

Inhalt

A. Wozu haben wir Speiseröhre, Magen und Bauchspeicheldrüse?

1. Welche Aufgabe hat die Speiseröhre?	19
2. Erkrankungen der Speiseröhre.....	19
3. Welche Funktionen hat der Magen?	20
4. Aufbau des Magens	20
5. Funktion des Magens	22
6. Erkrankungen des Magens.....	23
7. Was macht die Bauchspeicheldrüse?	24
8. Was ist die exokrine Funktion der Bauchspeicheldrüse?.....	24
9. Was ist die endokrine Funktion der Bauchspeicheldrüse?	25
10. Welche Erkrankungen des exokrinen Pankreas gibt es?.....	25
11. Welche Erkrankungen des endokrinen Pankreas gibt es?	26
12. Wozu brauchen wir die Galle?.....	27
13. Welche Erkrankungen der Gallenwege gibt es?	27

B. Operationen an Speiseröhre, Magen, Bauchspeicheldrüse und Galle

14. Welche Operationen an der Speiseröhre gibt es?	29
15. Was sind Tumore am Übergang von Speiseröhre zum Magen? Wie werden diese operiert?.....	31
16. Welche Magenoperationen gibt es?.....	32
17. Wird der neue „Ersatzmagen“ alle Aufgaben übernehmen können? Wie lange wird das dauern?.....	33
18. Gibt es typische Probleme nach Magenteilentfernung?	33
19. Nimmt die Häufigkeit von Magenkarzinomen zu?	33
20. Welche Operationen werden an der Bauchspeicheldrüse durchgeführt?	34
21. Welche Operationen werden an den Gallenwegen durchgeführt?	35

C. Worin unterscheiden sich verschiedene Tumorerkrankungen voneinander?

22. Gibt es bösartige und weniger bösartige Tumorerkrankungen?	37
23. Was ist ein Tumorboard?	38
24. Meine Tumorerkrankung wurde mit Bestrahlung und Chemotherapie behandelt, andere Patienten wurden operiert. Woran liegt diese unterschiedliche Therapie?	38
25. Was bedeutet die TNM-Klassifikation? Was bedeuten die Zahlen?	39
26. Tumorerkrankungen des Magens betreffen eher ältere Menschen. Kann es sein, dass man auch schon im jungen Alter eine solche Krankheit bekommt? Welche Risikofaktoren gibt es?	39
27. Ich hatte langjährig Probleme mit zu viel Magensäure und wiederholten Geschwüren. Hat dies die Entstehung der Erkrankung gefördert?	41
28. Man hat mir den Magen entfernt. Es handelte sich um einen GIST-Tumor. Mir wurde gesagt, ich brauche keine weitere Therapie. Was soll ich davon halten?	41
29. Ich habe einen Magentumor, den man MALT-Lymphom nennt. Man hat gar keine Operation durchgeführt. Ist das nicht riskant?...	41

D. Beschwerden nach der Operation

30. Welche Beschwerden werden nach einer Operation am oberen Verdauungstrakt voraussichtlich auftreten?	43
31. Welches sind die Hauptprobleme nach Ösophagusresektion?	43
32. Wie kann man ohne Magen leben? Mit welchen Beeinträchtigungen muss man nach einer Magenoperation rechnen?	44
33. Kann der neue Ersatzmagen alle Aufgaben übernehmen?	45
34. Was kann ich selbst gegen meine Appetitlosigkeit tun?	45
35. Ich habe keinen Appetit. Schlucken ist zwar möglich, aber mühsam. Woran kann das liegen?	45
36. Gibt es Medikamente gegen die Appetitlosigkeit? Was kann man machen?	46
37. Nach dem Essen ist mir übel. Woran liegt das?	46
38. Was ist ein Dumping-Syndrom?	46
39. Welche Beschwerden weisen auf ein Früh-Dumping-Syndrom hin?	47
40. Was deutet auf ein Spät-Dumping-Syndrom hin?	47
41. Es ist für mich viel schwieriger zu trinken als zu essen. Was kann ich dagegen tun?	48

42. Obwohl ich wenig esse, leide ich oft an Völlegefühl. Woran liegt das?.....	48
43. Was schützt mich vor Blähungen?.....	48
44. Welche Ursachen gibt es für vermehrte Blähungen nach Magenoperation?.....	49
45. Seit der Operation habe ich Durchfälle. Was kann die Ursache sein?.....	49
46. Seit der Magenentfernung bildet sich bei mir oft weißlicher Schleim, den ich ausspucken muss. Was kann ich dagegen tun?	49
47. Ich kann schlecht schlucken. Wie lange soll ich mich noch von Suppen und Babybrei ernähren?	50
48. Ich habe Schluckprobleme. Größere feste Bestandteile kann ich nicht oder nur mühsam schlucken. Das ist auch mit Schmerzen verbunden. Warum?	50
49. Seit der Operation ist meine Haut so trocken. Wenn ich aufstehe, wird mir leicht schwindlig. Wie weiß ich, ob ich genug getrunken habe?	50
50. Seit der Operation haben sich mein Blutdruck und mein Blutzucker normalisiert. Woran liegt das?.....	51

E. Verdauungsenzyme und Fettstühle

51. Mein Stuhlgang hat sich nach der Operation verändert. Er ist von hellgelber Farbe, breiig weich bis flüssig, schwimmt in der Toilette und riecht übel. Weshalb?	52
52. Was hilft gegen Fettstühle?	52
53. Wie nehme ich die Enzyme richtig ein?	53
54. Verträgt sich die Einnahme von Verdauungsenzymen mit dem moslemischen Glauben?	54
55. Die Gabe von Verdauungsenzymen schweinisher Abstammung verträgt sich nicht mit meiner veganen Welteinstellung, gibt es eine Alternative?.....	55
56. Ich soll die Enzymkapseln öffnen, um sie ins Essen zu streuen. Seit der Chemotherapie habe ich aber kein Feingefühl (toxische Polyneuropathie) mehr in den Fingern, was es mir (fast) unmöglich macht, die Kapseln zu öffnen. Was kann ich tun?.....	55
57. Bei mir ist ein Teil des Magens erhalten geblieben. Es wurde eine „Whipple-Operation“ (Pankreaskopfentfernung mit Magen- teilentfernung, Zwölffingerdarm- und Gallenblasenentfernung) durchgeführt. In welcher Form soll ich die Verdauungsenzyme nehmen?	55

58. Wie lange soll ich die Enzyme einnehmen?	56
59. Was sind MCT-Fette?	56
60. Kommt es durch Fettstühle zu einem Mangel an fettlöslichen Vitaminen?	56

F. Fragen zur Ernährung

61. Was soll man nach einer Magenoperation bei der Ernährung beachten?.....	57
62. Welche Lebensmittel machen häufig Unverträglichkeiten?	58
63. Welche Nahrungsmittel und Speisen sollte ich bevorzugen?.....	59
64. Seit meiner Magenentfernung habe ich keinen oder nur wenig Appetit. Woran liegt das?	59
65. Was kann ich tun, um mehr Appetit zu bekommen?.....	60
66. Vor der Operation bekam ich bei Essenseruch Appetit. Heute verspüre ich eher Ekel.	60
67. Soll ich mich nach dem Essen eher hinlegen oder herumlaufen?	61
68. Obwohl ich wenig esse, leide ich oft an Völlegefühl. Woran liegt das?.....	61
69. Am wohlsten fühle ich mich, wenn ich nichts esse. Wie kann ich verhindern, dass ich abnehme?	61
70. Ich habe doch keinen Diabetes. Wieso habe ich Blutzucker- schwankungen und warum bin ich manchmal unterzuckert?	62
71. Warum soll ich nicht zum Essen trinken?.....	63
72. Seit meiner Operation vertrage ich kein Fleisch mehr. Woran liegt das?.....	63
73. Woran liegt es, dass ich keinen Fisch mehr vertrage?	63
74. Man hat mir nach der Operation gesagt, ich dürfe alles essen, was ich vertrage. Wer sagt mir, was ich vertrage?.....	64
75. Seit der Operation nehme ich laufend ab, obwohl ich gut essen kann. Warum?.....	64
76. Ich habe viel an Gewicht abgenommen, vor, um und nach der Operation. Ich möchte aber wieder zunehmen. Was kann ich da tun? Was kann ich erwarten?.....	65
77. Welche Zusatznahrung ist sinnvoll?	66
78. Was sind konkrete Tipps zur Gewichtszunahme?	66
79. Wie viele Mahlzeiten werden empfohlen?	67
80. Werde ich mein altes Gewicht wieder erreichen?	67

81. Gibt es spezielle Diäten für Magenoperierte?	67
82. Ich habe Angst vor dem Essen, weil ich nicht genau weiß, was ich essen kann.	68
83. Warum soll ich nur Temperiertes zu mir nehmen?.....	68
84. Nach der Operation will ich mich gesund ernähren. Wie weiß ich, ob ich ausreichend Vitamine zu mir nehme?	68
85. Kann ich auch wieder im Restaurant essen?	69
86. Ich bin früher so gerne in Urlaub gefahren. Worauf muss ich bei Auslandsreisen besonders achten?	69
87. Welche Nahrung ist geeignet? Was soll ich meiden?.....	69
88. Fruchtsäfte vertrage ich seit der Operation nicht mehr gut. Warum?	70
89. Seit der Operation habe ich eine Laktoseintoleranz. Wie kann ich mir Milch und Milchprodukte wieder verträglich machen?	70
90. Von fettigen Speisen bekomme ich Durchfall. Soll ich jetzt fettarm essen?	72
91. Wann kann ich wieder alles essen?.....	72
92. Darf ich Alkohol trinken?	72
93. Muss ich jetzt sehr viel Fett essen, damit ich wieder zunehme?	73
94. Stimmt es, dass ich keinen Zucker mehr essen soll?	73

G. Nahrungsergänzungen und künstliche Ernährung

95. Was kann ich mir unter einer künstlichen Ernährung vorstellen?...	74
96. Wann wird eine enterale Ernährung empfohlen?	74
97. Was ist eine Trinknahrung bzw. Sondenkost?	74
98. Wann benötigt man eine Sondenkost?	75
99. Wo kann ich zum Thema Sondenkost Hilfe bekommen?	76
100. Wann sollte mit einer parenteralen Ernährung begonnen werden?	76
101. Wie lange kann man parenteral ernährt werden?.....	76
102. Werden die Kosten der parenteralen Ernährung von der Krankenkasse übernommen?.....	77
103. Wann sind Nahrungsergänzungen erforderlich?	77

H. Symptomlindernde Therapie gegen Folgeerscheinungen nach Operation

104. Nach dem Essen habe ich ein Brennen in der Speiseröhre. Weshalb?.....	78
---	----

105. Ich leide unter dem Rückfluss von Verdauungssäften (Reflux). Leide ich unter Sodbrennen?	78
106. Insbesondere nachts kommt mir galliges, bitteres Sekret in die Speiseröhre, sogar in den Rachenraum. Wie kann ich mir helfen?	78
107. Welche Medikamente können zur Behandlung vom Rückfluss/Reflux von Verdauungssäften sinnvoll sein?	79
108. Nach dem Essen kommen die Speisen oft unverdaut zurück. Ich kann insbesondere Fleisch sehr schlecht schlucken. Das Essen will nicht rutschen. Was tun?	79

I. Schmerzen nach der Operation

109. Gelegentlich kommt es zu krampfartigen Bauchschmerzen. Diese kommen plötzlich. Dabei entstehen erhebliche Luftansammlungen im Bereich des Bauches.	81
110. Was kann ich selbst bei kolikartigen Bauchbeschwerden tun?.....	81
111. Gibt es medikamentöse Möglichkeiten, heftige Bauchschmerzen zu lindern?	81
112. Was kann man gegen Schmerzen im Bereich der Narbe tun?	82
113. Im Bereich der Narbe besteht ein taubes Gefühl, ist das Besorgnis erregend?.....	82
114. Wie lange muss ich meine Bauchnarbe schonen?	82
115. Wie kann ich einen Narbenbruch verhindern?	82

J. Spätfolgen einer Magenoperation, Mangelerscheinungen?

116. Nach der gesamten Therapie bestehen Müdigkeit, Abgeschlagenheit und Leistungsminderung. Woran liegt das?	84
117. Was sind Spurenelemente und Vitamine?	84
118. Wann muss Vitamin B ₁₂ zugeführt werden?	85
119. Wie muss Vitamin B ₁₂ verabreicht werden?	85
120. Benötigt man weitere Vitamine?.....	86
121. Wann benötigt man Zusatznahrung oder Nahrungsergänzungs- mittel?	86
122. Der Eisenwert im Blut ist erniedrigt. Ich habe eine Blutarmut. Woher kommt das?.....	86
123. Was ist ein Folsäuremangel und wodurch entsteht er?.....	87
124. Kommt es zu Störungen des Knochenstoffwechsels und zu Osteoporose?	87

K. Sport und Bewegung

125. Seit meiner Operation fröstele und friere ich oft. Was kann ich tun?	88
126. Darf ich Sport treiben?	88
127. Wenn ich sehr aktiv bin und viel Sport mache, wie kann ich Gewicht zunehmen?	89
128. Welche physiotherapeutischen Maßnahmen sind besonders sinnvoll?	89
129. Welche Sportarten sollten nach einem Rehabilitationsaufenthalt fortgesetzt werden?	89

L. Medizinische Untersuchungen und Impfungen

130. Welche Nachsorgeuntersuchungen sollen erfolgen?	90
131. Wie häufig sollen Nachuntersuchungen stattfinden?	90
132. Ist die Untersuchung von Tumormarkern sinnvoll?	90
133. Welche anderen Laborwerte sind sinnvoll?	91
134. Ich habe gehört, mit einem PET-CT kann man alle Metastasen nachweisen. Wie ist das einzuordnen?	91
135. Wie weiß man, ob man eine gute oder schlechte Überlebens- chance hat?	91
136. Man hat die Milz entfernt. Jetzt stehen Impfungen an. Welche Impfungen sind sinnvoll?	92

M. Erhöhte Blutzuckerwerte nach Operation am Pankreas

137. Seit der Pankreasoperation habe ich hohe Blutzuckerwerte. Welchen Typ Diabetes habe ich?	93
138. Welche Besonderheiten gibt es für die Behandlung des Typ-3-Diabetes?	93
139. Wie kann man ermitteln, wieviel Insulin die Bauchspeicheldrüse noch produziert?	94
140. Ändert sich durch die Bauchspeicheldrüsenoperation eher die basale Insulinrate oder die Anpassungsreserve?	94
141. Seit der Pankreasoperation hat die Produktion der eigenen Verdauungsenzyme gelitten („exokrine Insuffizienz“). Wie kann man das beweisen?	95
142. Wie aussagekräftig sind diese Messergebnisse (Elastase im Stuhl)? Muss man sich nach den Laborwerten richten?	95

N. Psychische Krankheitsbewältigung

143. Kann die Erkrankung durch Stress oder Ärger ausgelöst werden?	97
144. Ist es besser, sich viel mit dem Krebs zu beschäftigen oder ihn zu verdrängen?.....	97
145. Ich kann nicht schlafen, weil ich mir ständig Sorgen wegen meiner Gesundheit mache. Was kann dagegen ich tun?.....	98
146. Ich bin niedergeschlagen, antriebslos und schlafe schlecht. Habe ich eine Depression?	99
147. Ich werde mit der Tumor-Erkrankung nicht fertig, habe Angst, sie könnte zurückkehren. Das bedrückt mich sehr. Wo finde ich Hilfe?	100
148. Was ist der Unterschied zwischen psychologischer Beratung und Psychotherapie?.....	100
149. Was ist besser für mich, Verhaltenstherapie oder tiefenpsychologische Psychotherapie?	101
150. Gibt es Psychotherapeuten, die sich auf die Behandlung von Krebskranken spezialisiert haben? Wie finde ich die?	101
151. Auf welchem Wege kann ich Hilfe bei einer Psychotherapeutin oder einem Psychotherapeuten bekommen? Wie finde ich die/den richtige/n?.....	102
152. Als Krebskranker bin ich doch nicht verrückt. Warum wurde bei mir dennoch eine psychische Störung diagnostiziert?.....	102
153. Muss ich eine Psychotherapie selbst bezahlen?	102
154. Ich habe meine Erkrankung akzeptiert, aber mein/e Lebenspartner/in scheint mehr darunter zu leiden als ich. Wie kann ich helfen?	103
155. Wie kann ich Kindern vermitteln, was ich habe?	103
156. Ich will bald wieder arbeiten, aber meine Familie/meine Kollegen verstehen das nicht.	104
157. Welche Form kann psychologische Hilfe haben?.....	104

O. Medizinische und berufliche Rehabilitation

158. Was ist eine medizinische Rehabilitation?	105
159. Wann wird eine Rehabilitationsmaßnahme empfohlen?.....	105
160. Was geschieht in einer Rehabilitationsklinik?	106
161. Wer und wie beantragt eine Anschlussheilbehandlung bzw. Rehabilitationsmaßnahme?.....	107
162. Kann ich mir meine Rehabilitationsklinik selbst aussuchen?	107

163. Was ist berufliche Rehabilitation?	107
164. Muss ich für eine Rehabilitationsmaßnahme bzw. Anschlussheilbehandlung Zuzahlungen leisten?	108
165. Kann man mehrmals in eine Rehabilitation gehen?	109
166. Kann ich auch als Rentner in die Reha gehen?	109
167. Was ist Rehabilitationssport?.....	110
168. Was ist der Unterschied zwischen einer Anschlussheilbehandlung, einer Kur und einer stationären Rehabilitation?.....	110
169. Wer kümmert sich um die Reha, wer veranlasst sie? Wer übernimmt die Kosten?	111
170. Kann mich mein Partner in die Reha begleiten?.....	111
171. Kann ich eine Reha auch ablehnen?.....	112
172. Ich habe eine noch nicht abgeheilte Wunde (oder auch Drainage) im Bereich der Operationsnarbe. Muss ich deswegen auf meine schon genehmigte Reha verzichten oder diese verschieben?	112
173. Man hat bei mir noch resistente Keime (z.B. MRSA, ESBL, 3MRGN, 4MRGN) am Wundabstrich/in der Nase/im Rachen festgestellt. Kann ich dennoch zur Reha fahren?.....	112
174. Wie lange dauert eine Reha? Kann man verlängern?	113
175. Habe ich Anspruch auf weitere Rehabilitationen?.....	113
176. Wo erreiche ich einen zuständigen Reha-Berater? Wie erhalte ich eine Rentenberatung?	113
177. Was ist berufliche Rehabilitation?	114

P. Arbeit und Rente

178. Wann kann ich wieder arbeiten?.....	115
179. Wie stark darf ich mich belasten, wie viel kann ich heben und tragen?	115
180. Soll ich meinem Arbeitgeber meine Diagnose mitteilen? Darf der Arbeitgeber mich nach meiner Diagnose fragen?	116
181. Was ist eine Erwerbsminderungsrente?	117
182. Was ist eine Regel-Altersrente?	117
183. Was ist eine Altersrente für schwerbehinderte Menschen?.....	118
184. Wie kann ich eine Erwerbsminderungsrente bzw. Altersrente beantragen?	119
185. Worin unterscheiden sich Erwerbsunfähigkeits- und Altersrente? Was darf ich zu einer Rente hinzuverdienen? Habe ich Sozialhilfeanspruch?.....	119

186. Ich will so gerne wieder arbeiten, aber an meinem Arbeitsplatz gibt es keine Gelegenheit für die so wichtigen Zwischenmahlzeiten. Gibt es da eine Lösung?	120
187. Welche Vorteile hat man von einem Schwerbehindertenausweis? Kann man mit einem solchen Ausweis vorzeitig und dennoch regulär in Rente gehen?	121
188. Was ist die Flexirente und was ändert sich?	122

Q. Soziales

189. Welche Zuzahlungen muss ich leisten? Gibt es dafür eine Belastungsgrenze?	124
190. Was ist ein Schwerbehindertenausweis?	125
191. Wie kann ich einen Schwerbehindertenausweis bekommen?	125
192. Was bedeutet „behindert“ und „schwerbehindert“?	126
193. An wen wende ich mich wegen des Antrages zur Anerkennung einer Schwerbehinderung? Wie lange wird das dauern?	126
194. Was bedeutet ein GdB von 50? Warum ist das zeitlich befristet?	127
195. Welche Nachteilsausgleiche bringt mir ein solcher Ausweis? Hilft mir das weiter? Soll ich tatsächlich einen Antrag stellen?	127
196. Muss ich meinem Arbeitgeber die Anerkennung mitteilen?	128
197. Kann ich mit dem Ausweis auf allen Behindertenparkplätzen parken?	129
198. Wie kommt das Versorgungsamt zur Bewertung meiner Behinderung?	129
199. Was mache ich, wenn ich diese Bewertung für zu niedrig halte?	129
200. Wie lange bekomme ich Krankengeld? Was passiert danach?	130
201. Worin unterscheiden sich Grundsicherung, Arbeitslosengeld I und Arbeitslosengeld II?	131
202. Was ist eine Patientenverfügung?	131
203. Was ist eine Vorsorgevollmacht? Was ist der Unterschied zu einer Betreuungsverfügung?	132

R. Alternative oder komplementäre Behandlungen

204. Der Tumor ist weit fortgeschritten. Man hat mir gesagt, man könne nicht mehr behandeln. Eine Operation sei nicht mehr sinnvoll und eine Chemotherapie komme auch nicht mehr in Frage. Was kann ich tun?	133
--	-----

205. Mir wurden Naturheilverfahren empfohlen. Helfen die überhaupt? Mein Arzt hält nichts davon. Soll ich ihm davon erzählen?	133
206. Man hat mir alternative Heilmethoden empfohlen. Die kosten aber viel Geld. Wie kann ich wissen, ob das seriöse oder unseriöse Angebote sind?.....	133
207. Was kann ich von den Informationen halten, die ich im Internet gelesen habe?.....	134

S. Selbsthilfe, Selbsthilfeorganisationen und weiterführende Literatur

208. Gibt es Selbsthilfegruppen, in denen Patienten mit demselben Schicksal vertreten sind?	135
209. Wo kann ich mich weiter schlau machen?	135
210. Gibt es gute Bücher, welche Literatur ist empfehlenswert, die mir als Patient weiterhelfen.....	136
211. Welche anderen Zugänge zu Informationen gibt es? Vorträge für Patienten?	136

T. Anhang

Tabelle zum Fettgehalt von Nahrungsmitteln	137
Tabelle zum Eiweißgehalt in Lebensmitteln.....	140
Tabelle mit empfohlenen Lebensmitteln.....	141
Abbildungsverzeichnis.....	143
Tabellenverzeichnis.....	143
Index	144
Verzeichnis der Autoren.....	146