Termin beim Kliniksozialdienst für Sie vereinbaren.

Quellen

1. Stiftung Deutsche Leukämie- und Lymphom-Hilfe: Chronische myeloische Leukämie. Ratgeber für Patienten (online verfügbar unter: <http://dlh-stiftung.de/wp-content/uploads/DLH-Stiftung-2014-Chronische-Myeloische-Leuk%C3%A4mie.pdf>; abgerufen am 01.12.2016)
2. http://www.krebsdaten.de/Krebs/DE/Content/Krebsarten/Darmkrebs/darmkrebs_node.html; abgerufen am 01.12.2016
3. Herold G. et al.: Innere Medizin 2016, S. 101ff.
4. <http://www.kompetenznetz-leukaemie.de/content/patienten/leukaemien/cml/> (abgerufen am 01.12.2016)
5. Michl M.: Hämatologie Basics. Urban & Fischer, München 2011, S. 69/70
6. http://www.leukaemie-hilfe.de/nc/menue-links/krankheit/cml/cml-textbeitraege.html?tx_drblob_pi1%5BdownloadUid%5D=930
7. Imatinib, Nilotinib und Dasatinib: Der Umgang mit den Nebenwirkungen bei der Behandlung der CML; http://www.leukaemie-hilfe.de/nc/menue-links/krankheit/cml/cml-textbeitraege.html?tx_drblob_pi1%5BdownloadUid%5D=304 (abgerufen am 01.12.2016)
8. Fachinformation Imatinib-ratiopharm (Stand: Juli 2016)
9. Schmitt K et al.: Die chronische myeloische Leukämie (CML) im Zeitalter der Tyrosinkinase-Inhibitor-Therapie. Arzneimitteltherapie 2016; 34: 3-12
10. Psychoonkologie. Psychosoziale Unterstützung für Krebspatienten und Angehörige („Leitlinienprogramm Onkologie“ der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e. V., der Deutschen Krebsgesellschaft e. V. und der Stiftung Deutsche Krebshilfe). Online verfügbar unter https://www.krebshilfe.de/fileadmin/Downloads/PDFs/Leitlinien/PLL_Psychoonkologie_WEB.pdf (abgerufen am 19.12.2016)
11. Sport bei Krebs: So wichtig wie ein Medikament. Online verfügbar unter <https://www.krebsgesellschaft.de/onko-internetportal/basis-informationen-krebs/basis-informationen-krebs-allgemeine-informationen/sport-bei-krebs-so-wichtig-wie-.html> (abgerufen am 19.12.2016)
12. Mit Angehörigen und Freunden über Krebs reden. Online verfügbar unter <https://www.krebsgesellschaft.de/onko-internetportal/basis-informationen-krebs/leben-mit-krebs/angehoerige-und-freunde/mit-angehoerigen-und-freunden-ueber-krebs-.html> (abgerufen am 20.12.2016)
13. Patienten und Ärzte als Partner. Online verfügbar unter: https://www.krebshilfe.de/fileadmin/Downloads/PDFs/Blaue_Ratgeber/043_0124.pdf (abgerufen am 21.12.2016)
14. Informiert und selbstbestimmt: Ratgeber für Patientenrechte. Online verfügbar unter: http://www.bmjbv.de/SharedDocs/Publikationen/DE/Ratgeber_Patientenrechte.pdf?__blob=publicationFile&v=11 (abgerufen am 21.12.2016)
15. Wegweiser zu Sozialleistungen. Blauer Ratgeber der Deutschen Krebshilfe (Nr. 40). Online verfügbar unter: https://www.krebshilfe.de/fileadmin/Downloads/PDFs/Blaue_Ratgeber/040_0106.pdf (abgerufen am 29.12.2016)
16. http://www.betanet.de/betanet/soziales_recht/Grad-der-Behinderung-164.html (abgerufen am 29.12.2016)
17. <http://www.betanet.de/download/tab3-gdb-nachteilsausgl4.pdf> (abgerufen am 29.12.2016)
18. Krankengeld http://www.betanet.de/betanet/soziales_recht/Krankengeld-233.html (abgerufen am 12.01.2017)
19. <https://www.krebshilfe.de/helfen/rat-hilfe/finanzielle-hilfe-unserhaertefonds/> (abgerufen am 12.01.2017)
20. https://www.krebshilfe.de/fileadmin/Downloads/PDFs/Haertefonds/033_Merkblatt-Haertefonds_1-2017.pdf
21. Erwerbsminderungsrente: Das Netz für alle Fälle. Broschüre der Deutschen Rentenversicherung (11. Auflage, 7/2016). Online verfügbar unter http://www.deutsche-rentenversicherung.de/Allgemein/de/Inhalt/5_Services/03_broschueren_und_mehr/01_broschueren/03_broschueren_pakete/erwerbsminderungsrente/_Paket_erwerbsminderungsrente_pub.html?cms_submit=Los&cms_resultsPerPage=5&cms_templateQueryString=erwerbsminderungsrente (abgerufen am 15.01.2017)
22. http://www.behindertenbeauftragte.de/DE/Themen/GesundheitundPflege/Gesundheit/Zuzahlungen/Zuzahlungen_node.html (abgerufen am 15.01.2017)
23. <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/krankenversicherung/online-ratgeber-krankenversicherung/medizinische-versorgung-und-leistungen-der-krankenversicherung/zuzahlung.html> (abgerufen am 15.01.2017)
24. Webseite der Bundesarbeitsgemeinschaft Schuldnerberatung: <http://www.bag-sb.de/rat-suchende/> (abgerufen am 16.01.2017)