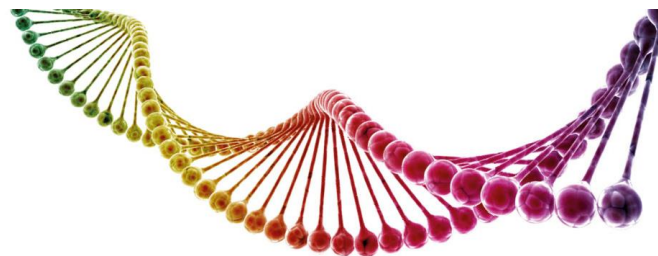




## Die Integrative naturheilkundlich onkologische Tagesklinik (IntO-TK)

Für Patientinnen und Patienten mit einer Krebserkrankung gibt es begleitend zu den verschiedenen Therapiephasen in der onkologischen Behandlung folgende integrativmedizinisch naturheilkundlichen MBM-Programme:

<p>Integrative naturheilkundliche onkologische Tagesklinik</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Tag/Woche (6 Std.) über 11 Wochen</li> <li>• „geschlossenes Programm“, d.h. immer am gleichen Wochentag, zur gleichen Zeit, mit den gleichen Teilnehmern</li> <li>• Gruppen von ca. 12-14 Personen</li> <li>• Zielgruppe: Onkologische Patienten in allen Behandlungsphasen</li> </ul>
<p>Integrative naturheilkundliche onkologische Tagesklinik während der Chemotherapie</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Tag/Woche (6 Std.) über 11 Wochen</li> <li>• Modularer Aufbau mit fortlaufender Einstiegsmöglichkeit, Behandlungsvisite</li> <li>• Gruppen von ca. 8-10 Personen</li> <li>• Zielgruppe: Patienten unter spezifischer Tumortherapie (v.a. Chemotherapie (CTX)), möglichst 1 Tag vor CTX.</li> </ul>
<p>Integrative naturheilkundliche onkologische Tagesklinik während endokriner Therapie</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Tag/Woche (6 Std.) über 11 Wochen</li> <li>• „geschlossenes Programm“, d.h. immer am gleichen Wochentag, zur gleichen Zeit, mit den gleichen Teilnehmern, Behandlungsvisite</li> <li>• Gruppen von ca. 12-14 Personen</li> <li>• Zielgruppe: Brustkrebspatientinnen unter endokriner Therapie</li> </ul>
<p>Integrative naturheilkundliche onkologische Tagesklinik für Patienten mit Metastasen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Tag/Woche (6 Std.) über 11 Wochen</li> <li>• Modularer Aufbau mit fortlaufender Einstiegsmöglichkeit</li> <li>• Gruppen von ca. 12-14 Personen</li> <li>• Zielgruppe: Patienten unter spezifischer Tumortherapie (v.a. Chemotherapie (CTX)), möglichst 1 Tag vor CTX.</li> </ul>

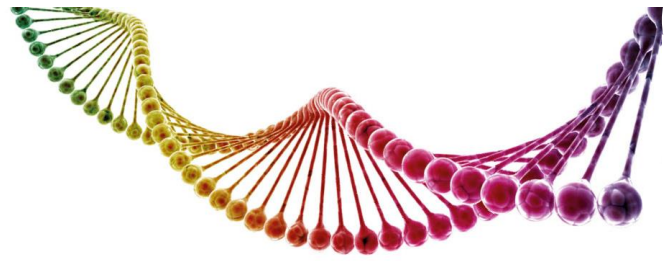


Beispiel-Behandlungsplan für die Chemotherapie-begleitende IntO-TK

Zeiten	Modul 1	Modul 2	Modul 3	Modul 4	Modul 5	Modul 6	Modul 7	Modul 8	Modul 9	Modul 10	Modul 11
	01.08.12	08.08.	15.08.	22.08.	29.08.	05.09.	12.09.	19.09.	26.09.	10.10.	17.10.12
	24.10.12	31.10.	07.11.	14.11.	21.11.	28.11.	05.12.	12.12.	19.12.	02.01.13	09.01.13
09:00-09:30	<b>Ankommen, Themen, Ablauf, Kennenlernen</b>										
09:30-10:45	NHK bei Nebenwirkungen der Chemotherapie	Bewegung während und nach der Therapie	Umgang mit Stress und Belastungen	Ernährung während der Chemotherapie	NHK Selbsthilfe	Bedeutung der Krankheit/Selbstfürsorge	Kommunikation nach außen/ Soziales Netz	Entspannung	NHK bei Nebenwirkungen der Chemotherapie	Achtsamkeit	Macht der Gedanken
10:45-11:45	<b>Achtsame Körpertherapie   Yoga</b>										
11:45-13:45	<b>Mittagessen und Behandlungsvisite</b>										
13:45-14:30	Bewegung	Bewegung	Bewegung	Bewegung	Bewegung	Bewegung	Bewegung	Bewegung	Bewegung	Bewegung	Bewegung
14:30-15:00	PME	Body Scan	Atemmeditation	Body Scan	PME	Imagination	Body Scan	Atemmeditation	PME	Atemmeditation	Imagination

Die Programmeinheiten der IntO-Tageskliniken beinhalten:

- Kritische und seriöse Beratung zu optionalen Methoden der Komplementärmedizin bei Krebserkrankung. Dank wissenschaftlicher Recherche und eigener Forschung vermitteln wir hier stets neueste Erkenntnisse.
- Ärztliche Vorträge sowie praktische Anleitungen zu naturheilkundlichen Selbsthilfestrategien
- Ärztliche naturheilkundliche Gruppensvisite (ggf. mit Akupunktur und Wickel und Auflagen)
- Bewegungstherapie: Praktische und theoretische Schulung in (Nordic) Walking, Yoga, Qi Gong, Atemtherapie – hier geht es um permanente krankheitsspezifische Anpassung der Übungspraxis und die Anwendbarkeit im Alltag
- Ernährungstherapie: Schulungen und Lehrküche zur krankheitsspezifischen Ernährungstherapie mit Kostoptimierung unter Chemotherapie, bei Malabsorption



bzw. Gewichtsverlust sowie spezifischen Unverträglichkeiten. Sekundär präventive optimierte Ernährung im Sinne einer mediterranen Vollwerternährung.

- Stressreduktion und Entspannungsverfahren: Erkennung von Stressinduktion im Alltag, im Beruf und im Krankheits- bzw. Behandlungsverlauf. Systematisches und strukturiertes Üben von Stress-Coping, unterstützt durch Entspannungsverfahren wie progressive Muskelrelaxation, Meditation, Atemübungen, Qi Gong, Imagination sowie Achtsamkeit.
- Kneipp'sche Therapie: Hilfe zur Selbsthilfe bei krankheits- bzw. therapieinduzierten Beschwerden. Zum Einsatz kommen Güsse, Wickel und Teilbäder.
- Krankheitsbewältigung und Lebensstilveränderung: Erörterung und Erarbeitung von Aspekten einer verbesserten Krankheitsbewältigung und Moderieren von Verhaltensänderungsprozessen im Rahmen von Gruppengesprächen.
- Kognitive Restrukturierung: Vermittlung von Techniken zur kognitiven Restrukturierung, die dazu dienen können, den häufig reaktiven Angstsyndromen und depressiven Entwicklungen entgegen zu wirken.
- Achtsamkeitsbasierte Emotionsregulation zur Steigerung der Selbstfürsorge und der emotionalen Resilienz: Elemente aus dem MBSR und MSC