

18. Januar 2019

---

## Was Krebspatienten in der kalten Jahreszeit beachten sollten

**Außen kalt, innen überheizt, dazu Glatteis, Schnee und trübes Licht - der Winter ist für Krebspatienten keine leichte Zeit. Aufgrund der geschwächten Immunabwehr und den damit einhergehenden gesundheitlichen Beeinträchtigungen sind besondere Vorsichtsmaßnahmen zu beachten. Im Monatsthema Dezember gibt das ONKO-Internetportal hilfreiche Tipps, wie Krebspatienten gut und sicher durch die kalten Monate kommen.**

Heizungsluft und ständige Temperaturwechsel reizen im Winter auch bei gesunden Menschen Haut und Schleimhäute. Im Rahmen von Krebsbehandlungen wie Chemotherapien und zielgerichteten Therapien kann sich die Mund- und Rachenschleimhaut entzünden und die Haut an Händen, Füßen und anderen Stellen des Körpers kann vorübergehend in Mitleidenschaft gezogen werden. Zur Pflege der betreffenden Partien und zur Vorbeugung von Erkältungen ist eine gute Befeuchtung der Raumluft wichtig. Darüber hinaus sollten Krebspatienten in der erkältungsträchtigen Jahreszeit besonders auf Hygiene achten und größere Menschenansammlungen meiden.

Während oder nach einer Therapie spüren Krebspatienten häufig eine starke körperliche und seelische Mattigkeit, die Mediziner als Fatigue bezeichnen. Verhangene Wintertage können noch zusätzlich auf die Stimmung drücken. Gegen allzu trübe Gedanken hilft es manchmal schon, mit guter Beleuchtung für Behaglichkeit zu sorgen oder - sofern möglich - sich körperlich zu betätigen. Für manche Patienten können in dieser Situation auch soziale Kontakte besonders wichtig sein. Weitere hilfreiche Tipps dazu sind ab sofort online abrufbar unter [https://www.krebsgesellschaft.de/thema\\_dezember2018](https://www.krebsgesellschaft.de/thema_dezember2018).

*ONKO-Internetportal In Kooperation mit der Deutschen Krebsgesellschaft e. V*