



Was muss ich wissen?

Mein neuer Alltag mit KEYTRUDA®

KEYTRUDA® ist ein Arzneimittel in der Krebsbehandlung, das zu den neuartigen Immuntherapien gehört. Diese Art von Arzneimittel unterstützt das körpereigene Immunsystem, indem es seine bereits vorhandene Fähigkeit zur Bekämpfung von Krebszellen verstärken kann.

Wir wünschen Ihnen alles Gute!

Ihr MSD Team



Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie bitte die Packungsbeilage und fragen Ihren Arzt oder Apotheker.

Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in der Packungsbeilage angegeben sind.

Inhalt

Einleitung.....	4
Wie wirkt KEYTRUDA® bei Tumorerkrankungen?	6
Wann darf KEYTRUDA® nicht angewendet werden?	8
Vor Beginn der Behandlung mit KEYTRUDA®	8
Was Sie über Ihre Behandlung wissen sollten	11
1. Wie wird KEYTRUDA® angewendet?	11
2. Mögliche Nebenwirkungen	12
Es ist wichtig, Krankheitszeichen bzw. Beschwerden wahrzunehmen und zu erkennen	16
Was ist zu tun, wenn Beschwerden auftreten und Sie nicht zu Hause bzw. auf Reisen sind?	17
Schwangerschaft und Stillzeit	18
Verkehrstüchtigkeit und Fähigkeit zum Bedienen von Maschinen.....	18
Was können Sie zusätzlich tun, um die Therapie zu unterstützen?	19
Mit wem können Sie über Ihre Erkrankung sprechen?	22
Weitere Informationen	24

Ausschließlich zum Zwecke der besseren Lesbarkeit wird auf die geschlechtsspezifische Schreibweise verzichtet. Alle personenbezogenen Bezeichnungen sind somit geschlechtsneutral zu verstehen.

Einleitung

Ihr Arzt hat Ihnen KEYTRUDA® (Pembrolizumab) verschrieben. Diese Broschüre soll Ihnen als Wegweiser dienen und Sie über die Immuntherapie mit diesem Arzneimittel informieren.

In dieser Broschüre erfahren Sie, wie KEYTRUDA® wirkt und was während der Therapie zu beachten ist. Es werden Nebenwirkungen, die während der Behandlung auftreten könnten, beschrieben, und es wird erklärt, wie Sie diese erkennen können. Außerdem werden Sie erfahren, warum es wichtig ist, Ihrem Arzt jegliche Krankheitszeichen umgehend mitzuteilen, was

Sie noch zusätzlich tun können, um die Therapie zu unterstützen, und mit wem Sie über Ihre Erkrankung sprechen können.

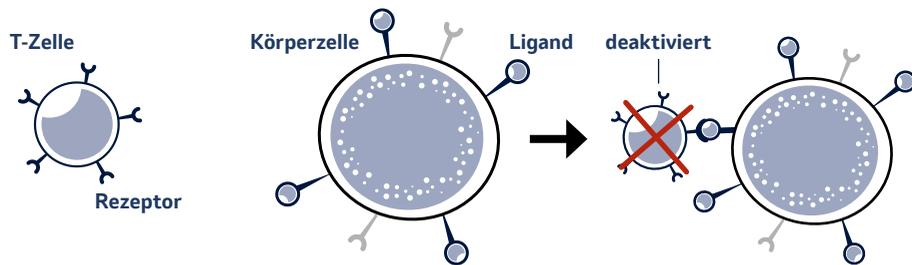
Am Ende der Broschüre finden Sie Internetadressen für weitergehende Informationen, die für Sie nützlich sein könnten.



Wie wirkt KEYTRUDA® bei Tumorerkrankungen?

Das Medikament, das Ihnen verschrieben wurde, gehört zu den sogenannten immunonkologischen Therapien (Immuncheckpoint-Inhibitoren). Diese Art von Arzneimittel unterstützt das körpereigene Immunsystem, indem es seine bereits vorhandene Fähigkeit zur Bekämpfung von Krebszellen, die aber durch bestimmte Mechanismen gehemmt wird, wieder verstärken kann. Dieses Arzneimittel ist ein sogenannter Antikörper. Ein Antikörper ist ein Eiweißmolekül, das sehr spezifisch ein bestimmtes Ziel erkennen und daran binden kann. KEYTRUDA® (Pembrolizumab) ermöglicht durch die Bindung an Zellen des Immunsystems, den sogenannten T-Zellen, dass diese wieder Krebszellen erkennen und bekämpfen können.

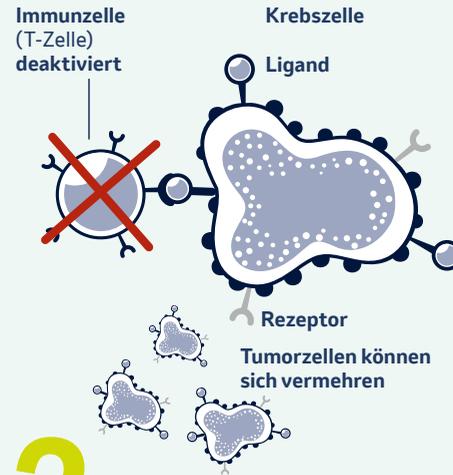
Wie funktioniert die Therapie?



1

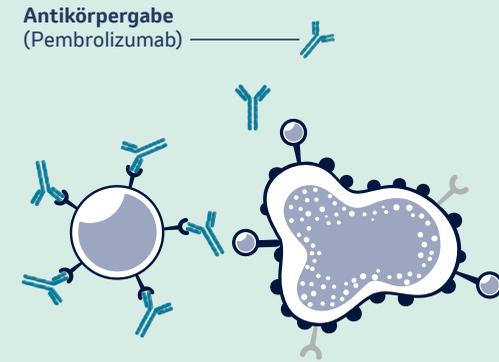
T-Zellen besitzen unter anderem einen bestimmten Rezeptor auf ihrer Oberfläche und körpereigene Zellen einen dazu passenden Liganden. Rezeptor und Ligand passen zueinander wie ein bestimmter Schlüssel in ein

bestimmtes Schloss. Treffen T-Zelle und Körperzelle aufeinander, bindet der Ligand an den Rezeptor. Auf diese Weise wird verhindert, dass die Körperzelle von der T-Zelle grundlos angegriffen wird (Autoimmunreaktion).



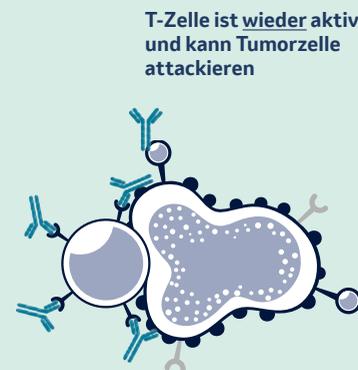
2

Krebszellen können unter Umständen in der Lage sein, sich genau diesen Mechanismus zunutze zu machen, indem sie ebenfalls diesen bestimmten Liganden bilden. Treffen sie auf eine T-Zelle, bindet der Ligand an den Rezeptor und inaktiviert auf diese Weise die T-Zelle.



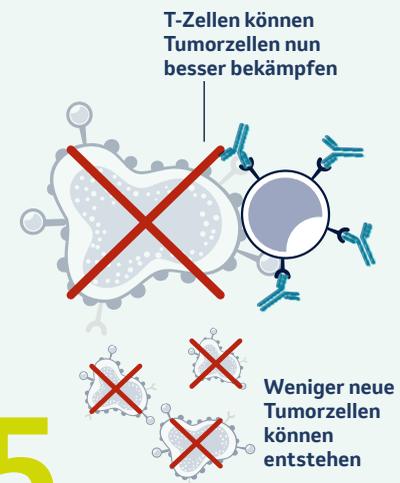
3

Pembrolizumab, der Antikörper, kann diese Deaktivierung verhindern, indem es an den Rezeptor auf der T-Zelle bindet und diesen so blockiert.



4

Die T-Zellen sind wieder in der Lage, Tumorzellen zu erkennen und zu vernichten.



5

Dadurch kann die Therapie die körpereigene Immunantwort gegen Krebs steigern.

Wann darf KEYTRUDA® nicht angewendet werden?



KEYTRUDA® darf nicht angewendet werden, falls bei Ihnen eine bekannte Überempfindlichkeit oder Allergie gegen den Wirkstoff Pembrolizumab oder andere Bestandteile (L-Histidin, L-Histidinhydrochlorid-Monohydrat, Saccharose, Polysorbat 80) des Arzneimittels besteht. Informieren Sie Ihren behandelnden Arzt über alle bei Ihnen bekannten Allergien, sodass dieser eine mögliche Unverträglichkeit erkennen kann.

Es sollte zudem nicht bei Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren angewendet werden, außer bei Kindern und Jugendlichen ab 3 Jahren mit klassischem Hodgkin-Lymphom und außer bei Kindern und Jugendlichen ab 12 Jahren mit Melanom.

Vor Beginn der Behandlung mit KEYTRUDA®

Sie sollten Ihren Arzt informieren, wenn Sie andere Arzneimittel anwenden, die Ihr Immunsystem schwächen. Dazu gehören beispielsweise Kortikosteroide wie z. B. Prednison. Diese Arzneimittel können die Wirkung von KEYTRUDA® beeinträchtigen. Ihr Arzt kann Ihnen jedoch Kortikosteroide geben, wenn Sie bereits mit KEYTRUDA® behandelt werden, um Nebenwirkungen, die Sie möglicherweise haben, zu verringern. Kortikosteroide können Ihnen, bevor Sie KEYTRUDA® in Kombina-

tion mit Chemotherapie erhalten, auch zur Vorbeugung und/oder Behandlung von Übelkeit, Erbrechen und anderen durch eine Chemotherapie verursachten Nebenwirkungen gegeben werden.

Teilen Sie Ihrem Arzt mit, wenn Sie andere Arzneimittel anwenden bzw. einnehmen oder kürzlich angewendet bzw. eingenommen haben oder beabsichtigen anzuwenden bzw. einzunehmen.

Wichtig ist außerdem, dass Sie Ihren Arzt informieren, wenn Sie:

eine Autoimmunerkrankung haben (eine Erkrankung, bei der der Körper seine eigenen Zellen angreift).

eine Lungenentzündung (Pneumonie) oder eine andere Entzündung der Lunge (eine sogenannte Pneumonitis) haben.

vorher Ipilimumab (ein anderer Wirkstoff zur Behandlung bestimmter Krebsarten) erhalten haben und schwere Nebenwirkungen unter diesem Arzneimittel hatten.

eine allergische Reaktion unter Behandlungen mit anderen monoklonalen Antikörpern erlitten haben.

eine chronische Virusinfektion der Leber, einschließlich Hepatitis B (HBV) oder Hepatitis C (HCV), haben oder hatten.

eine Infektion mit dem „humanen Immunschwäche-Virus“ (HIV) haben oder unter dem „erworbenen Immunschwäche-Syndrom“ (AIDS) leiden.

eine geschädigte Leber haben.

geschädigte Nieren haben.

ein solides Organtransplantat oder eine Knochenmarktransplantation mit Spenderstammzellen (allogene Stammzelltransplantation) erhalten haben.

schwanger sind, vermuten schwanger zu sein oder beabsichtigen schwanger zu werden.

stillen oder planen zu stillen.



Wenn Sie eine Frau im gebärfähigen Alter sind, müssen Sie während der Behandlung mit KEYTRUDA® und noch mindestens vier Monate nach der letzten Dosis des Medikaments eine zuverlässige Empfängnisverhütungsmethode anwenden.



Was Sie über Ihre Behandlung wissen sollten

1 Wie wird KEYTRUDA® angewendet?

KEYTRUDA® wird Ihnen in einem Krankenhaus oder einer ambulanten Praxis unter Aufsicht eines in der Krebsbehandlung erfahrenen Arztes gegeben.



Die empfohlene Dosis des Medikaments beträgt bei Erwachsenen entweder 200 mg alle 3 Wochen oder 400 mg alle 6 Wochen.



Die empfohlene Dosis des Medikaments beträgt bei Kindern und Jugendlichen ab 3 Jahren mit klassischem Hodgkin-Lymphom oder Kindern und Jugendlichen ab 12 Jahren mit Melanom 2 mg/kg Körpergewicht (bis zu einem Maximum von 200 mg) alle 3 Wochen.



Das Medikament wird Ihnen als eine ca. 30-minütige Infusion in eine Vene (intravenös) gegeben. Ihr Arzt wird entscheiden, wie viele Behandlungen Sie benötigen.

Manchmal kann der Tumor in den ersten wenigen Monaten größer werden, bevor er beginnt zu schrumpfen oder neue Tumoren können auftreten. Wenn sich Ihr Tumor nach Beginn der Behandlung mit KEYTRUDA® vermeintlich zunächst verschlimmert, kann Ihr Arzt Ihre Behandlung bei stabilem Gesundheitszustand fortsetzen und wird Sie erneut untersuchen, ob Sie auf die Behandlung ansprechen.



KEYTRUDA® kann in Kombination mit anderen Arzneimitteln zur Behandlung von Krebserkrankungen gegeben werden. Es ist wichtig, dass Sie die Packungsbeilagen dieser anderen Arzneimittel ebenfalls lesen. Wenn Sie Fragen zu diesen Arzneimitteln haben, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

Es ist wichtig, dass Sie Ihre Arzttermine wie vereinbart einhalten, damit Ihr Arzt Ihre Behandlungsfortschritte überprüfen kann.

Wenn Sie einen Arztbesuch nicht einhalten können, informieren Sie umgehend Ihren Arzt, um einen neuen Termin zu

vereinbaren. Es ist sehr wichtig, dass Sie keine Behandlung mit KEYTRUDA® versäumen. Ein Behandlungsabbruch kann die Wirkung dieses Arzneimittels aufheben. Brechen Sie die Behandlung mit KEYTRUDA® nicht ab, bevor Sie mit Ihrem Arzt darüber gesprochen haben.

2 Mögliche Nebenwirkungen

Wie alle Arzneimittel kann auch KEYTRUDA® Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen. Wenn Sie dieses Arzneimittel erhalten, können bei Ihnen einige schwere Nebenwirkungen auftreten. Nebenwirkungen können manchmal lebensbedrohlich werden und zum Tode führen. Diese Nebenwirkungen können jederzeit während der Behandlung oder sogar nach Ende Ihrer Behandlung auftreten. Sie können gleichzeitig mehr als eine Nebenwirkung haben. Es ist sehr wichtig, dass Sie Ihrem Arzt während der Behandlung jegliche Krankheitszeichen berichten. Ihr Arzt kann Ihnen weitere Arzneimittel geben, um schwerere Komplikationen zu verhindern und um Ihre Beschwerden zu lindern. Ihr Arzt kann die nächste Dosis des Medikaments verschieben oder Ihre Behandlung abbrechen. Die Therapie mit KEYTRUDA® kann innerhalb von 12 Wochen nach der letzten Dosis unter bestimmten Voraussetzungen wieder aufgenommen werden. Ihr Arzt wird Sie diesbezüglich informieren.

Informieren Sie umgehend Ihren Arzt, wenn Sie eines der folgenden Anzeichen oder andere Beschwerden bemerken:

Nebenwirkungen	Anzeichen oder Beschwerden
Lungenprobleme (Entzündung der Lunge)	<ul style="list-style-type: none"> • Kurzatmigkeit • Schmerzen im Brustkorb • Husten
Darmprobleme (Entzündung des Darms)	<ul style="list-style-type: none"> • Durchfall, ungewöhnlich häufiger Stuhlgang • Dunkle, teerartige, klebrige Stühle, die Blut oder Schleim enthalten können • Starke Schmerzen oder Druckschmerzempfindlichkeit des Magens • Übelkeit oder Erbrechen

Nebenwirkungen	Anzeichen oder Beschwerden
Leberprobleme (Entzündung der Leber)	<ul style="list-style-type: none"> • Übelkeit oder Erbrechen • Vermindertes Hungergefühl • Rechtsseitige Magen- bzw. Bauchschmerzen • Gelbfärbung von Haut oder Augäpfeln • Dunkel gefärbter Urin • Leicht auszulösende Blutungen oder Blutergüsse
Nierenprobleme (Entzündung der Nieren)	<ul style="list-style-type: none"> • Änderungen in Menge und Farbe des Urins
Hormondrüsenprobleme (Entzündung von Hormondrüsen, insbesondere Schilddrüse, Hirnanhangdrüse, Nebennieren)	<ul style="list-style-type: none"> • Schneller Herzschlag • Gewichtsverlust oder Gewichtszunahme • Vermehrtes Schwitzen • Haarausfall • Frieren • Verstopfung • Tiefere Stimme • Muskelschmerzen • Schwindel oder Ohnmacht • Dauerkopfschmerz oder ungewöhnliche Kopfschmerzen
Typ-1-Diabetes einschließlich diabetischer Ketoazidose (durch Diabetes verursachte Übersäuerung des Blutes)	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkeres Hunger- oder Durstgefühl • Bedürfnis häufigeren Wasserlassens • Gewichtsverlust • Müdigkeits- oder Übelkeitsgefühl • Magenschmerzen • Beschleunigte und vertiefte Atmung • Verwirrtheit • Ungewöhnliche Schläfrigkeit • Süßlicher Atemgeruch • Süßlicher oder metallischer Geschmack im Mund • Veränderter Urin- oder Schweißgeruch



Hinweis: Eine Auflistung von Nebenwirkungen, die unter der Behandlung mit KEYTRUDA® berichtet wurden, finden Sie in der Gebrauchsinformation.

Probleme in anderen Organen

Nebenwirkungen	Anzeichen oder Beschwerden
Augenentzündung (Uveitis)	• Sehstörungen
Entzündung der Muskulatur (Myositis)	• Muskelschmerzen oder -schwäche
Entzündung des Herzmuskels (Myokarditis)	• Kurzatmigkeit, unregelmäßiger Herzschlag, Müdigkeitsgefühl oder Brustschmerzen
Entzündung der Bauchspeicheldrüse (Pankreatitis)	• Bauchschmerzen, Übelkeit und Erbrechen
Entzündungen der Haut	• Ausschlag, Juckreiz, Blasenbildung, Abschälungen oder Wunden der Haut und/oder Geschwüre im Mund oder Schleimhautgeschwüre in der Nase, im Rachen oder Genitalbereich
Immunerkrankung (Sarkoidose)	• kann die Lungen, die Haut, die Augen und/oder die Lymphknoten betreffen
Entzündung des Gehirns (Enzephalitis)	• Verwirrtheit, Fieber, Gedächtnisstörungen oder Krampfanfälle
Gefäßentzündung (Vaskulitis)	• Gelenkschmerzen, Fieber, Nachtschweiß und Gewichtsverlust
Entzündung des Rückenmarks (Myelitis)	• Schmerzen, Taubheitsgefühle, Kribbeln oder Schwächegefühle in den Armen oder Beinen; Harnblasen- oder Darmprobleme einschließlich des Bedürfnisses häufigeren Wasserlassens, Blasenschwäche (Harninkontinenz), Schwierigkeiten beim Wasserlassen und Verstopfung
Entzündung der Blase (nicht-infektiöse Zystitis)	• häufige und/oder schmerzhaftes Harnausscheidung, Harndrang, Blut im Urin, Schmerzen oder Druck im Unterbauch
Entzündung und Vernarbung der Gallengänge (sklerosierende Cholangitis)	• Schmerzen auf der rechten Seite des Oberbauchs/Magens, Schwellung der Leber oder der Milz, Ermüdung/Fatigue, Juckreiz oder Gelbfärbung der Haut oder der Augäpfel
Entzündung der Magenschleimhaut (Gastritis)	• Übelkeit, Erbrechen, Oberbauchschmerzen, Völlegefühl, Appetitlosigkeit oder Mundgeruch

Nebenwirkungen	Anzeichen oder Beschwerden
Entzündungen in den Gelenken (Arthritis)	• Schmerzen, Schwellung, Überwärmung und Bewegungseinschränkung der betroffenen Gelenke in Ruhe, Rötung, Fieber
Entzündung der Nerven (Guillain-Barré-Syndrom)	• Muskelschwäche bis hin zu Lähmungen
Gestörte Signalübertragung zwischen Muskeln und Nerven (Myasthenie-Syndrom)	• Muskelschwäche
Blutarmut (hämolytische Anämie)	• Blässe, Müdigkeit, Schwindel, Gelbfärbung der Haut
Verminderte Funktion der Nebenschilddrüse (Hypoparathyreoidismus)	• Muskelkrämpfen oder -spasmen, Ermüdung/Fatigue und Schwächegefühl
Infusionsreaktionen	• Kurzatmigkeit • Juckreiz oder Hautausschlag • Schwindel oder Fieber

Komplikationen einschließlich „Graft-versus-Host-Krankheit“ (GVHD) bei Patienten mit Knochenmarktransplantation mit Spenderstammzellen (allogene Stammzelltransplantation)

Dabei kann es sich um schwere Komplikationen handeln, die zum Tode führen können. Sie können auftreten, wenn bei Ihnen eine solche Transplantation in der Vergangenheit durchgeführt wurde oder

zukünftig durchgeführt werden wird. Ihr Arzt wird Sie auf Anzeichen und Symptome überwachen, wie z. B. Hautausschlag, Leberentzündung, Bauchschmerzen oder Durchfall.



Falls Sie Nebenwirkungen bemerken, einschließlich solcher, die nicht hier aufgeführt sind, kontaktieren Sie Ihren Arzt.

Es ist wichtig, Krankheitszeichen bzw. Beschwerden wahrzunehmen und zu erkennen

Wenn Sie irgendwelche Beschwerden unter KEYTRUDA® (Pembrolizumab) bemerken, sprechen Sie unverzüglich mit Ihrem Arzt. Bitte beachten Sie, dass Nebenwirkungen auch noch nach Gabe der letzten Dosis des Medikaments auftreten können. Auch wenn nicht jede Ihrer Beschwerden mit der Anwendung des Arzneimittels im Zusammenhang stehen muss, geben Sie Ihrem Arzt durch Ihre Angaben erst die Möglichkeit, Nebenwirkungen zu erkennen. Ihre Mithilfe ist deshalb von entscheidender Bedeutung.

Ihr Arzt kann Ihnen andere Arzneimittel geben, um schwerere Komplikationen zu verhindern und um Ihre Beschwerden zu lindern. Ihr Arzt kann die nächste Dosis des Medikaments verschieben oder Ihre Behandlung abbrechen.

Nach einer Unterbrechung der Behandlung aufgrund von Nebenwirkungen durch Ihren Arzt, kann nach Abklingen der Nebenwirkungen die Therapie innerhalb von 12 Wochen nach der letzten Dosis mit KEYTRUDA® wieder aufgenommen werden.

Ihr Arzt kann Ihnen während der Behandlung mit KEYTRUDA® Kortikosteroide („Kortison“) geben, um Nebenwirkungen, die Sie möglicherweise haben, zu verringern. Kortikosteroide können Ihnen, bevor Sie das Medikament in Kombination mit

Chemotherapie erhalten, auch zur Vorbeugung und/oder Behandlung von Übelkeit, Erbrechen und anderen durch eine Chemotherapie verursachten Nebenwirkungen gegeben werden.

Wenn Sie Nebenwirkungen bei sich bemerken, wenden Sie sich umgehend an Ihren Arzt. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Broschüre oder in der Gebrauchsinformation aufgeführt sind.

Versuchen Sie nicht, Ihre Nebenwirkungen selbst zu diagnostizieren oder zu behandeln.

Ein Behandlungsabbruch kann die Wirkung des Arzneimittels aufheben. Brechen Sie die Behandlung mit KEYTRUDA® nicht ab, bevor Sie mit Ihrem Arzt darüber gesprochen haben. Wenn Sie weitere Fragen zur Anwendung dieses Arzneimittels haben, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

Wenn Sie eine Behandlung mit dem Arzneimittel versäumen, kontaktieren Sie unverzüglich Ihren Arzt, um die versäumte Behandlung nachzuholen. Es ist sehr wichtig, dass Sie keine Behandlung mit diesem Arzneimittel versäumen.



Was ist zu tun, wenn Beschwerden auftreten und Sie nicht zu Hause bzw. auf Reisen sind?

Es ist wichtig, dass Sie Ihren Arzt informieren, sobald Beschwerden auftreten. **Tragen Sie Ihren KEYTRUDA® Patientenpass** mit den Kontaktdaten Ihres Arztes **immer** bei sich, sodass dieser im Notfall erreicht werden kann.

Der Patientenpass enthält wichtige Informationen über Krankheitszeichen bzw. Beschwerden, die sofort Ihrem behandelnden Arzt oder dem Fachpersonal berichtet werden müssen, wenn Sie auf Reisen sind. Er informiert auch andere Ärzte über Ihre Behandlung mit KEYTRUDA®.



Bitte kontaktieren Sie Ihren Arzt, wenn Sie Fragen über KEYTRUDA® oder dessen Wirkungsweise haben.

Schwangerschaft und Stillzeit



Wenn Sie schwanger sind, es vermuten, planen schwanger zu werden oder unter der Therapie mit KEYTRUDA® schwanger geworden sind, informieren Sie bitte unverzüglich Ihren behandelnden Arzt. Das Medikament könnte Ihrem ungeborenen Baby schaden oder dessen Tod verursachen. Unter Therapie und noch mindestens vier Monate nach der letzten Dosis des Arzneimittels sollten Frauen im gebärfähigen Alter eine zuverlässige Empfängnisverhütungsmethode anwenden.

Sollten Sie stillen oder wenn Sie planen zu stillen, sprechen Sie mit Ihrem Arzt. Während der Anwendung von KEYTRUDA®

dürfen Sie nicht stillen. Es ist nicht bekannt, ob das Arzneimittel in die Muttermilch übergehen kann.

Verkehrstüchtigkeit und Fähigkeit zum Bedienen von Maschinen

KEYTRUDA® hat einen geringen Einfluss auf die Verkehrstüchtigkeit und die Fähigkeit zum Bedienen von Maschinen. Schwindelgefühl, Müdigkeit oder Schwächegefühl sind mögliche Nebenwirkungen

des Arzneimittels. Führen Sie nach der Gabe des Medikaments kein Fahrzeug und bedienen Sie keine Maschinen, bevor Sie nicht sicher sind, dass Sie sich wohlfühlen.

Was können Sie zusätzlich tun, um die Therapie zu unterstützen?

Prinzipiell ist zu sagen, dass alles, was Ihr Wohlbefinden steigert, auch zur Unterstützung der Therapie beiträgt. Eine gesunde Lebensweise mit ausgewogener Ernährung, ausreichend Bewegung und frischer Luft, kein Nikotin und kein Alkohol sind beispielsweise Maßnahmen, mit denen Sie sich körperlich und geistig für die Behandlung stärken können.



Empfohlen wird eine abwechslungsreiche, vollwertige Ernährung, die Ihren Körper mit den nötigen Nährstoffen in ausreichender Menge versorgt. Dazu gehört auch, dass Sie genügend Flüssigkeit zu sich nehmen. Eine spezielle ‚Krebsdiät‘ gibt es nicht. In besonderen Situationen können jedoch Anpassungen in der Ernährung notwendig sein, wie beispielsweise während einer Chemotherapie, nach gewissen Operationen oder bei geschwächtem Immunsystem.

Die Deutsche Krebshilfe hat eine Broschüre zum Thema „Ernährung bei Krebs – Die blauen Ratgeber Band 46“ herausgegeben. Diese können Sie von Ihrem Arzt erhalten, im Internet herunterladen* oder direkt bei der Deutschen Krebshilfe bestellen. In der Broschüre werden viele praktische Tipps auch für besondere Situationen gegeben. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass Bewegung und Sport den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen.

Zu viel Ruhe kann hingegen zu Folgeerkrankungen, wie beispielsweise zur Schwächung des Bewegungsapparats und des Herz-Kreislauf-Systems, führen. Sollten Sie aufgrund Ihrer Erkrankung oder Ihrer Behandlung gerade keinen Sport treiben können, dann brauchen Sie deshalb kein schlechtes Gewissen zu haben. Unternehmen Sie einfach einen gemütlichen Spaziergang, allein oder mit dem Hund, oder fahren Sie eine kleine Runde mit dem Fahrrad. Sobald Sie merken, dass Sie wieder kraftvoller sind, können Sie Ihre Aktivitäten steigern. Halten Sie aber zuvor Rücksprache mit Ihrem Arzt. Dieser kann Ihnen über Ihre körperliche Leistungsfähigkeit und Sporttauglichkeit Auskunft geben und mit Ihnen vielleicht ein individuelles Sportprogramm erstellen.



Allgemeine Ernährungsempfehlungen

- Teilen Sie Ihren Tagesbedarf auf mindestens fünf Mahlzeiten auf.
- Essen Sie in Ruhe und langsam, kauen Sie gut.
- Achten Sie darauf, dass Speisen und Getränke nicht zu heiß und nicht zu kalt sind.
- Vermeiden Sie Nahrungsmittel, die Sie nicht vertragen.
- Achten Sie auf abwechslungsreiche Kost, um Ihre Versorgung mit Nährstoffen sicherzustellen.

* https://www.krebshilfe.de/infomaterial/Blaue_Ratgeber/Ernaehrung-bei-Krebs_BlaueRatgeber_DeutscheKrebshilfe.pdf



Auch zum Thema Sport und Bewegung gibt es eine Broschüre der Deutschen Krebshilfe „Bewegung und Sport bei Krebs – Die blauen Ratgeber Band 48“ mit ausführlichen Informationen und Bewegungsempfehlungen bei verschiedenen Krebsarten.**

Einige Patienten möchten neben der Schulmedizin auch Therapien aus dem Bereich der Komplementär- und Alternativmedizin in Anspruch nehmen. Bei komplementären Behandlungsformen handelt es sich um einen Teil der wissenschaftlichen Medizin. Sie können in Abstimmung auf die schulmedizinische Krebstherapie ergänzend angewendet werden.



Alternative Heilmethoden bzw. Produkte sind im Allgemeinen medizinisch umstritten und ihre Wirksamkeit ist wissenschaftlich meist nicht bewiesen. Es ist wichtig, dass Sie vor Beginn einer solchen Therapie auf jeden Fall Ihren behandelnden Arzt darüber informieren.

** https://www.krebshilfe.de/infomaterial/Blaue_Ratgeber/Bewegung-und-Sport-bei-Krebs_BlaueRatgeber_DeutscheKrebshilfe.pdf

Mit wem können Sie über Ihre Erkrankung sprechen?

Die Diagnose einer Krebserkrankung wirft bei Betroffenen viele Fragen auf. Medizinische Belange wird Ihr behandelnder Arzt mit Ihnen besprechen und klären können. Wenn es um Fragen zur Krankheits- oder Alltagsbewältigung geht, kann eine psychoonkologische Beratung sinnvoll sein und Sie unterstützen. Die Psychoonkologie gehört zur Onkologie und wird manchmal auch als „psychosoziale Onkologie“ bezeichnet. Hierbei arbeiten Ärzte, Psychotherapeuten, Psychologen, Sozialarbeiter, Pädagogen, Vertreter der künstlerischen Therapien, Pfleger, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten und Seelsorger zusammen. Diese beraten Sie in Dingen des Alltags, informieren Sie über Sozialleis-

tungen und bieten Hilfe bei seelischen Problemen an wie etwa Depressionen oder Ängsten. Eine psychoonkologische Beratung ist sowohl stationär als auch ambulant möglich. Angebote gibt es zum Beispiel in Krankenhäusern, Rehakliniken, Krebsberatungsstellen oder in onkologischen Schwerpunktpraxen. Ihr Arzt kann Ihnen bei der Suche nach der passenden Anlaufstelle behilflich sein. Auch in der deutschen Patientenleitlinie „Psychoonkologie“ können Sie weitere Informationen zu diesen Themen sowie Kontaktadressen finden.



Was auch immer Sie für Fragen haben, welche Themen Sie beschäftigen oder Sie belasten, seien Sie sich bewusst:

Sie müssen Ihre Probleme nicht allein bewältigen!

Vielen Patienten tut es gut, sich mit anderen Betroffenen über ihre Krankheit auszutauschen. Selbsthilfegruppen bieten hierbei eine kompetente Plattform für Betroffene und auch Angehörige. Bei der Suche nach einer Selbsthilfegruppe in Ihrer Nähe, kann Sie Ihr behandelnder Arzt unterstützen.

Krebserkrankte Menschen können einen Anspruch auf besondere Sozialleistungen haben, wie beispielsweise Krankengeld, Rente, Unterstützung nach dem Schwerbehindertenrecht sowie die Übernahme der Kosten für Behandlungen, Rehabilitationsleistungen und häusliche Pflege. Die Deutsche Krebshilfe hat zu diesem Thema eine Broschüre mit dem Titel „Wegweiser zu Sozialleistungen“ herausgegeben.**



Sie können sich aber auch direkt an Sozialdienst-Beratungsstellen, die es inzwischen an vielen Kliniken und Zentren gibt, an die Krankenversicherungen, Rentenversicherungsträger, Sozialverbände, Sozialämter, Versorgungsämter und Arbeitsagenturen wenden.

* https://www.krebshilfe.de/infomaterial/Patientenleitlinien/Psychoonkologie_Patientenleitlinie_DeutscheKrebshilfe.pdf

** https://www.krebshilfe.de/infomaterial/Blaue_Ratgeber/Wegweiser-zu-Sozialleistungen_BlaueRatgeber_DeutscheKrebshilfe.pdf

Weitere Informationen



Weitere Informationen zu Krebsarten, deren Behandlung, Untersuchungen und zum Alltag mit Krebs finden Sie auf der Website des Krebsinformationsdienstes vom Deutschen Krebsforschungszentrum in der Helmholtz-Gemeinschaft (dkfz):
www.krebsinformationsdienst.de



Informationen zum Anspruch auf Sozialleistungen, wie z. B. Krankengeld, Rente oder Rehabilitationsleistungen, können Sie der Broschüre „Wegweiser zu Sozialleistungen“ entnehmen:

www.krebshilfe.de/fileadmin/Downloads/PDFs/Blaue_Ratgeber/040_0048.pdf

Neutrale und unabhängige Informationen zu Diagnose, Behandlung und Nachsorge von Krebserkrankungen erhalten Sie bei den Mitarbeitern des INFONETZES KREBS der Deutschen Krebshilfe:
<https://www.infonetz-krebs.de/>



Weitergehende Informationen zur Immuntherapie und zur Wirkungsweise von KEYTRUDA® finden Sie unter
<https://www.msd-gesundheit.de/krebserkrankungen/therapieoptionen/>

Meldung von Nebenwirkungen

Sie können Nebenwirkungen direkt an MSD oder dem PEI melden:

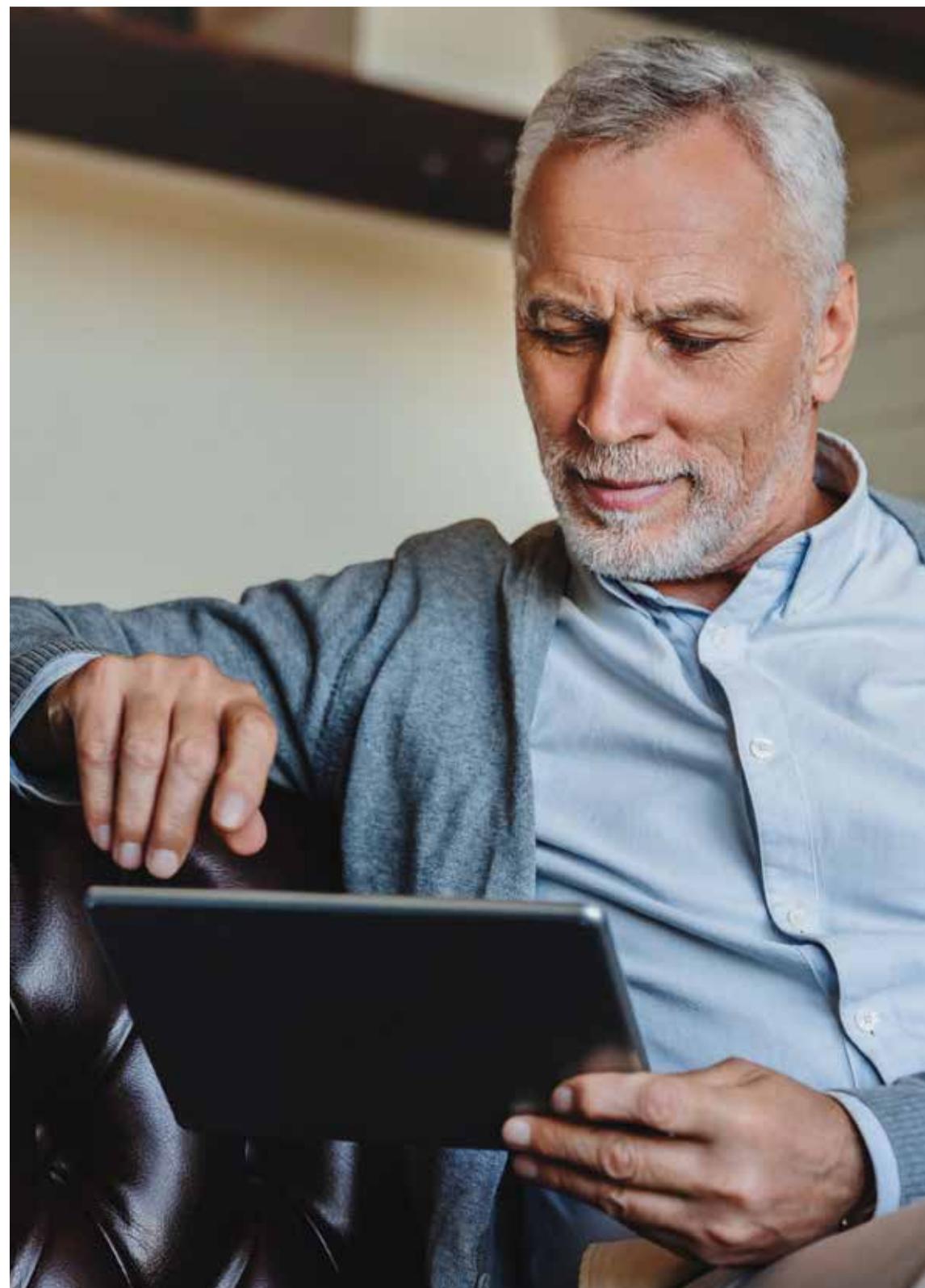
MSD Sharp & Dohme GmbH

Abt. Arzneimittelsicherheit
Levelingstr. 4a, 81673 München
Fax + 49 89 45 61 - 1352
E-Mail arzneimittelsicherheit@msd.de

Paul-Ehrlich-Institut

Paul-Ehrlich-Str. 51-59, 63225 Langen
Tel. +49 6103 77 0
Fax +49 6103 77 1234
www.pei.de

Indem Sie Nebenwirkungen melden, können Sie dazu beitragen, dass mehr Informationen über die Sicherheit dieses Arzneimittels zur Verfügung gestellt werden.



MSD
Infocenter

Tel. 0800 673 673 673
Fax 0800 673 673 329
E-Mail infocenter@msd.de



www.msd-gesundheit.de © MSD Sharp & Dohme GmbH, 2023.
MSD Sharp & Dohme GmbH | Levelingstr. 4a | 81673 München