

# \*einblicke

## KREBSHILFE SALZBURG

### AUS LIEBE ZUM LEBEN

**HAUTKREBSVORSORGE  
NICHT VERGESSEN**

SEITE 4

**&  
INFEKTIONEN KÖNNEN  
KREBS AUSLÖSEN**

SEITE 8

**&  
DARMKREBS KANN  
VERMIEDEN WERDEN**

SEITE 10

**&  
MAMA, PAPA HAT KREBS –  
HILFE FÜR FAMILIEN UND KINDER**

SEITE 16

Mit  
**Jahresbericht  
2015**

[www.krebshilfe-sbg.at](http://www.krebshilfe-sbg.at)





## Verein & Vorstand

Die Österreichische Krebshilfe Salzburg ist ein vorwiegend mildtätiger und gemeinnütziger Verein, der seinerseits Mitglied der Österreichischen Krebshilfe (Dachverband) ist.

Der Verein befasst sich in der Verfolgung seiner mildtätigen Ziele vor allem mit der Information der Salzburger Bevölkerung über Maßnahmen zur Vermeidung bzw. Früherkennung von Krebserkrankungen und mit der Beratung, Begleitung und Hilfe für Krebspatientinnen und -patienten sowie deren Angehörigen. Darüber hinaus fördert der Verein Forschungs- und Lehraufgaben sowie die damit verbundenen wissenschaftlichen Publikationen auf dem Gebiet der Krebsforschung, einschließlich der Krebsprävention und der Krebsbehandlung. Die Krebshilfe Salzburg ist zur Erreichung ihrer Ziele in allen Bezirken des Landes mit einer Beratungsstelle vertreten. Dort können alle Leistungen des Vereins kostenlos und von jedem in Anspruch genommen werden.

Der **ehrenamtliche Vorstand** wurde in der Generalversammlung vom 26.11.2014 für die Funktionsperiode von drei Jahren gewählt und setzte sich zum 31.12.2015 wie folgt zusammen:

<b>Präsident:</b>	<b>MR Univ.-Doz. DDr. Anton-H. Graf</b>
<b>Stv. Präsident:</b>	<b>HR Dr. Ulf Postuvanschitz</b>
<b>Kassier:</b>	<b>Prim. Univ.-Prof. Dr. Felix Sedlmayer</b>
<b>Schriftführerin:</b>	<b>OÄ Univ.-Prof. Dr. Rosemarie Forstner</b>

Weitere Mitglieder im Vorstand:

**RA Dr. Peter Bleiziffer**  
**OA Priv.-Doz. Dr. Jörg Hutter**  
**em. Prim. Univ.-Prof. Dr. Günter Janetschek**  
**OA Dr. Michael Kopp**

Als **Rechnungsprüfer** wurden bestellt:

**Prim. Dr. Rudolf Kaiser**  
**OA Dr. Gerhard Kametriser**

**Geschäftsführer** des Vereins: **Mag. Stephan Spiegel**

Verantwortlich für Werbung, Spendenmarketing und Datenschutz ist laut Statuten der Präsident des Vereins.

ZVR: 195639530

DVR: 0884120

Spendenkonto:

IBAN: AT44 2040 4000 0000 4309, BIC: SBGSAT2SXXX

Registernummer Spendenabsetzbarkeit: SO 2447

Stand: Redaktionsschluss 15.07.2016



### **Vereinsitz:**

Österreichische Krebshilfe Salzburg  
Mertensstraße 13

5020 Salzburg

Telefon: +43 (0)662-873535

Fax: +43 (0)662-873535 4

Web: [www.krebshilfe-sbg.at](http://www.krebshilfe-sbg.at)

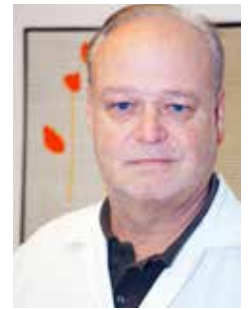
Mail: [office@krebshilfe-sbg.at](mailto:office@krebshilfe-sbg.at)

Beratung: +43 (0)662-873536



Wir sind für Sie da – in ganz Salzburg.

## Aus Liebe zum Leben



### Inhalt

- 02 VEREIN & VORSTAND
- 03 EDITORIAL
- 04 HAUTKREBSVORSORGE
- 06 PINK RIBBON CHARITY
- 08 INFEKTIONEN UND KREBS
- 10 DARMKREBSVORSORGE
- 12 MÄNNERGESUNDHEIT
- 13 OBERLIPPENBART CHARITY
- 14 BERATUNG – RÜCKBLICK  
FINANZBERICHT 2015
- 15 PALLIATIVMEDIZIN BEI KREBS
- 16 MAMA, PAPA HAT KREBS
- 19 TESTAMENTSPENDEN
- 20 MUSIK UND ENTSPANNUNG
- 22 SPENDENAKTIONEN 2015
- 24 KREBSVORSORGE & SPORT
- 25 SAMMLUNGEN & FORSCHUNG
- 26 WIR SIND FÜR SIE DA
- 27 SPONSOREN / IMPRESSUM

► Werte Gönner, Förderer und Unterstützer, sehr geehrte Damen und Herren!

Als Präsident der Österreichischen Krebshilfe Salzburg, ist es mir eine besondere Freude, Ihnen den aktuellen Jahresbericht 2015 präsentieren zu dürfen. Das Jahr 2015 war wieder ein erfolgreiches, sowohl im Spendenaufkommen als auch im Umfang der mit diesen Spenden finanzierten Beratungsleistungen, Informationskampagnen und direkten Hilfestellungen für Krebspatienten und deren Familien. So konnten wir wieder in allen Bezirken des Bundeslandes in unseren regionalen Beratungsstellen zahlreiche krebskranke Menschen, Angehörige und Interessierte begleiten, betreuen und informieren. Dank Ihrer Spenden war es auch möglich, die mobile Beratung von an Krebs erkrankten Menschen zu etablieren. Damit haben wir den schon lange bestehenden Wunsch nach einer persönlichen Begleitung im häuslichen Umfeld – nicht zuletzt auch dank Ihrer finanziellen Unterstützung – erfüllen können. Durch unsere (mobile) Beratung stehen bestens ausgebildete und einfühlsame Expertinnen und Experten für die Beratung, Begleitung und Betreuung der Salzburger Bevölkerung wohnortnahe zur Verfügung. Wir werden die mobile Beratung weiter ausbauen und so noch mehr Hilfe für bedürftige Menschen anbieten können.

Klinische und Gesundheitspsychologinnen, Psychoonkologinnen, Psychotherapeutinnen, Diätologinnen, Sozialarbeiterinnen und Ärztinnen und Ärzte (Zweitmeinungen) stehen für eine fachlich bestens abgesi-

cherte Beratungsleistung bereit. Als Beispiel sei unser Angebot „Mama, Papa hat Krebs!“ genannt, das sich an Kinder und Jugendliche (und deren Familien) mit einem erkrankten Elternteil wendet. Dabei hat sich gezeigt, wie wichtig es für einen jungen Menschen ist, eine fachlich qualifizierte externe Beratung und Hilfestellung zu erhalten. Besonders freut es mich, dass all unsere vielfältigen Angebote auch 2015 wieder gratis angeboten werden konnten. Einen weiteren Schwerpunkt in unserer Tätigkeit stellten, wie schon in den Vorjahren, die großen Vorsorgekampagnen und Aktionen hinsichtlich Hautkrebs („Sonne ohne Reue“), Brustkrebs („Pink Ribbon“), Prostatakrebs („Blue Tie“) sowie Darmkrebsvorsorge dar. Hinzu kamen noch diverse Aktionen zur Bewegungsförderung, zum Nichtrauchen und zur Vermeidung von Gebärmutterhalskrebs (HPV-Impfung). Zu erwähnen ist hier auch, dass es im vergangenen Jahr wieder möglich war, die Krebsforschung im Bundesland Salzburg zu fördern. Mit dem Krebshilfe-Stipendium und weiteren direkten Förderungen, wurden vielversprechende Forschungsprojekte unterstützt.

Alle diese Aktivitäten konnten und können wir nur dank Ihrer Unterstützung realisieren. Ich darf und möchte Sie daher heute auch bitten, uns weiterhin mit Ihrer Spende bei unseren vielfältigen Aufgaben für Menschen in Salzburg zu unterstützen. Aus Liebe zum Leben.

Hochachtungsvoll Ihr  
**Univ.-Doz. Dr. Anton-H. Graf**  
Präsident der Krebshilfe Salzburg



*Richtiger Sonnenschutz hilft Hautkrebs zu vermeiden.*

## Hautkrebsvorsorge nicht vergessen

► Die Haut ist das größte Organ des Menschen. Bei Erwachsenen nimmt sie eine Fläche von ungefähr eineinhalb bis zwei Quadratmetern ein und macht rund ein Sechstel des Körpergewichts aus. Die Haut reguliert die Körpertemperatur und einen Teil des Wasserhaushaltes, dient als Kontakt- und Sinnesorgan, schützt den Körper vor Umwelteinflüssen wie Kälte, Hitze, UV-Strahlen, Chemikalien und wehrt auch Krankheitserreger wie Bakterien und Viren ab. Kommt es zu einer Schädigung von Hautzellen – z.B. durch Sonnenbrände – und werden Reparaturmechanismen des Körpers ausgeschaltet oder ineffektiv, kann es zu bleibenden Veränderungen des Erbmaterials kommen. Diese Veränderungen können dann dazu führen, dass Krebs entsteht.

„Die Entstehung von Hautkrebs ist ein komplexer Prozess, dem vielfältige Ursachen zugrunde liegen. Krebs wird als eine Erkrankung des Erbmaterials von Zellen angesehen. Es gibt Hinweise, dass Krebs klonalen Ursprungs ist, d. h. von einer Ursprungszelle ausgeht – die mehreren Schädigungen ausgesetzt sein muss – damit die Zelle die Eigenschaft der Malignität (Bösartigkeit) erlangt. Dabei spielt der Zeitfaktor eine wesentliche Rolle. Die Tatsache, dass Krebserkrankungen im Alter drastisch zunehmen, kann auch dadurch erklärt werden, dass es viele Jahre dauert, bis die zahlreichen Veränderungen sich in einer bösartigen Entartung von Zellen und schließlich als Krebserkrankung manifestieren“, erläutert Krebshilfe Präsident Univ.-Doz. DDr. Anton-H. Graf.

### Verschiedene Hautkrebs-Formen

Neben der bekanntesten Hautkrebsart, dem Melanom (schwarzer

Hautkrebs), gibt es im Wesentlichen noch zwei weitere Formen: das Basalzell-Karzinom oder Basaliom (weißer/heller Hautkrebs) und das Plattenepithelkarzinom. Weißer Hautkrebs ist dabei die häufigste Form. Dieser besteht aus kleinen, oft gruppenweise angeordneten hautfarbenen bis bräunlichen Knötchen mit perlmuttartigem Glanz, die zu einem größeren Knoten verschmelzen können, der dann oft geschwürig aufbricht und bluten kann. Weißer Hautkrebs tritt vorzugsweise an sonnenexponierten Stellen im Gesicht auf, ist aber auch an anderen Körperstellen, insbesondere am Rumpf, zu finden. „Der häufigste weiße Hautkrebs ist das Basalzellkarzinom. Ca. 100 Männer und 75 Frauen, gerechnet auf 100.000 Einwohner, erkranken jährlich an dieser Krebsform, wobei eine jährlichen Zunahme von 3-8% festzustellen ist“, berichtet Prim. Univ.-Prof. Dr. Johann W. Bauer, Vorstand der Universitätsklinik

für Dermatologie und Allergologie (Salk/PMU). Prinzipiell setzen Basalzell-Karzinome zwar keine Metastasen, wachsen aber, wenn sie nicht erkannt oder behandelt werden, destruktiv und zerstören Gewebe. „Größte Risikofaktoren sind UV-Strahlung durch kumulative Lichteinwirkung (Anzahl der Sonnenstunden) und die Intensität (z.B. die Anzahl der Sonnenbrände). Häufig finden sich anfänglich Vorstufen bzw. Frühformen in einem chronisch UV-geschädigten Hautareal, insbesondere im Kopf- und Gesichtsbereich“, so Bauer. Das Plattenepithelkarzinom ist der zweithäufigste Hautkrebs. Neben Sonnenlichteinwirkung können radioaktive Strahlung, Bestrahlungsbehandlungen (Licht- und Röntgenbestrahlung), chronische Entzündungen und besonders ausgeprägte Narben ursächlich an der Entstehung beteiligt sein. Plattenepithelkarzinome sind derbe knotige hautfarbene bösartige Hauttumore, die durch



Risikomuttermal, frühes Melanom



Mittleres Melanom



Fortgeschrittenes Melanom

ungehemmtes Wachstum angrenzende Strukturen zerstören und so Schaden verursachen können. Die bösartigste Form des Hautkrebses ist das maligne Melanom (schwarzer Hautkrebs). Schwarzer

## ABCDE-Check

Typische Merkmale eines Melanoms

### A = Asymmetrie:

Muttermale sind rund und symmetrisch, Melanome wachsen stärker in eine Richtung und sind daher asymmetrisch.

### B = Begrenzung:

Muttermale sind in der Randzone regelmäßig zur normalen Haut begrenzt. Melanome zeigen eine zackige und unregelmäßige Begrenzung zur normalen Haut. Dunkel gefärbte Stellen und helle Haut gehen scheinbar übergangslos ineinander über.

### C = Colorit (Farbe):

Muttermale weisen einen einheitlichen hell- bis dunkelbraunen Farbton auf. Melanome sind durch verschiedene braune und schwarze bzw. rötliche und auch graue Farbtöne gekennzeichnet.

### D = Durchmesser:

Muttermale bleiben nach ihrer anfänglichen Wachstumsphase über viele Jahre gleich groß. Melanome nehmen immer an Größe zu.

### E = Enlargement (Erweiterung):

Melanome wachsen rasch, Muttermale langsam.

Neben diesen Charakteristika gibt es aber noch weitere Warnsignale, die auf ein Melanom schließen lassen: Entzündung, Juckreiz und Blutung.

Hautkrebs geht von den Pigmentzellen der Haut aus. „Das maligne Melanom ist deshalb so gefährlich, da es zu einer frühzeitigen Streuung (Metastasierung) neigt. Laut Statistik Austria wurde bei mindestens 1.596 Menschen im Jahre 2012 ein malignes Melanom diagnostiziert (ca. 15 auf 100.000 pro Jahr). Im vergangenen Jahrzehnt hat es einen Anstieg an Neuerkrankungen um rund 30 Prozent gegeben. Auch beim malignen Melanom scheint neben der Anzahl der vorhandenen Muttermale wiederum UV-Licht ein Risikofaktor zu sein“, so Bauer.

### Regelmäßige Früherkennung gibt Sicherheit

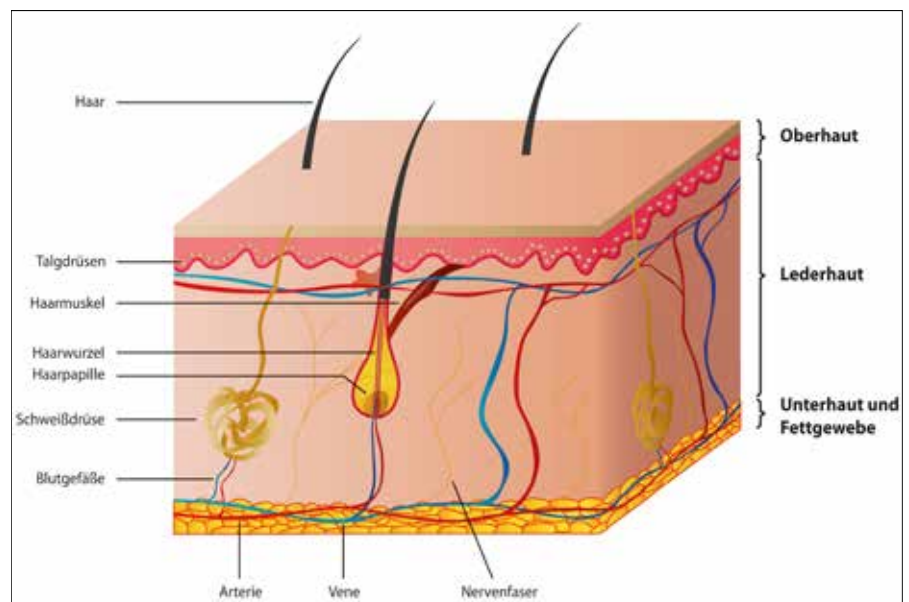
Wird Hautkrebs frühzeitig erkannt und behandelt, ist dieser heilbar. Das gilt sowohl für den schwarzen Hautkrebs als auch den weißen Hautkrebs. Die rechtzeitige operative Entfernung durch den dermatologischen Chirurgen ist der erste Schritt zur Heilung. Sollte es zu einem Fortschreiten der Erkrankung, das heißt zum Auftreten von Metastasen kommen, ist die Situation jedoch nicht aussichtslos. „Wir haben heute Therapieformen, die auch im fortgeschrittenen Stadium die Krankheit hintan-

halten können“, beruhigt Krebshilfe Präsident Graf. „Doch leider lassen immer noch viele Betroffene zu lange Zeit verstreichen, ehe sie nach ersten auftretenden Symptomen einen Arzt aufsuchen. Unsere Botschaft lautet daher: Hautkrebs ist heilbar, wenn der Tumor frühzeitig erkannt und operativ entfernt wird. Die beste Vorsorge im Kampf gegen den Hautkrebs ist die Vermeidung von extremer Sonnenbestrahlung. Das bedeutet Sonnenschutz durch Sonnencremen, Kleidung und Schatten. Um es ganz deutlich zu sagen: Die Haut vergisst nichts. Wiederholen sich Sonnenbrände, summieren sich auch die Schädigungen an den Hautzellen. Die Folgen sind eine vorzeitige Alterung der Haut und ein hohes Risiko an Hautkrebs zu erkranken“, so Graf weiter.



Wir senden

Ihnen die aktuellen Broschüren „Sonne ohne Reue“ oder „Hautkrebs“ gerne kostenlos zu. **Beratungstelefon: 0662/873536** oder [beratung@krebshilfe-sbg.at](mailto:beratung@krebshilfe-sbg.at)



Aufbau der Haut: Oberhaut, Lederhaut, Unterhaut.





*Pink Ribbon: Gemeinsam gegen Brustkrebs.*

## Mit der Kraft der rosa Schleife

► 1992 hatte Evelyn Lauder, die Schwiegertochter der Gründerin des Kosmetikunternehmens Estée Lauder, die Idee für eine rosa Schleife als Symbol für den Kampf gegen Brustkrebs.

Seither wurde das PINK RIBBON zum weltweiten Symbol im Kampf gegen den Brustkrebs und Evelyn Lauder zur globalen Brustkrebsaktivistin. Evelyn Lauder verlor selbst im November 2011 ihren persönli-

chen Kampf gegen Krebs. Sie wurde 75 Jahre alt.

Die Österreichische Krebshilfe Salzburg setzt die Arbeit von Evelyn Lauder seit Jahren erfolgreich fort, unterstützt von vielen Menschen, denen die Gesundheit von Frauen sehr am Herzen liegt. Wir danken allen Helferinnen und Helfern für die wertvolle Unterstützung bei unserem Kampf gegen den Brustkrebs!



► **Wein, Weib und Gesang!**

Im „cook & wine“ Salzburg fand Ende Oktober ein Charityabend statt. Unter dem Motto „Wein, Weib und Gesang“ wurde ein Abend für das Leben gefeiert. Günther Grammer, Chef des cook & wine und Haubenkoch verwöhnte die Gäste mit leckeren Nudelgerichten. Passend dazu gabe es Weine der beiden Jungwinzer Alexander Zöller und Thomas Lehner. Sie verwöhnten die Gäste mit ihren edlen Tropfen! Für die musikalischen Leckerbissen sorgte an diesem Abend die Willinger Band, die ihre neue CD vorstellte. Für alle Fashion Fans gab es zudem eine moda fashion Corner von Inizio. Ein rund um gelungener Abend. Das fanden auch die rund 130 Gäste, die gekommen waren, um gemeinsam zu feiern und gleichzeitig etwas Gutes zu tun. Am Ende des Abends konnte eine Spende von 4.200 Euro an die Krebshilfe übergeben werden.



► Der Verein „Gerüchteküche“ startete 2015 eine Charityaktion zu Gunsten der Pink Ribbon Initiative und für die Aktion „Mama, Papa hat Krebs“. Neben einem Wohltätigkeitskartrennen in der Kartworld Salzburg, wurde auch

eine exklusive, von Künstlern gestaltete Küche versteigert. Vereinsobfrau Michaela Wimmer und Johann Herzgsell, der die Küche ersteigerte, überreichten eine Spende von rund 6.892 Euro an Krebshilfe Geschäftsführer Stephan Spiegel.

**Seit 24 Jahren ist das „Pink Ribbon“ das internationale Zeichen und Symbol der Solidarität mit Brustkrebspatientinnen und Ausdruck der Hoffnung auf Heilung.**



Fotos: Mike Vogl, Uwe Brandl





► **Pink-Ribbon Tour zu Gast auf der der „Messe für die Frau“ in Salzburg Bergheim.** Im Oktober war die Pink Ribbon Informationstour der Österreichischen Krebshilfe zu Gast in Bergheim. Auf der „Messe für die Frau“ wurde über Brustkrebsfrüherkennung und die HPV-Impfung informiert. Das Beratungsteam der Krebshilfe Salzburg nutzte die Gelegenheit für Gespräche mit interessierten Besucherinnen und stellte die neue Frauenbroschüre der Österreichischen Krebshilfe vor, die alle wichtigen Informationen zum aktuellen



Mammografie-Screening enthält. Neben Informationen rund um das neue Mammografie Screening wurden auch viele Neuigkeiten zur HPV-Impfung (Gratisimpfung) an die Bevölkerung verteilt.

Insgesamt konnten während der Messe rund 300 Menschen begrüßt und persönlich am Krebshilfe Stand informiert werden.

„Das war eine gelungene Aktion in Salzburg“, findet auch Dr. Marianne Bernhart, Leiterin des Österreichischen Brustkrebsfrüherkennungsprogramms, die extra aus Wien angereist war. (Bildmitte)

*Adventzauber in Gasthof Schloss Aigen.*

## Ein stimmungsvoller Abend für das Leben



► **Adventzauber im Gasthof Schloss Aigen.** Ein besonderes Highlight gab es im Salzburger Advent. Das Ehepaar Dr. Jörg und Petra Dabernig luden gemeinsam mit Familie Berger (Wirtsfamilie des Gasthof Schoss Aigen) zu einem Charityabend ein.

Viele Gäste, darunter auch Heidi Beckenbauer und RedBull Fußballstar Jonatan Soriano, folgten der Einladung und verbrachten bei Kerzenschein, Glühwein und in romantischer Atmosphäre im Innenhof des Gasthofs einen wunderbaren Abend. Überrascht wurden die großen und kleinen Gäste von einigen Krampussen und dem

Nikolaus, was vor allem die vielen Kindern freute! Viele „Geschenke“ gab es auch bei der großen Charity Tombola. Moderator Wolfgang Angermüller, Petra Dabernig und Krebshilfe Präsident Univ.-Doz. DDr. Anton-H. Graf übergaben den Gewinnern die vielen Preise.

Gegen Ende des Abends konnten die Familien Dabernig und Berger stolze 12.600 Euro an die Krebshilfe Salzburg übergeben.

Wir danken für einen wunderbaren und stimmungsvollen Abend und freuen uns, mit den Spendengeldern wieder vielen krebserkrankten Menschen helfen zu können!



Fotos: Andreas Kolarik



## Krebserkrankungen der weiblichen Geschlechtsorgane.

# Infektionen können Krebs auslösen

► Krebs ist eine Diagnose, die einen plötzlich und unvorbereitet aus dem bisherigen Leben herausreißt und Angst macht. Oft treten damit verbunden Trauer, Wut und Hilflosigkeit auf. Krebs ist eine Krankheit, die den Betroffenen selbst, aber auch ihre Familien und Freunden oft das Gefühl gibt, alleine zu sein. Neben Brust- und Darmkrebs leiden Frauen besonders häufig an Krebserkrankungen der weiblichen Geschlechtsorgane. Hier vor allem an Gebärmutter(hals)krebs und Eierstockkrebs.

Im Jahr 2011 erkrankten daran 1933 Frauen neu in Österreich, wobei die Zahl der Neuerkrankungen im Vergleich zu 2001 erfreulicherweise um rund 20 Prozent gesunken ist. Auf Basis der heutigen Zahlen kann man sagen, dass bis zum 75. Lebensjahr 1 von 175 Frauen an Gebärmutterhalskrebs und 1 von 111 Frauen an Eierstockkrebs erkranken wird.

**„Gebärmutter- und Eierstockkrebs sind häufige Erkrankungen bei Frauen.“**

Die Gebärmutter liegt im Zentrum des kleinen Beckens zwischen Blase und Mastdarm und ist ein muskelstarkes Hohlorgan. Vereinfacht gesagt besteht die Gebärmutter aus dem Gebärmutterkörper, der Gebärmutterhöhle, dem Gebärmutterhals und dem Muttermund. Krebs, der sich in der Gebärmutter entwickelt, lässt sich durch Früherkennungsmaßnahmen gut entdecken. Anders verhält es sich mit dem Eierstockkrebs. Dieser ist lange Zeit „stumm“. Betroffenen Frauen bemerken zunächst nichts von

der Erkrankung, da es keine typischen Symptome gibt und sich der Tumor ungehindert in der freien Bauchhöhle ausbreiten kann. Erst wenn andere Organe mitbetroffen sind, treten Symptome auf. „Es ist daher besonders wichtig, auf seine eigene Befindlichkeit zu achten.“

**„Jede 5. Krebserkrankung wird weltweit durch Viren verursacht.“**

Unbestimmte Verdauungsbeschwerden, Blähungen, ein aufgetriebener Leib, Blutungen außerhalb der Monatsregel oder eine unerklärliche Gewichtsabnahme weisen gelegentlich auf einen Eierstockkrebs hin. Bemerken Frauen solche Veränderungen, sollten sie sich eingehend untersuchen lassen, um sicher zu sein“, rät Krebshil-



fe Beraterin Mag. Martha Lepperdinger. Die WHO schätzt, dass etwa 18 Prozent der Krebserkrankungen weltweit auf chronische Infektionen mit Viren, Bakterien oder Parasiten zurückzuführen sind. In westlichen europäischen Ländern liegt das Risiko bei unter 5 Prozent. Humane Papillomviren gelten als ein Hauptrisikofaktor für Gebärmutterhalskrebs und sind eine Gruppe von Viren, die beim Menschen Oberflä-

chen-(Epithel) Zellen befallen und zur Bildung von Zellwucherungen wie Warzen (Papillome) führen. „Humane Papillomviren können – durch Geschlechtsverkehr übertragen – auch bei den weiblichen Geschlechtsorganen eine Infektion verursachen, die in den meisten Fällen (über 90%) symptomlos ist und spontan abheilt. Bleibende Infektionen mit bestimmten sogenannten „high risk“- (hoch-Risiko) HPV-Typen, können aber Zellveränderungen und später Entartungen an der Gebärmutter hervorrufen und sind dadurch maßgeblich an der Entstehung von Gebärmutterhalskrebs (Cervixkarzinom) beteiligt. Es dauert rund 10 Jahre, bis aus einer HPV-Infektion eine Zellveränderung entsteht und nochmals bis zu 10 Jahre, bis sich daraus



Gebärmutterhalskrebs entwickelt. Abnormale Zellen (Krebsvorstufen) und Krebszellen werden bei der jährlichen Abstrichuntersuchung entdeckt“, berichtet der Präsident der Salzburger Krebshilfe Univ.-Doz. DDr. Anton-H. Graf, selbst Frauenfacharzt und Pathologe.

Besonders wichtig in der Früherkennung ist der jährliche PAP-Abstrich, eine schmerzfreie und risi-



kolose Untersuchung. Schützen gegen Gebärmutterhalskrebs kann man sich auch durch eine HPV-Impfung, die noch vor dem ersten Geschlechtsverkehr erfolgen sollte.

**„HPV-Impfung schützt vor Krebs.“**

Diese Impfung bietet zudem verbesserten Schutz gegen durch HPV-Viren ausgelöste Tumore im Mund- und Rachenraum. Für Frauen ab dem 50. Lebensjahr empfiehlt sich zudem eine jährliche Untersuchung der Eierstöcke, um eine möglichen Erkrankung rechtzeitig zu erkennen. „Wichtig ist, dass durch eine HPV-Impfung auf keinen Fall andere Schutzmaßnahmen bzw. Früherkennungsmaßnahmen überflüssig werden. Frauen sollten deshalb niemals auf den jährlichen PAP-Abstrich ver-

zichten“, warnt Graf vor zu großer Nachlässigkeit. „Die Impfung ist ein zusätzlicher Baustein zur Vermeidung einer Krebserkrankung. Wird bei einer Früherkennungsuntersuchung eine Erkrankung festgestellt, gibt es eine gute Nachricht: bei Gebärmutterhalskrebs im Frühstadium, liegen die Heilungschancen heute bei fast 100 Prozent“, motiviert Graf alle Frauen, die Früherkennung ernst zu nehmen.

Zusätzlich zu den regelmäßigen ärztlichen Früherkennungsuntersuchungen gilt wie für andere Krebsformen auch hier: eine gesunde Lebensweise, eine ausgewogene Ernährung, regelmäßige sportliche Bewegung und der Verzicht auf Tabak tragen maßgeblich dazu bei, das Risiko einer Erkrankung zu senken.

*Gesundheitsreferent und Landeshauptmann-Stv. Dr. Christian Stöckl weist mit Krebshilfe Beraterin Mag. Martha Lepperdinger und Krebshilfe Geschäftsführer Mag. Stephan Spiegel auf die Wichtigkeit der Krebsfrüherkennung hin.*



**HPV-Impfung und Krebsfrüherkennung für Frauen**

Für weitere Informationen, Hilfe und zur Terminvereinbarung wenden Sie sich bitte an eine unserer Beratungsstellen. Wir helfen gerne weiter.

**Beratungstelefon: 0662/873536  
oder [beratung@krebshilfe-sbg.at](mailto:beratung@krebshilfe-sbg.at)**



*Darmkrebs vermeiden dank gezielter Vorsorge.*

## **Darmkrebs kann vermieden werden**

► In Österreich erkranken jährlich rund 39.000 Menschen neu an Krebs. Die Hälfte der Neuerkrankungen entfällt dabei auf vier Krebsarten. Am Häufigsten werden Brustkrebs, Darmkrebs, Lungenkrebs und Prostatakrebs diagnostiziert.

Das kolorektale Karzinom (Dickdarm- und Mastdarmkrebs) ist mit mehr als 4.300 Neuerkrankungen pro Jahr bei Frauen und Männern der zweit häufigste bösartige Tumor. Männer sind davon häufiger betroffen als Frauen. So erkrankten 2011 bis zum 75. Lebensjahr 4 von 100 Männern, aber nur 2 von 100 Frauen an Dickdarmkrebs. „Eine Erkrankung müsste aber nicht sein. Denn gerade bei Darmkrebs gibt es

konkrete Möglichkeiten, um diese Erkrankungen zu vermeiden beziehungsweise so früh zu erkennen, dass sie heilbar sind“, sagt Krebshilfe Präsident Univ.-Doz. DDr. Anton-H. Graf.

„Darmkrebs kann heute schmerzlos vermieden werden.“

Darmkrebs war 2011 für jeweils elf Prozent der Krebssterbefälle von Männern und Frauen verantwortlich. Das kolorektale Karzinom ist zwar gut behandelbar, allerdings wäre es durch die Vorsorgekoloskopie fast gänzlich verhinderbar. Unter Vorsorgekoloskopie versteht man die Dickdarmspiegelung bei Gesunden, die ab dem 50. Lebensjahr (bei Risiko schon ab dem 45.

Lebensjahr), von der Krankenkasse bezahlt wird. Eine Vorsorgekoloskopie ist deshalb ratsam, weil Darmkrebs langsam entsteht und lange keine spürbaren Symptome macht und ohne Koloskopie meist nicht erkannt wird. Warnsymptome, die zu einer raschen Abklärung führen sollten, sind Blut im oder am Stuhl, Änderungen des Stuhlverhaltens und ungewollte Gewichtsabnahme. Gesicherte Faktoren, die das Risiko erhöhen an einem Dickdarmkarzinom zu erkranken sind eine erbliche Vorbelastung, Bewegungsarmut und Fettleibigkeit. „Bei der sanften und schmerzfrei-

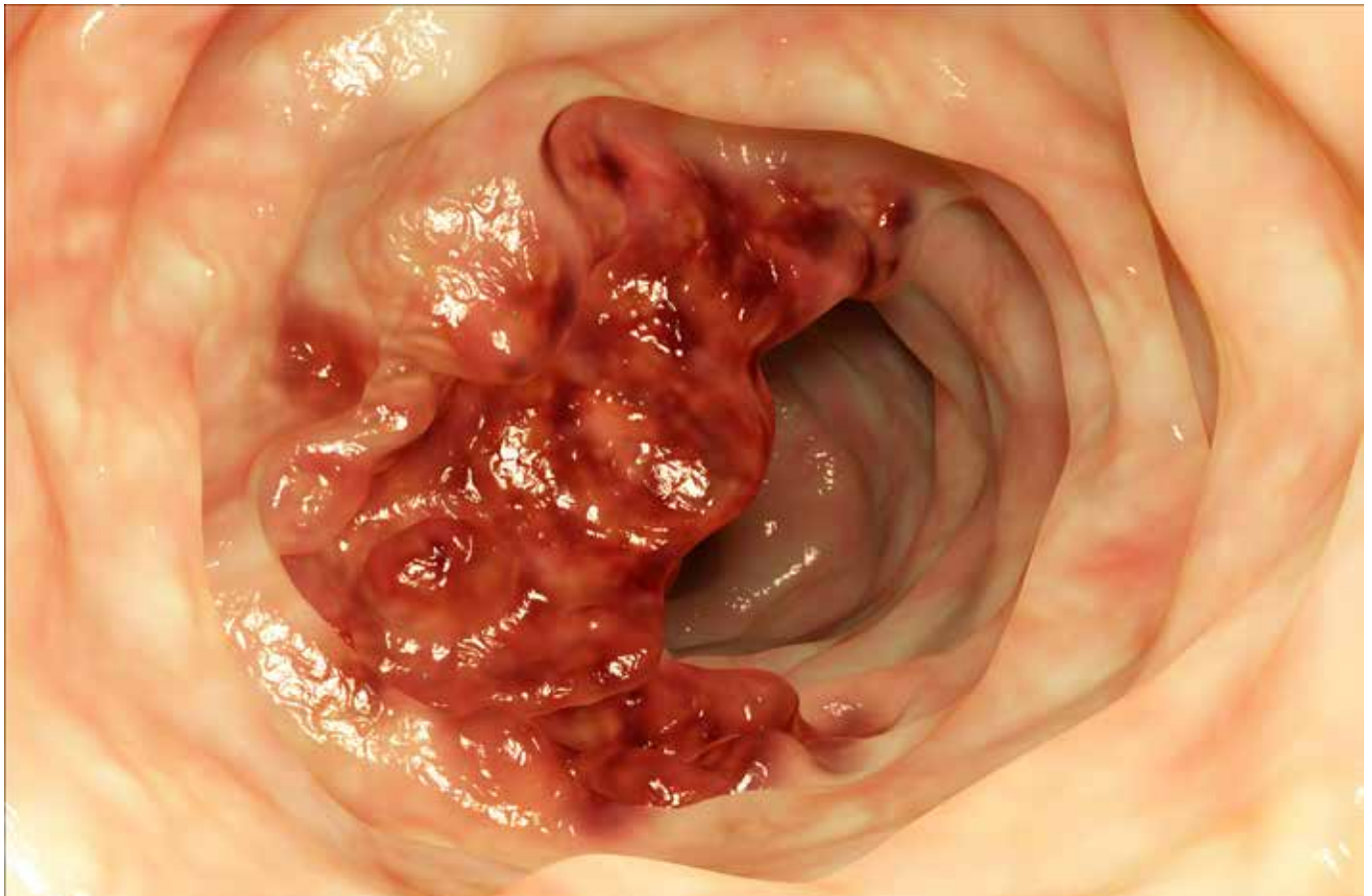


Foto: fotolia, J. Gärnter



en Vorsorgekoloskopie werden in einem Drittel der Fälle Vorläufer, sogenannte Polypen, eines Dickdarmkarzinoms gefunden, die entsprechend abgetragen werden. Dadurch kann eine spätere große Operation und eine Krebserkrankung vermieden werden. Ist der Tumor hingegen bereits lokal fortgeschritten, muss die Operation erfolgen, die heute vielfach auch minimal invasiv, also über kleine Schnitte (Schlüssellochchirurgie) erfolgt“, so Graf weiter.

**„Pflichttermin: Ab dem 50. Lebensjahr regelmäßig zur Koloskopie“**

Wenn zudem bereits auch Lymphknoten befallen sind, muss ergänzend zur Operation eine Chemotherapie erfolgen. Die Krebshilfe wünscht sich sehr, dass viel mehr Menschen die kostenlose Vorsorgekoloskopie in Anspruch nehmen, zum Wohle der eigenen Gesundheit. Deshalb wurde kürzlich eine neue Informationsbroschüre aufgelegt, die über die Darmkrebsvorsorge informiert und aufklärt. Nach einer unauffälligen Koloskopie ist erst nach sieben bis zehn

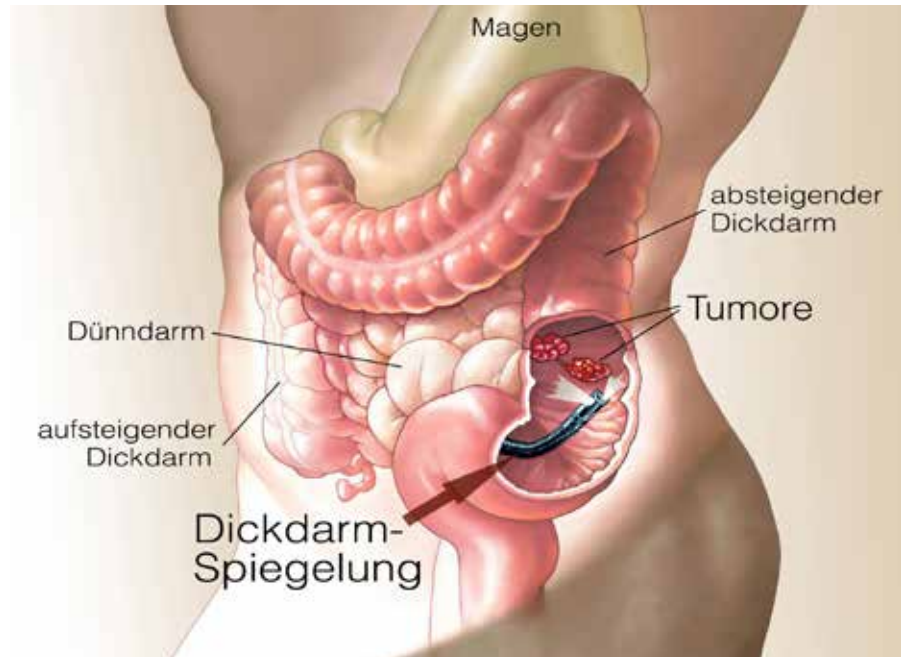


Foto: fotolia, Henrie

Jahren die nächste Koloskopie fällig. „Was sind schon wenige Stunden für den Gang zur Vorsorgekoloskopie in zehn Jahren gegen eine Krebserkrankung, die einen mitten aus dem Leben reißt?“, appelliert die Krebshilfe, zur Untersuchung zu gehen. Nur wenn bei der Untersuchung drei oder mehr Wucherungen entdeckt worden sind, ist schon nach drei Jahren eine neuerliche Kontrolle angesagt. Leider wird die Vorsorgekoloskopie noch

immer von zu wenigen Menschen genutzt. „Wir erklären uns das u.a. auch damit, dass Untersuchungen im Verdauungstrakt und Intimbereich oft mit einem Tabu belegt sind. Dazu gibt es aber keinen Grund. Wir haben einen enorm hohen Untersuchungs- und Hygienestandard in den zertifizierten Praxen und Zentren. Die Qualität und die Einhaltung der Standards werden zudem regelmäßig durch die Österreichische Gesellschaft für Gastroenterologie kontrolliert. Eine Liste der zertifizierten Stellen ist unter [www.krebshilfe-sbg.at](http://www.krebshilfe-sbg.at) abrufbar“, so Graf.

Zusätzlich zur Koloskopie hilft ein gesunder Lebensstil, eine ausgewogene Ernährung, regelmäßige sportliche Bewegung und der Verzicht auf Tabak die Darmgesundheit zu erhalten.

### **Eine Vorsorgekoloskopie kann Leben retten!**

Sie haben Fragen und möchten sich Informieren. Wir helfen Ihnen gerne weiter.

**Beratungstelefon: 0662/873536  
oder [beratung@krebshilfe-sbg.at](mailto:beratung@krebshilfe-sbg.at)**



Foto: fotolia, J. Gärtner



Nehmen Sie sich Zeit. Früherkennung zahlt sich aus!

## Ab 45 regelmäßig zur Prostatavorsorge

► Die Österreichische Krebshilfe hat 2015 eine große Informationskampagne zum Thema Prostatakrebsvorsorge gestartet, die dieses Jahr erfolgreich fortgesetzt wurde. Als wiedererkennbares Symbol wird dafür die locker getragene Krawatte (engl. „Loose Tie“) eingesetzt. Das Lockern der Krawatte soll daran erinnern, sich abseits beruflicher und privater Verpflichtungen Zeit für die Prostata-Früherkennungsuntersuchung zu nehmen.

Für viele Männer ist es selbstverständlich, das Auto zum Service zu bringen, Haus und Wohnung zu warten und technisch alles in Schuss zu halten. Nur wenn es um die Gesundheit geht, sind sie „Vorsorge-Muffel“. Österreichs Herren sind definitiv keine Vorreiter der Krebsvorsorge und Früherkennung. Das ist auch rund um die Prostata nicht anders. Obwohl 78 Prozent der 30-49-jährigen Männer die Möglichkeit der Untersuchung zur Früherkennung von Prostatakrebs kennen, haben nur 34 Prozent von ihnen diese Untersuchung

„Loose Tie“ Aktion. „Im Frühstadium zeigen sich keine Symptome. Daher ist es wichtig, dass Männer ohne familiäre Belastung ab 45 zur Prostata-Vorsorgeuntersuchung gehen“, so Graf weiter.

Prostatakrebs ist mit offiziellen 4.800 Erkrankungen (Statistik Austria) jährlich die häufigste Krebserkrankung beim Mann. Die tatsächliche Anzahl wird von Experten sogar auf rund 8.000 Fälle geschätzt, weil vor allem außerhalb der großen Behandlungszentren leider nicht alle Fälle dem Krebs-

rüber mehr als bisher Bescheid wissen und sich vom Arzt beraten lassen. Die Früherkennungsuntersuchung von Prostatakrebs besteht konkret aus der Tastuntersuchung (rektale Untersuchung), der PSA-Bestimmung aus dem Blut („Prostata-spezifisches Antigen“, ein Eiweißkörper) und der Ultraschalluntersuchung.

Grundsätzlich wird in verschiedenen Formen von Prostatakrebs unterschieden. Nicht jede Form ist lebensbedrohlich und muss sofort operativ behandelt werden. Dennoch soll die Erkrankung so früh wie möglich erkannt und die individuellen Tumoreigenschaften festgestellt werden. Danach richtet sich dann die maßgeschneiderte Therapie, die der Arzt gemeinsam mit dem Patienten unter Abwägung aller Vor- und Nachteile bespricht.

Ob sorgfältig beobachtendes Abwarten, medikamentöse Behandlung oder chirurgischer Eingriff: Heutzutage kann fast immer die funktionelle Harn-Kontinenz erhalten werden. Auch die Frage nach der Möglichkeit weiterer sexueller Aktivität und Potenz ist in vielen Fällen positiv zu beantworten.

### Weitere Informationen und Broschürenbestellung.

Sie haben Fragen und möchten sich informieren. Wir helfen Ihnen gerne weiter.

**Beratungstelefon: 0662/873536  
oder [beratung@krebshilfe-sbg.at](mailto:beratung@krebshilfe-sbg.at)**

BERATUNGSTELEFON: 0662-873536

**Ganz locker!**

**WAHRE MÄNNER GEHEN ZUR PROSTATAVORSORGE.**

**AUS LIEBE ZUM LEBEN.**

**www.LooseTie.at**

ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE SALZBURG

auch tatsächlich bereits einmal durchführen lassen (Quelle: Spectra, Krebs in Österreich, 2015). „Viele Männer empfinden Vorsorgebewusstsein nach wie vor leider immer noch als Schwäche und das wollen wir mit unserer Aktion verändern“, erläutert der Präsident der Krebshilfe Salzburg Univ.-Doz. DDr. Anton-H. Graf die Motive der

register gemeldet werden. Rund 1.200 Männer sterben pro Jahr in Österreich an Prostatakrebs.

Wissenschaftliche Erkenntnisse der letzten Jahre zeigen, wie wichtig es ist, sich für die Früherkennung Zeit zu nehmen, denn nur rechtzeitig erkannte Tumore können geheilt werden. Männer ab 45 sollten da-







Grow it, Show it, Support it!

## 6. Oberlippenbart Championship 2015



► **Alles neu macht nicht nur der Mai, sondern auch der Movember.** In Salzburg hat im November 2015 bereits zum sechsten Mal die große Oberlippenbart Championship stattgefunden.

Im Rahmen der weltweiten Movember-Kampagne wurde wieder auf die Wichtigkeit der Prostatakrebsvorsorge aufmerksam gemacht und Spenden für an Krebs erkrankte Männer (und deren Familien) gesammelt. Männer lassen sich bei Movember im November einen Oberlippenbart wachsen, um so auf die Wichtigkeit der Krebsvorsorge (Prostatakrebs) hinzuweisen. Diesmal wurde erstmals in den neuen Veranstaltungsräumlichkeitendes Casinos Salzburg gefeiert und ein völlig neues Veranstaltungskonzept umgesetzt.

Bisher feierte man in toller Clubatmosphäre im „Half Moon“, jetzt wurde die Oberlippenbart-Championship im Stile der 20er und 30er Jahre als Vintageparty im Casino umgesetzt. Die mehr als 400 Partygäste, die alle im Stile der 20er und 30er Jahre gekleidet waren, zeigten sich begeistert. Verantwortlich für die „Zeitreise“ zurück war Dominik Tamegger mit seinem „Cirque de

la nuit - The Original“. Die phantastischen Künstler sorgten von Beginn an für eine ansteckende und lebendige Partystimmung. In den Dienst der guten Sache stellte sich auch das Bar-Team des Clubs „Half Moon“, welches die Gäste herausragend betreut hat. Bevor dann bis tief in die Nacht hinein gefeiert wurde, wurden die Teilnehmer der Oberlippenbart Championship von einer Jury bewertet und ausgezeichnet.

Bewertet wurde natürlich auch der schönste Oberlippenbart. Die Gewinner wurden von Starmoderatorin Karin Kaswurm präsentiert, die gewohnt charmant durch den Abend führte. Freude gab es auch bei den Organisatoren, einer Gruppe aus Freunden des „Half Moon“ und der Krebshilfe Salzburg. „Wir hatten einen sensationellen Abend. Dass es am Ende so viele Spenden sein würden, haben wir selbst nicht erwartet. Wunderbar!“, freut sich stellvertretend für alle Moritz. Krebshilfe Geschäftsführer Stephan Spiegel dankte allen für eine großartige Spende von 25.000,- Euro. Die Gäste, die Organisatoren und Künstler, die Teilnehmer und die Krebshilfe Salzburg waren sich einig: Es war ein phantastischer Abend für das Leben.



Fotos: Daniel Huber



In 5.977 Fällen wurde persönlich informiert und betreut.

## Beratungen: Leistungsbericht 2015

► Die Krebshilfe Salzburg ist in allen Bezirken des Bundeslandes Salzburg mit einer Beratungsstelle vertreten. Damit wird ein großer Beitrag zur regionalen Unterstützung von an Krebs erkrankten Menschen, deren Angehörigen und interessierten Personen geleistet. Beratungsstellen gibt es derzeit in Hallein, Oberndorf, Salzburg, Schwarzach, Tamsweg und Zell am See. Zusätzlich bieten wir auch seit 2015 eine mobile Beratung an.

Alle Leistungen der Krebshilfe Salzburg konnten auch im vergangenen Jahr wieder kostenlos von jedem in Anspruch genommen werden.

Insgesamt wurden 1.050 persönliche Beratungen bzw. Begleitungen durchgeführt. Zusätzlich ermöglichten wir mit der Förderung einer Fachkraft an den Salzburger Landeskliniken eine persönliche Betreuung von 579 Patienten (HIOB Studie).

Bei 60 Veranstaltungen (Workshops, Gruppen, Themencafes, Präventionsveranstaltungen und -aktionen, Charities) waren 4.348 Menschen in persönlichem Kontakt mit uns. Unsere Workshopangebote wurden 372 mal besucht. Besonders erfolgreich dabei war wieder das regelmäßig stattfindende „Themencafé“. Hier wurde monatlich in lockerer Runde bei Kaffee und Kuchen über aktuelle Themen informiert. Dieses Angebot wurde im letzten Jahr von 148 Personen gerne angenommen.

Durch die erfolgreichen Medien-Kooperationen mit dem Magazin „Die SalzburgerIn“ (Gesundheitguide), der „Salzburger Woche“ (Prostatakrebsvorsorge) und dem regionalen TV-Sender RTS, erzielten wir eine Reichweite von über 1 Million Kontakten und konnten so vielfach über Krebs informieren.

### ► Beratung/Information nach Personengruppen

Patientinnen und Patienten*	663
Angehörige*	264
Helfer, Ärzte, Pfleger*	32
Sonstige Interessierte*	91
Veranstaltungen (60 Stück)	3.976
Workshops, Gruppen, Themencafes, Vorträge	372
Kontakte (HIOB Studie)	579
<b>Summe aller Kontakte:</b>	<b>5.977</b>
<b>*Beratungskontakte in Beratungsstellen</b>	<b>1.050</b>

### ► Anliegen in den Beratungsstellen

Prävention	5 %
Primärtherapie	55 %
Nachsorge / Remission	12 %
Rezidiv	5 %
Palliativ	8 %
Trauerarbeit	7 %
Vorstufen / Verdacht auf Krebs	1 %
Sonstiges	7 %

### ► Die häufigsten Tumorarten / Anliegen

Brustkrebs	31 %
Darmkrebs	8 %
Leukämie	8 %
Lungenkrebs	7 %
Lymphome	6 %
Bauchspeicheldrüsenkrebs	5 %
Prostatakrebs	4 %
Weitere, sonstige Tumore	26 %
Keine Tumorerkrankung	5 %

### ► Altersgruppen

18-30 Jahre	4 %
31-50 Jahre	31 %
51-70 Jahre	29 %
über 70 Jahre	5 %
keine Angabe, unbekannt	31 %

### ► Geschlecht

Frauen	80 %
Männer	20 %

### ► Kontaktart

Persönlich / Beratungsstelle	70 %
Persönlich / Telefon	18 %
Internet / Mail	4 %
Postalisch	8 %





**Finanzbericht 2015**  
**Mittelherkunft & Mittelverwendung**

# **SPENDEN HELFEN LEBEN.**

Österreichische Krebshilfe Salzburg (ZVR: 195639530)  
Mertensstraße 13  
5020 Salzburg  
office@krebshilfe-sbg.at  
Telefon: +43 (0)662-873535  
www.krebshilfe-sbg.at  
Spendenkonto: AT44 2040 4000 0000 4309  
Sparkasse Salzburg BIC: SBGSAT2SXXX  
Reg. Nr. (Spendenabsetzbarkeit): SO 2447



**ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE  
SALZBURG**





## Mittelherkunft – Mittelverwendung.

# Finanzbericht 2015

Die Österreichische Krebshilfe Salzburg finanziert die überwiegend mildtätigen Angebote und Leistungen durch Mitglieds- und Förderbeiträge, durch private Spenden und zu einem geringen Teil durch Subventionen des Landes sowie Spenden von Städten und Gemeinden. Der Großteil des Finanzbedarfs wird durch private Spenden und Sammlungen finanziert.

Im Jahr 2015 konnte der Verein Einnahmen in Höhe von 311.566,90 € verbuchen. Dazu wurden Rücklagen im Umfang von 42.500,00 € aufgelöst. Dem gegenüber standen Ausgaben in Höhe von 339.342,52 € und eine Bildung von Rücklagen im Umfang von 17.000,00 €. Damit ergibt sich ein Vereinsergebnis in Höhe von minus 2.275,62 €. Die Mittel wurden zu 72 Prozent für statuarische Zwecke verwendet. Weitere 21 Prozent wurden für die Spendenwerbung und Spenderinformation aufgewendet. Der Verwaltungsaufwand liegt bei geringen 7 Prozent.

### MITTELHERKUNFT

I.	Spenden	282.538,72 €
	(a) davon ungewidmete Spenden	250.490,09 €
	(b) davon gewidmete Spenden	32.048,63 €
II.	Mitgliedsbeiträge, Förderbeiträge	3.542,75 €
III.	Betriebliche Einnahmen	0,00 €
IV.	Subventionen öffentliche Hand (Land Salzburg)	18.640,00 €
V.	Sonstige Einnahmen	6.845,43 €
	a) davon Vermögensverwaltung (nach KEST)	2.279,84 €
	b) davon sonstige andere Einnahmen	4.565,59 €
VI.	Verwendung v. i. Vorjahren nicht verbr. zweckgewidmeten Mitteln	0,00 €
VII.	Auflösung von Rücklagen	42.500,00 €
<b>Summe Mittelherkunft 2015</b>		<b>354.066,90 €</b>

### MITTELVERWENDUNG

I.	Leistungen für statuarisch festgelegte Zwecke	238.582,83 €	67 %
	davon Information, Aufklärung, Prävention, Beratung, Begleitung	194.855,03 €	55 %
	davon Wissenschaft, Stipendium, Forschung	43.727,80 €	12 %
II.	Spenderinformation, Spendenwerbung	74.480,72 €	21 %
III.	Allgemeine Administration / Verwaltung	26.278,97 €	7 %
IV.	Sonstige Ausgaben	0,00 €	0 %
V.	Noch nicht verbrauchte zweckgewidmete Mittel	0,00 €	0 %
VI.	Zuführung zu Rücklagen (für statuarische Zwecke)	17.000,00 €	5 %
<b>Summe Mittelverwendung 2015</b>		<b>356.342,52 €</b>	

**Vereinsergebnis 2015** **-2.275,62 €**

Alle hier angeführten Zahlen und Daten wurden aus der Bilanz 2015 entnommen.

► [www.krebshilfe-sbg.at](http://www.krebshilfe-sbg.at) ► Beratungstelefon: +43 (0)662-873536





# SPENDEN? ABER SICHER!



Barbara Stöckl



Wer beim Spenden auf Nummer Sicher gehen möchte, achtet auf das Österreichische Spendengütesiegel. Denn es steht für Qualität, Transparenz und Kontrolle.

**Das sichere Zeichen für Spenden mit Sinn.**

## Österreichisches Spendengütesiegel.

Dieses in Österreich einzigartige Gütesiegel wird nach eingehender Prüfung (Kammer der Wirtschaftstreuhänder KWT) exklusiv an solche Spendenorganisationen verliehen, die eine sparsame Haushaltsführung sowie eine transparente und ordnungsgemäße Verwendung der Spenden nachweisen können. Die Prüfung erfolgt jährlich nach strengen Kriterien durch einen unabhängigen Prüfer. Wir dürfen bereits seit 13 Jahren das Spendengütesiegel führen.

## Spendenabsetzbarkeit.

Die Krebshilfe Salzburg ist laut Bescheid des Bundesministeriums für Finanzen vom 5.5.2014 bis auf Weiteres als sogenannter „Begünstigter Empfänger“ (im Sinne des Vorliegens der Voraussetzungen nach § 4a Z. 3 und 4 EStG; Registriernummer SO 2447) anerkannt. Spenden an die Krebshilfe Salzburg sind damit steuerlich absetzbar. Insgesamt können Sie bis zu 10 Prozent Ihres steuerpflichtigen Einkommens als Spende von der Steuer absetzen. Bei Fragen helfen wir Ihnen gerne weiter und beraten Sie bezüglich einer Spende. Spendentelefon: +43 (0)662-873535.

### ZAHLUNGSANWEISUNG AUFTRAGSBESTÄTIGUNG

EmpfängerIn Name/Firma	
Krebshilfe Salzburg	
IBAN EmpfängerIn	
AT442040400000004309	
BIC (SWIFT-Code) der Empfängerbank	
SBGSAT2SXXX	
EUR	Betrag   Cent
Zahlungsreferenz	
IBAN KontoinhaberIn/AuftraggeberIn	
Verwendungszweck	
Spende für an Krebs erkrankte Menschen in Not.	
Ihre Spende an die Krebshilfe Salzburg ist steuerlich absetzbar. Bitte Beleg aufbewahren. Registernummer: SO 2447.	

AT  ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE SALZBURG

### ZAHLUNGSANWEISUNG

EmpfängerIn Name/Firma	
Österreichische Krebshilfe Salzburg	
IBAN EmpfängerIn	
AT 4 4 2 0 4 0 4 0 0 0 0 0 0 4 3 0 9	
BIC (SWIFT-Code) der Empfängerbank	Ein BIC ist verpflichtend anzugeben, wenn die IBAN EmpfängerIn ungleich AT beginnt
SBGSAT2SXXX	EUR Betrag   Cent
Ihre Spende an die Krebshilfe Salzburg ist steuerlich absetzbar. Name und Anschrift daher bitte gut lesbar ausfüllen und Beleg aufbewahren.	
Spendenzweck Widmung, Aktion	
Jahresbericht 2015	
PLZ	Adresse Ort, Anschrift
IBAN KontoinhaberIn/AuftraggeberIn	
KontoinhaberIn/AuftraggeberIn Name/Firma	
0 0 6	
30+ Betrag   Beleg +	
Unterschrift Zeichnungsberechtigter	



*Es ist viel zu tun. Bitte helfen Sie.*

## Spendenmöglichkeiten.



Die Österreichische Krebshilfe Salzburg finanziert sich überwiegend durch private Spenden und Zuwendungen. Wir sind daher auf die Hilfe vieler angewiesen. Nur so können die kostenlosen Leistungen für an Krebs erkrankte Menschen finanziert und angeboten werden. Helfen bitte auch Sie mit Ihrer Spende.

### Erlagscheinspenden

Spenden mit dem Erlagschein sind die häufigste Art. Hierbei überweisen Sie entweder mit einem Erlagschein oder durch Bareinzahlung direkt auf der Bank Ihre Spende an uns. Natürlich können Sie auch mittels Telebanking oder Dauerauftrag an uns spenden. Sollte Sie einen Erlagschein für Ihre Spende wünschen, so senden wir Ihnen diesen gerne zu.

### Kranz- / Blumenspenden

Oft verzichten Hinterbliebene auf Kranz- und Blumenspenden und bitten die Trauergemeinde stattdessen um Spenden für die Krebshilfe Salzburg. Sollten auch Sie sich für diese Unterstützung entscheiden, so senden wir Ihnen gerne die notwendigen Informationen

zu. Am Besten ist aber ein kurzes Telefonat mit uns, bei dem wir alles persönlich besprechen können.

### Feiern / Charities

Was gibt es Schöneres als eine Feier zu haben und diese mit einem guten Zweck zu verbinden? Sie helfen damit nicht nur notleidenden Menschen, Sie zeigen auch Ihren Freunden, dass Sie sich sozial engagieren. Selbstverständlich stehen wir Ihnen bei der Organisation helfend zur Seite, wenn Sie dies wünschen.

### Weihnachtskarten

Eine weitere Möglichkeit, unsere Arbeit zu unterstützen, ist die Verwendung von Weihnachtskarten bzw. Weihnachtsbillets der Krebshilfe Salzburg. Diese können Sie gerne gegen eine Spende bei uns

beziehen. Für Firmen und Großauflagen bieten wir eine Individualisierung an. Aktuelle Motive finden Sie im Internet unter [www.krebshilfe-sbg.at](http://www.krebshilfe-sbg.at).

### Mitglieds- und Förderbeiträge

Werden Sie Fördermitglied. Mit Ihrem Mitgliedsbeitrag helfen Sie direkt und persönlich.

### Sammlungen

Jedes Jahr gehen hunderte Schülerinnen und Schüler aus vielen Schulen für die Krebshilfe sammeln. Unterstützen auch Sie uns und nehmen Sie an der Krebshilfe Sammlung teil. Bitte nehmen Sie dazu Kontakt mit uns auf. Wir informieren Sie dann gerne über den Ablauf der Sammlung.

### Spendenkonto / Information

Krebshilfe Salzburg  
Mertensstraße 13  
5020 Salzburg  
Telefon: +43 (0)662-873535  
Beratung: +43 (0)662-873536  
Internet: [www.krebshilfe-sbg.at](http://www.krebshilfe-sbg.at)  
Mail: [office@krebshilfe-sbg.at](mailto:office@krebshilfe-sbg.at)

**IBAN: AT44 2040 4000 0000 4309**

**BIC: SBGSAT2SXXX**

**Sparkasse Salzburg**



Die letzte Phase des Lebens würdevoll gestalten.

## Palliativmedizin bei Krebs

► Trotz verbesserter Früherkennung und Therapie, versterben rund dreißig Prozent der Menschen an den Folgen einer Krebserkrankung. Die letzte Phase des Lebens kann durch offene Kommunikation zwischen dem Patienten, seinen Angehörigen und den Ärzten so gestaltet werden, dass Leid verhindert oder gelindert wird, dass wichtige Dinge bewusst erledigt werden können oder spirituelle Wünsche erfüllt werden.

Die palliative Behandlung versteht das Sterben als natürlichen Teil des Lebens. Der Tod wird weder um jeden Preis hinausgezögert noch willentlich herbeigeführt. Die Betreuung ist individuell auf Betroffene und ihre Angehörigen ausgerichtet und wird von ihnen mitgestaltet. In der Palliativmedizin geht es um die aktive, ganzheitliche Versorgung von Patienten, deren Krankheit auf eine kurative Behandlung nicht mehr anspricht. Im Vordergrund stehen dabei die Schmerz- und



Foto: fotolia, R. Kneschke



Symptombehandlung sowie die Linderung von psychischen, sozialen und spirituellen Problemen. Das Ziel ist die größtmögliche Le-

bensqualität für die Patienten und ihre Angehörigen. Wenn die Heilung einer schweren, weit fortgeschrittenen Krankheit nicht mehr möglich ist, bedeutet das nicht das Ende aller medizinischen Maßnahmen. Speziell in dieser Krankheitsphase muss eine Weiterbehandlung erfolgen, um körperliches wie psychisches Leid zu lindern. Die palliativmedizinische Betreuung ist aber nicht nur dazu da belas-

tende Symptome wie Schmerzen, Übelkeit, Atemnot und Müdigkeit zu lindern, sie bietet auch soziale, psychologische Begleitung an.

Weitere Informationen und die Broschüre „Palliative Versorgung“ erhalten Sie bei der Krebshilfe Salzburg.

**Beratungstelefon: 0662/873536**  
oder [beratung@krebshilfe-sbg.at](mailto:beratung@krebshilfe-sbg.at)

## MITTELPUNKT MENSCH

### UNSERE BERATUNGSSCHWERPUNKTE

- Stress, Burnout
- Rauchstopp
- Umgang mit Demenz
- Erhöhter Blutzucker / Diabetes
- Ernährungsumstellung / Diäten
- Bluthochdruck
- Case Management (Einzelfallbetreuung)

Vereinbaren Sie einen persönlichen Termin: Tel: 0662 8889-8800



GIZ – Die Service-Einrichtung der Salzburger Gebietskrankenkasse

[www.sgkk.at](http://www.sgkk.at)  
[www.facebook.com/sgkkgiz](https://www.facebook.com/sgkkgiz)



Foto: fotolia, altanaka

*Die Schwächsten müssen oft die Stärksten sein.*

## Mama, Papa hat Krebs

► Die Diagnose „Krebs“ trifft wie ein Blitz, ohne Vorwarnung. Sie löst einen Schockzustand aus. Jedes Jahr sind rund 800 Kinder und Jugendliche im Bundesland Salzburg mit einer Krebserkrankung der Eltern konfrontiert. Unterstützung kommt von der Krebshilfe Salzburg.

Wie wird es weitergehen? Muss ich jetzt sterben? Wie sage ich es meiner Familie, den Kindern? Verliere ich meinen Arbeitsplatz? Angst, Wut, Verzweiflung, Hoffnung, die Diagnose Krebs ist eine emotionale Achterbahn. Nicht nur der betroffene Mensch selbst leidet, sondern sein gesamtes Umfeld, seine Angehörigen, die Familie. Für Kinder ist die Erkrankung von Mama oder Papa eine schwere, oft sogar traumatische Belastung. Ruhe und die Möglichkeit sich zu regenerieren, sollten für einen krebserkrankten Menschen an erster Stelle stehen. Die Realität sieht leider oft anders aus. Der Di-

agnoseschock, die Angst vor dem was kommen könnte, die medizinischen Untersuchungen und Therapien und die Unsicherheit über den Behandlungserfolg schwächen den erkrankten Menschen sehr. Viele notwendige Wege belasten zusätzlich, jeder kleine Schritt wird zur Herausforderung. „Genau hier setzen wir mit unserer mobilen Familienberatung an. Wir gehen zu den erkrankten Menschen nach Hause und entlasten sie so enorm“,

erläutert Krebshilfe Geschäftsführer Stephan Spiegel. „Wir übernehmen Wege für die Patienten und sind persönlich da, wenn man uns braucht.“ Mit dem Projekt „Mama, Papa hat Krebs“ begleitet die Krebshilfe Salzburg Kinder und Eltern während und nach einer Krebserkrankung.

„Viele Eltern fragen uns, ob sie offen mit den Kindern über die Erkrankung spre-



### Kinderwünsche an Erwachsene

- Sprich mit mir, ich gehöre auch zur Familie.
- Sag mir bitte die Wahrheit. Das ist schwer für mich, aber leichter, als mit meiner großen Angst alleine zu sein.
- Komm zu mir und frage mich, ob ich etwas wissen will. Ich traue mich nicht immer, Dich zu fragen, weil ich Angst habe.
- Mitunter will ich etwas auch nicht wissen. Dann lass es bitte gut sein und akzeptiere auch das.
- Sag mir, dass ich nicht schuld bin an Deiner Erkrankung.
- Bitte sag mir doch, was ich tun kann, damit es Dir etwas besser geht. Ich möchte helfen.
- Manchmal möchte ich auch nur mit meinen Freunden spielen oder einen Ausflug machen. Ich möchte Spaß haben und toben. Bitte verstehe das. Das ist normal. Das heißt nicht, dass ich mir keine Sorgen mache oder ich Dich nicht mehr lieb habe.
- Bitte sag mir, wer auf mich aufpasst oder mir das Essen macht, wenn Du einmal nicht da sein solltest. Wer bringt mich in die Schule oder den Kindergarten?



chen sollen. Hier gibt es nur eine Antwort: Ja. Kinder spüren, wenn man ihnen etwas verheimlicht. Sie spüren, dass sich in der Familie etwas verändert hat, beginnen sich zu ängstigen und nach Gründen zu suchen, warum man mit ihnen nicht spricht“, erläutert die Krebshilfe-Psychonkologin Martha Lepperdinger. Je nachdem welcher Elternteil an Krebs erkrankt ist, entstehen auch im Alltag gravierende Veränderungen. Für jüngere Kinder sind es die Fragen des täglichen Ablaufs: Wer kocht für mich, wer holt mich vom Kindergarten ab? Für ältere Kinder oder Jugendliche sind es die Sorgen um den Erkrankten selbst. Sie übernehmen dann oft Aufgaben im Haushalt oder Pflegedienste. Sie wollen helfen und tragen so zu viele Pflichten und eine zu große

Verantwortung. Hier sind Hilfe und Verständnis wichtig. „Kinder müssen verstehen, dass sie nicht schuld



an der Erkrankung von Mama oder Papa sind. Aber auch Eltern müssen verstehen, dass es wichtig ist, die Kinder Kind sein zu lassen. Das ist oft ein schwerer Weg für alle Beteiligten“, betont die Psychonkologin, die sich an einen besonders tragischen Fall erinnert: Eine allein-

erziehende Mutter hatte wegen ihrer Erkrankung nur ein geringes Einkommen. Die Kosten der Krankheit hatten die Familie in eine finanzielle Schieflage gebracht. Wegen der vielen Krankenhausaufenthalte wurden einige Mahnungen nicht wahrgenommen, Fristen verstrichen. Dann kam die Räumungsklage für die Wohnung. Plötzlich brach eine Welt zusammen. Trotz schwerster Erkrankung sollte die Mutter mit ihren beiden Kindern ausziehen, doch die Krebshilfe Salzburg konnte helfen.

Die Familie durfte in der Wohnung bleiben. Eine große Erleichterung für alle.

Immer mehr Menschen benötigen finanzielle Unterstützung, da sie sich ihre Krebserkrankung im wahrsten Sinn des Wortes nicht

# ÖKO TRIFFT LEISTUNG



**DER NEUE BALENO. Vereint Gegensätze.**

Die Entscheidung zwischen Umwelt und Fahrspaß war nie einfacher. Der neue 1.0-Liter-Boosterjet und auch der 1.2-Liter-Dualjet Motor verbinden große Leistung mit kleinem Durst. Und dank dem neuen kraftstoffeffizienten Mild Hybrid System wird sogar der morgendliche Stop-and-Go-Verkehr zum Vergnügen. Der neue Suzuki Baleno vereint eben Gegensätze. Auch beim Preis. Viel Auto schon ab € 13.690,-\*. Mehr auf [baleno.suzuki.at](http://baleno.suzuki.at)

Verbrauch „kombiniert“: 4,0-4,9 l/100 km, CO<sub>2</sub>-Emission: 94-115 g/km.



**SUZUKI**

Way of Life!

\* Unverbindlich empfohlener Richtpreis in Euro inkl. 20% MwSt. und NOVA sowie inkl. der Maximalbeträge für § 6a NOVAG - Ökologisierungsgesetz. Mehr Informationen bei Ihrem Suzuki Händler oder auf [www.suzuki.at](http://www.suzuki.at). Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten. Symbolfoto.

**FIX**  
Suzuki Fixpreis

**F**  
Suzuki Finanzierung

**V**  
Suzuki Versicherung



Foto: fotolia, contrastwerkstatt



## Mama, Papa hat Krebs. Wir brauchen Ihre Unterstützung.

Zur Finanzierung unserer Angebote sind wir auf die Hilfe vieler angewiesen. Bitte unterstützen Sie uns mit Ihrer Spende oder werden Sie Förderer. Wir suchen Menschen, Firmen oder Institutionen, die uns dabei helfen, das Projekt „Mama, Papa hat Krebs“ (mobile Familienberatung) langfristig zu finanzieren.

**Gerne informieren wir Sie persönlich über die Möglichkeiten einer Unterstützung.**  
**Telefon: +43 (0)662 873535**



leisten können, oft zusätzlich noch den Arbeitsplatz verlieren. Die finanziellen Alltagsorgen behindern die Genesung der erkrankten Personen. „Auch hier helfen wir, um Familien zu entlasten und Kindern eine möglichst unbelastete Kindheit zu schenken. Um all dies leisten zu können, sind wir auf die Hilfe vieler angewiesen. Ohne Spenden gäbe es unsere Leistungen nicht“, sagt Spiegel.

### Mobile Hilfe für alle Erkrankten

Hilfe bekommt die Krebshilfe Salzburg auch von Suzuki Austria. Ende des letzten Jahres wurde ein S-Cross Diesel Allrad an die Krebshilfe übergeben. Suzuki Marketingleiterin Mag. Barbara Thun-Hohenstein freut sich, der Krebshilfe Salzburg helfen zu können. „Es ist Suzuki ein besonderes Anliegen, Menschen in Not zu helfen. Das neu gegründete Projekt der mobilen Familienberatung ist ein wichtiger und notwendiger Schritt für rasche Hilfe. Wir sind davon begeistert und unterstützen dies sehr gerne! Wir freuen uns über die Zusammenarbeit und hoffen mit unserem Beitrag möglichst vielen Menschen helfen zu können.“ Selbstverständlich unterstützt die

Krebshilfe mit ihrer mobilen Beratung alle an Krebs erkrankten Menschen. „Niemand muss mit einer Krebserkrankung allein fer-



Astrid Pillinger und Mag. Barbara Thun-Hohenstein (Mitte, beide Suzuki Austria) übergeben das neue Beratungsfahrzeug an Martha Lepperdinger und Stephan Spiegel (Krebshilfe).

tig werden. Gerade bei vielen alleinstehenden älteren Menschen ist es sehr wichtig, dass wir vor Ort helfen können. Krebs bedeutet für diese Menschen oft die totale Isolation, weil sie keine Kraft mehr haben, die eigene Wohnung zu verlassen und sich zurückziehen“, sagt Lepperdinger.

### Mama, Papa hat Krebs.

Weitere Informationen, Hilfe und zur Terminvereinbarung wenden Sie sich bitte an eine unserer Beratungsstellen. Zögern Sie bitte nicht. Wir helfen gerne weiter.

**Beratungstelefon & Email:**  
**+43 (0)662-873536**  
**beratung@krebshilfe-sbg.at**



*Der Tod reißt eine Lücke, doch die Liebe bleibt ewig.*

## Mit einem Testament oder einer Schenkung helfen

► Sie möchten Gutes tun und über die Grenzen des eigenen Lebens hinaus in vielen Herzen von Menschen anwesend sein? Das ist möglich. Durch Schenken oder Vererben können Sie Menschen, die auf Ihre Hilfe angewiesen sind unterstützen und helfen.

Immer mehr Österreicher bedenken in ihrem Testament gemeinnützige Organisationen. Im Jahr 2013 wurden Non-Profit-Organisationen mit Erbschaften und Vermächtnissen in der Höhe von 50 Millionen Euro unterstützt, wie eine Erhebung des Fundraising Verbands Austria zeigt. Die österreichische Initiative „Vergissmeinnicht“, bei der auch die Österreichische Krebshilfe Salzburg mitwirkt, will auf die Möglichkeit der Testamentsspenden aufmerksam machen. „Wir beobachten immer mehr Interesse an dieser Spendenform. Immer mehr Menschen wollen über Testamente spenden und so über den Tod hinaus Gutes tun“, sagt der Geschäftsführer der Krebshilfe Salzburg Stephan Spiegel.

Testamentsspenden sind für uns besonders nachhaltig, da es sich öfter um größere Beträge handelt. Damit können Hilfeleistungen langfristig finanziert werden. Die Hilfe ist also nicht nur kurzfristig, sondern über einen längeren Zeitraum möglich. Gerade bei den vielen an Krebs erkrankten Menschen ist das von großer Bedeutung.

Bei den Motiven, warum mit einem Testament geholfen wird, ist „Guter Wille“ als wichtigstes Motiv feststellbar und damit auch nach dem Ableben der Gesellschaft etwas zurückgeben zu können. Rund acht Prozent der über 40-Jährigen können sich laut einer Erhebung (market Institut) vorstellen, neben ihren Angehörigen auch eine gemeinnützige Organisation in ihrem Testament zu bedenken.



Als wichtigsten Grund führten 38 Prozent der Befragten ihren „guten Willen“ ins Treffen und damit auch nach ihrem Ableben der Gesellschaft etwas zurückgeben zu können. Weitere 15 Prozent nannten als Motiv, keine Familienangehörigen zu haben. Als zusätzliche Motive wurden „Damit kein Geld an den Staat geht“ und „Weil ich einen persönlichen Bezug zu einer Organisation habe“ genannt.

Trotzdem wissen noch viel zu wenige Menschen über diese Spendenform und ihre rechtlichen Aspekte Bescheid. „Die Krebshilfe Salzburg bietet deshalb eine persönliche und unabhängige Beratung an“, so Spiegel.

Vererben und Schenken bedeutet Vertrauen. Die Österreichische Krebshilfe Salzburg ist ein verlässlicher Partner. Wir erfüllen auch im Umgang mit Erbschaften und Schenkungen unsere Aufgaben mit großer Sorgfalt und sehr gewissenhaft. Wir handeln ausschließlich in Ihrem Sinne.

Gerne stehen wir Ihnen in diesen sensiblen Fragen unsere Erfahrung zur Verfügung. Sie können darauf vertrauen und sich verlassen, dass wir Sie, Ihren Willen und Ihre Entscheidungsfreiheit in allen Phasen vollumfänglich respektieren. Seit 106 Jahren ist die Österreichische Krebshilfe für an Krebs erkrankte Menschen und deren Familien da. Helfen auch Sie mit Ihrem letzten Willen und Ihrem Vermächtnis, dass vielen anderen Menschen geholfen werden kann.

Ihr Wille zu helfen wird von uns treuhändisch und liebevoll umgesetzt. Aus Liebe zum Leben.

**Wir informieren Sie gerne und stehen Ihnen zur Seite.**  
**Österreichische Krebshilfe Salzburg (ZVR: 195639530)**  
**Mertensstraße 13,**  
**5020 Salzburg.**  
**Telefon: +43 (0)662 873535 oder**  
**Email: [office@krebshilfe-sbg.at](mailto:office@krebshilfe-sbg.at)**





*Die Kraft der Inneren Kraft.*

## **Musik und Entspannung bei Stress und Schmerzen**

► Musik zählt zu den ältesten Kulturgütern der Menschheit. Die ältesten als solche identifizierten Musikinstrumente werden auf ein Alter von 50.000 Jahren datiert. Dazu zählen Funde wie z. B. ein in der Ukraine gefundener Mammutschädel, der als Trommel verwendet wurde, oder Flöten aus Vogelknochen. Den Ursprung der Musikwirkung vermuten Forscher in einer bereits im Mutterleib stattfindenden Konditionierung des Fötus auf die akustischen Signale und Rhythmen im Mutterleib, wie den mütterlichen Herzschlag, ihren Atemrhythmus und die Sprache. Musik und Rhythmen entfalten direkt, unter Umgehung des Intellektes, eine affektive (gefühlbezogene, nicht rationale) Wirkung auf den Menschen und vermitteln emotionale Informationen.

### **Welche Wirkung hat Musik auf den Menschen?**

Musik spricht uns auf den verschiedenen Ebenen unseres Seins an und richtet sich direkt an den ganzen Menschen und seine körperlichen, emotionalen und geistigen Funktionen. Musik und ihre Rhythmen können Körper und Seele auf Grund der psychophysiologischen Wechselwirkungen aktivieren, aber auch beruhigen. Sie können die Stimmung positiv beeinflussen und trübsinnige Gedanken zurückdrängen. So wirken schnelles Tempo, häufige Tempowechsel und tänzerischer Dreiertakt anregend, während zweizeitige Taktarten in gleichmäßigem Tempo unterhalb der Herzfrequenz beruhigen. Laute Musik mit starken Akzenten stimuliert, sanfte, pulsierende Musik mit geringer Lautstärke entspannt. Weite, eher aufwärts gerichtete melodische Sprünge aktivieren, eher abwärts gerichtete Tonschritte dämpfen Erregung. Musik hilft bei Einsamkeit, kann von Sorgen und Problemen ablenken und das Gefühl des Dazugehörens zu einer Gemeinschaft vermitteln.



### **Wird Musik heute im klinischen Alltag eingesetzt?**

Ja, diese Erkenntnisse werden heute bereits zunehmend im Rahmen der Musiktherapie angewendet. Musik kann anxiolytisch (angstlösend) wirken, was in vielen klinischen Studien durch Analysen der entsprechenden Hormonspiegel belegt werden konnte. So kann Musik z. B. im Rahmen der Operationsvorbereitung

von Angst verursachte Verspannungen verringern und nach einer Operation eine Dosisreduktion von Beruhigungs- und Schmerzmedikamenten bewirken, besonders in Verbindung mit einer Entspannungsanleitung oder Phantasiereise. Musik und Entspannung helfen also, den Menschen zu beruhigen und Ängste und Schmerzen zu nehmen.

### **Musik und Entspannung helfen uns also?**

Ja, Musik und Entspannung reduzieren bei regelmäßiger Anwendung Stress, Ängste und Schmerzen. Vor allem in Verbindung mit inneren Bildern werden die Gedanken in ruhigere Bahnen gelenkt, Ruhe und Wohlbefinden werden gefördert, der Schlaf erholsamer. Dies ist vor allem dann wichtig, wenn eine Stressbelastung vorliegt. Egal, ob in einer Alltagssituation, in Belastungs- und Prüfungssituationen, vor und nach Operationen, bei Stress

der durch Schmerzen oder Ängste hervorgerufen wird. Diese Liste ließe sich noch fast beliebig verlängern.

### **Wie können Krebspatienten Musik nutzen?**

Krebspatienten haben einen enormen Stress. Sie haben Ängste, Sorgen und Nöte. Der ganze Körper und die Psyche sind in einem Ausnahmezustand. Die ganze verfügbare Energie wird im Kampf gegen die Krankheit verwendet. Dies führt zu einer Art Dauerstress. Beim Sport als Eustress erwünscht, in Gefahrensituationen – Distress – überlebensnotwendig – als Dauerbelastung, zB. eben bei einer Krebserkrankung – ebenfalls Distress – krankheitserregend, bewirkt Stress als Dau-



erstress aber Schaden. Es kommt im Rahmen der individuellen Stressreaktion zu einer vegetativen und hormonellen Aktivierung, zu einer dauerhaften Alarmierung unseres Organismus, einer ständigen Bereitschaft ohne Ausführung, die langfristig zu Erschöpfung führt. Krebspatienten verlieren also durch den Stress enorm viel Energie und Kraft, die sie für den Therapieprozess gut gebrauchen könnten. Viele Patienten berichten von enormer Erschöpfung und Kraftlosigkeit. Gleichzeitig aber sind sie angespannt und belastet. Musik und Entspannung wirken hier Wunder. Durch ihren Einfluss auf unser vegetatives Nervensystem können sich durch Ängste oder Schmerzen ausgelöste Verspannungen lockern. Das durch die angenehme Musik unmittelbar angesprochene limbische System leitet eine Muskelrelaxation ein, es kommt nach und nach zu einem angenehmen Wärmegefühl. Parallel balancieren sich weitere vom Vegetativum gesteuerte Prozesse aus. Das Herz-Kreislaufsystem und die Atmung harmonisieren sich, die Ausschüttung von Stresshormonen und Bo-

tenstoffen wie Adrenalin, ACTH und Cortisol nehmen ab, das Wohlbefinden nimmt zu. Kombiniert man Musik mit weiteren Entspannungsübungen, wird dieser Effekt nochmals deutlich verbessert. Eine Möglichkeit ist hier QiGong.

### CDs zur Entspannung bei Schmerzen und Stress

Diese wissenschaftlich getesteten CDs wurden mit dem Schwerpunkt auf Schmerzlinderung entwickelt und haben sich in jahrelangem Einsatz nicht nur bei akuten sondern vor allem auch bei chronischen Schmerzen bewährt. In einer Untersuchung an frisch operierten Patienten zeigte sich eine Reduktion der benötigten Schmerzmedikation um mehr als 50 Prozent und eine Reduktion der benötigten Beruhigungs- und Schlafmedikation um mehr als 60 Prozent.

#### Ein Gespräch mit

**Mag. Franz Wendtner**

*Klinischer- und Gesundheitspsychologe,  
Psychotherapeut, Psychoonkologe*



### Schmerz- und Stressbewältigung bei Krebs

Für weitere Informationen, Hilfe und zur Terminvereinbarung wenden Sie sich bitte an eine unserer Beratungsstellen. Zögern Sie nicht. Wir helfen gerne weiter.

**Beratungstelefon: 0662/873536  
oder [beratung@krebshilfe-sbg.at](mailto:beratung@krebshilfe-sbg.at)**

## Erholen. Kraft tanken. Ziele setzen.

Die Diagnose einer Krebskrankheit stellt einen tiefen Einschnitt im Leben eines Menschen dar. Fragen nach den Ursachen der Erkrankung, nach den Auswirkungen auf Körper, Seele und Partnerschaft und oft auch Angst vor den Folgen der Behandlung bewegen unsere Patienten.

Nach Operation, Strahlen- oder Chemotherapie sind viele Menschen geschwächt und verunsichert, wie das Leben weitergehen wird. Neben körperlichen Beschwerden können Zukunftsangst und Depression auftreten, dabei werden heute mehr als die Hälfte der an Krebs Erkrankten dauerhaft geheilt. Sogar mit fortgeschrittener Tumorerkrankung und Metastasen können viele Menschen auf ein weitgehend normales und erfülltes Leben mit der Erkrankung hoffen.

Als onkologisches Rehabilitationszentrum wollen wir unseren Patientinnen und Patienten in allen Belangen rund um die Erkrankung zur Seite stehen. Ärztliche und pflegerische Behandlung, psychoonkologische Betreuung, Physio- und Ergotherapie, Diätologie, Kunst- und Musiktherapie werden dabei zu einem ganzheitlichen Therapiekonzept nach individuellen Bedürfnissen integriert.

Unsere Ziele sind die Rückkehr unserer Patienten in ein normales Leben, die nachhaltige Bewältigung des Alltags, die Wissensvermittlung zu Krankheitsursachen und Lebensgestaltung und das Erreichen eines gesunden Lebensstils.



Körperliche Aktivierung

Entspannung

Lebensstilberatung

Informationen zur Antragsstellung erhalten Sie unter +43 (0)6415/ 50300 oder unter [www.onko-reha-stveit.at](http://www.onko-reha-stveit.at)

Eine Gesundheitseinrichtung der VAMED und der SALK



DANKE! Viele haben wieder tatkräftig geholfen.

## Tolle Spendenaktionen 2015

Auch im vergangenen Jahr haben wieder viele engagierte Menschen mit eigenen Charity Aktionen und Sammlungen dazu beigetragen, dass wir Menschen in Not schnell helfen konnten. Wir danken allen Helfern und Unterstützern für viele großartige Ideen.

► Mehr als 250 Salzburger folgten der Einladung des „**CLUB SALZBURG**“ zum Sommerfest 2015 in Wien. Die beiden Vizepräsidentinnen des Clubs, Ulrike Domany-Funtan und Gertraud Leimüller, konnten zahlreiche Ehrengäste begrüßen, insbesondere Salzburgs Landeshauptmann Dr. Wilfried Haslauer. Auf Initiative von Mag.



Roland Rauch (Tourismuschef von Mittersill) wurde der Erlös der Sommerfest-Tombola an die Krebshilfe Salzburg gespendet. Mag. Roland Rauch und DDr. Karl Gollegger (Club Salzburg) konnten eine großzügige Spende von 2.400 Euro an Krebshilfe GF Mag. Stephan Spiegel übergeben.

► Beim **FRAUENFITNESS-STUDIO CURVES** wird nicht nur geschwitzt und sanft etwas für die eigene Gesundheit getan. Die Frauen unterstützten auch wieder die Idee von Studio Inhaberin Mag. Marion Handlos etwas für an Krebs erkrankte Frauen zu tun. „Wir wissen, wie wichtig die sportliche Betätigung und regelmäßiges Training des Körpers in der Krebsprävention aber auch in der Therapie und Nachsorge sind. Daher ist es uns ein großes Anliegen, die Krebshilfe zu unterstützen. Wir sehen, dass hier viel für Krebspatientinnen getan wird und unsere Spenden direkt bei den Betroffenen ankommen, dort wo sie benötigt werden“, freut sich eine glückliche Marion Handlos. CURVES unterstützte die Krebshilfe durch eine Sammelaktion und einen Stand am Maxglaner Straßenfest. Zudem stellte CURVES Räumlichkeiten für die Krebshilfe-Entspannungsgruppen zu Verfügung. Im Namen aller Frauen, die daran teilgenommen haben: Herzlichen Dank!



► „Wenn ihr auch tolle Artists, Djs, Hip Hop Musik und Künstler/innen live sehen wollt, dann besucht das **HIP HOP JAM** Salzburg“. So kündigte Ugur Atac (Organisator) die Veranstaltung Gunsten der Krebshilfe Salzburg an. Wir danken für das tolle Schulprojekt, das Hip Hop Jam und eine Spende von 1.000 Euro.

*Danke an alle, die uns im letzten Jahr so herzlich und mit so viel Engagement unterstützt haben.*

*Nur mit der Hilfe  
Vieler können  
wir helfen.*

► Der Salzburger Frauenlauf „**FRAU LÄUFT**“ macht nicht nur viel Spaß, „Frau läuft“ ist nicht nur gesund, „Frau läuft“ sammelt auch noch Spenden für die Arbeit der Krebshilfe Salzburg. Und das überaus erfolgreich. Wir freuen uns gemeinsam mit Veranstalterin Ruth Langer über eine wieder sehr gelungene Bewegungsaktion im Volksgarten Salzburg.

Bei der Laufveranstaltung waren 2015 über 1.600 Frauen dabei. Bei der Siegerehrung überreichten Ruth Langer, Organisatorin Karin Walkner und Petra Fuchs vom Sponsor Oberbank einen Scheck von 5.580 Euro an die Krebshilfe Salzburg. Wir danken allen, die geholfen und gespendet haben.







Fotos: Roland Holz, WINWIN

► **WINWIN Geburtstagsfeier.** Bereits zum 7. Mal war die Krebshilfe im WINWIN Zell am See zu Gast. Bei der schon traditionellen Charityveranstaltung, die diesmal unter dem Motto „Las Vegas Night“ stand, waren Liedermacher Manfred Kirchmeyer, DJ Gejoka und das Casino Austria mit einem Spieltisch dabei. Kulinarisch verwöhnt wurden die Gäste durch das Team vom Cafe „Seegasse“ in Zell am See. „Es war ein toller Abend mit viel guter Laune. Wir danken allen Gästen und Sponsoren, die dazu beigetragen haben. Wir sind stolz, der Krebshilfe Salzburg wieder einen großen Spendenbetrag von 4.500 Euro übergeben zu können“, freute sich WINWIN Outlet Manager Mag. Daniel Haslinger am Ende des Abends zusammen mit Krebshilfe Geschäftsführer Mag. Stephan Spiegel. Mit dabei war auch der Zeller Bürgermeister Peter Padourek und Toni Urdl mit seinem Charity-Bingo-Spiel.



► Als die Veranstalter des „**ELECTRIC LOVE-FESTIVALS**“ in Salzburg hörten, dass wir gemeinsam mit den vielen tausend Besuchern des Festivals etwas für Kinder tun wollen, deren Eltern an Krebs erkrankt sind, zögerten sie nicht lange. Es wurde eine Kooperation vereinbart, um die Arbeit der Krebshilfe in Salzburg zu unterstützen. Neben dem ausgiebigen und fröhlichen Feiern kam der karitative Gedanke nicht zu kurz! Wir danken für die großartige Hilfe und Unterstützung und eine Spende von 35.000 Euro für unsere Arbeit mit an Krebs erkrankten Menschen.



► Advent ist Spendenzeit. Die Österreichische Krebshilfe Salzburg war auch 2015 wieder am **CHRISTKINDLMARKT** vertreten. Zentral am Residenzplatz in Salzburg, unter der großen Tanne, wurde die liebevoll gestaltete „Krebshilfe-Alm“ mit der großen Tombola aufgebaut. Die vielen Krebshilfe Engel hatten immer viel zu tun. Christkindlmarkt Obmann Wolfgang Haider und Krebshilfe Präsident Univ.-Doz. DDr. Anton-H. Graf schicken einen „Wunscheball“ zum Christkind. Auf kleinen Wunschzetteln konnten 2015 an Ballonen hängend, Wünsche an das Christkind gesendet werden.

► Eine große Hilfe für krebserkrankte Menschen ist das Engagement von Rockbarde Manfred Kirchmeyer. Der Salzburger Liedermacher unterstützte die Krebshilfe durch eine Spende. Beim **SAISON-ABSCHLUSSKONZERT** in Altenmarkt wurde der gesamte Erlös des CD-Verkaufs gespendet. Danke!





Sport hält gesund.

## Geballte Frauenpower beim Salzburger Frauenlauf „Frau läuft“

► Bei „Frau läuft“ sind im Sommer 2015 wieder ambitionierte Freizeitläuferinnen und -walkerinnen gemeinsam mit bekannten Sportlerinnen und zahlreichen Persönlichkeiten aus dem öffentlichen Leben an den Start gegangen. Die einzigartige, lockere und familiäre Atmosphäre entfachte wieder eine besondere Dynamik unter den Teilnehmerinnen, die sich in einer greif- und spürbaren Frauenpower ausgedrückt hat.

Alle Frauen und Mädchen, die am Frauenlauf teilgenommen haben, hatten ein gemeinsames Ziel: Sie wollten miteinander ein herausragendes Lauferlebnis erfahren und einen stimmungsvollen Tag der sportlichen Frau feiern. „Es herrschte eine lockere Stimmung im Feld, alle puschten sich gegenseitig. Für mich persönlich war es eine sehr interessante Erfahrung. Die Veranstaltung ist sehr gut organisiert, die Stimmung während



### Vorsorgeempfehlung Frauen

- **Selbstuntersuchung Brust:** ab dem 20. Geburtstag monatlich.
- **Tastuntersuchung der Brust durch den Arzt:** ab dem 20. Geburtstag zweimal jährlich.
- **Mammografie:** ab dem 40. Geburtstag in längstens zweijährigem Abstand.
- **Krebsabstrich (Gebärmutterhals):** ab dem 20. Geburtstag einmal jährlich.
- **Darmkrebs-Okkulttest:** ab dem 40. Geburtstag einmal jährlich.
- **Darmspiegelung:** ab dem 50. Geburtstag alle sieben Jahre.
- **Hautselbstuntersuchung:** zumindest zweimal jährlich.
- **Hautuntersuchung durch die den Arzt:** einmal jährlich, Risikogruppen öfter.

► Jetzt kostenlos Broschüren bestellen oder beraten lassen: +43 (0)662-873536.

des Laufs ist ansteckend“, freute sich Olympiasiegerin Andrea Fischbacher. Auch Vorjahressiegerin Angelika Tafatsch war begeistert: „Der Salzburger Frauenlauf ist eine besondere Veranstaltung. Erstens aufgrund der Atmosphäre, der kollektiven Freude und zweitens, weil durch die Partnerschaft mit der Österreichischen Krebshilfe Salzburg die gute Sache im Vordergrund steht.“ Jubeln durfte diesmal aber eine andere: Katarina Lovrantova (Red Bull Fuschl) hat den 10km-Lauf 2015 als Siegerin beendet. „Das ist ein super Event, eine herausragende Atmosphäre. Alle Zuschauer haben mich ange-



### Vorsorgeempfehlung Männer

- **Selbstuntersuchung der Hoden:** ab dem 20. Geburtstag monatlich.
- **Prostatauntersuchung durch den Arzt:** ab dem 45. Geburtstag jährlich.
- **Darmkrebs-Okkulttest:** ab dem 40. Geburtstag einmal jährlich.
- **Darmspiegelung:** ab dem 50. Geburtstag alle sieben Jahre.
- **Hautselbstuntersuchung:** zumindest zweimal jährlich.
- **Hautuntersuchung durch den Arzt:** einmal jährlich, Risikogruppen öfter.

feuert und selbst die anderen Läuferinnen haben mir applaudiert. Dazu die Live-Musik an der Strecke, die mich sehr motiviert hat. Ich bin überglücklich!“, jubelte Lovrantova nach ihrem Zieleinlauf. Für viele Frauen und Mädchen ist der Salzburger Frauenlauf das sportliche Highlight im Salzburger Land. 2015 nahmen bereits rund die 1.600 Frauen und Mädchen am Lauf teil. Das ist ein neuer Rekord!

Freuen durfte sich auch die Österreichische Krebshilfe Salzburg. Neben viel Bewegung wurden auch viele Spenden gesammelt. Am Ende waren es €5.850.



Über 700 Jugendliche helfen.

## Krebshilfesammlung

► Ein sehr wichtiger Baustein in der Finanzierung unserer Leistungen sind die Krebshilfe Sammlungen. Bei der alljährlichen Straßen- bzw. Haussammlung sind im gesamten Bundesland viele Schülerinnen und Schüler im Dienst der guten Sache unterwegs. An 18 Sammeltagen waren diesmal knapp 700 junge Menschen für die Krebshilfe Salzburg im Einsatz. Wir freuen uns sehr über diese großartige Unterstützung! Im Jahr 2015 haben uns 21 Schulen im Bundesland Salzburg tatkräftig unterstützt: HLW Hallein, BRG Salzburg, HTL Hallein, BG Mittersill, BRG Zell am See, NMS Uttendorf, NMS Schwarzach, NMS



Lend, HBLA für wirtschaftliche Berufe Salzburg, NMS Bad Gastein, NMS Wals, NMS Hof, NSMS Werfen, Werkschulheim Felbertal, BHAK Hallein, Franz Moßhammer NMS, NMW Saalfelden Stadt, BAKIP Bildungsanstalt Kindergartenpädagogik, NMS Lofer, Pierre de Coubertin BORG Radstadt und die NMS Schlosstraße. Wir danken allen Schülerinnen und Schülern sowie allen Lehrerinnen und Lehrern für das engagierte sammeln. Bei den Sammlungen wurden 2015 insgesamt fast 35.000 Euro gespendet.

## Krebsforschung

► Die Krebshilfe Salzburg kooperiert mit der Paracelsus Medizinische Privatuniversität PMU in Salzburg. Mit dem Salzburger Krebshilfe Stipendium werden vielversprechende Krebsforschungsprojekte unterstützt. Die Förderung ist mit 7.500,- Euro dotiert. Im Förderungsjahr 2015 erhielt **Dr. Georg Schauer** das Stipendium für sein Projekt „FXR in Colorectal Carcinoma: Role of the nuclear bile acid receptor/farnesoid X receptor (FXR) in Colorectal Carcinoma“.

Neben dem Krebshilfe Stipendium konnten 2015 auch drei weitere Forschungsvorhaben finanziell gefördert werden.

(1) **Universitätsklinik für Urologie und Andrologie (SALK/PMU):** Die Behandlung von Prostatakrebs ist einer der wichtigsten Schwerpunkte der Klinik. Dazu zählt auch die Entwicklung innovativer Kon-

zepte. Weltweit wurde erstmals die Sentinellymphadenektomie beim Prostatakrebs in die Laparoskopie eingeführt. Inzwischen ist die Methode durch die Einführung eines fluoreszierenden Tracers maßgeblich verfeinert. Hier sind allerdings weitere Studien notwendig, um den Stellenwert dieses Verfahrens abzugrenzen. Ein wachsendes Problem ist aktuell die hohe Rate falsch-negativer Befunde bei der Prostata-Biopsie. Es wird daher versucht, dieses Problem durch die Punktion mit der sogenannten Image Fusion (Targeted Biopsie mit US/MRI-Schnittbild) zu lösen.

Durch dieses Vorgehen konnte bereits jetzt die Detektionsrate von 30 auf knapp 60 Prozent gesteigert werden. Diese Verfeinerung der perinealen Punktionstechnik der Prostata ermöglichte weitere Innovationen wie zum Beispiel das Einbringen eines Spacers zwischen Prostata und Rektumvorderwand zur Verminderung der Toxizität der Strahlenbehandlung. Basie-

rend auf der Punktionstechnik kann eine genauere Landkarte der Krebsausdehnung in der Prostata erstellt werden. Das ist die Voraussetzung dafür, eine fokale Therapie mit HIFU (hochintensiv-fokussierter Ultraschall) durchzuführen. Die Krebshilfe unterstützt dieses Vorhaben gerne.

(2) **Universitätsklinik für Chirurgie (SALK/PMU):** Unterstützt wurde auch **OA Dr. Stefan Stättner** bei seinem Projekt „miRNA Profilanalyse von miR-145, miR-146a und miR-30e in cholangiozellulären Karzinomen“.

(3) **Universitätsklinik für Radiotherapie und Radio-Onkologie (SALK/PMU):** Weiters wurde 2015 die finanzielle Förderung der **HIOB Studie** fortgesetzt. Hier wurde gezielt eine Fachkraft für die Betreuung von Studienteilnehmern finanziert. Dadurch konnte die Betreuungsqualität maßgeblich gesteigert werden.



*Sie sind nicht allein. Holen Sie sich Hilfe.*

## Beratungsstellen in Salzburg

► Die Beraterinnen der Österreichischen Krebshilfe Salzburg helfen schnell und unbürokratisch. Und das sowohl Menschen, die an Krebs erkrankt sind, als auch deren Angehörigen und Interessierten.

### Diagnose „Krebs“ – was nun?

Neben umfangreicher Information wird v.a. die persönliche psychologische Begleitung in schwierigen Lebenslagen angeboten. Lokale Beratungsangebote gibt es in allen Bezirken des Landes. Die Beratungen sind kostenlos von jedem nutzbar.

Zusätzlich zur Beratung vor Ort, bietet die Krebshilfe die Möglichkeit, sich telefonisch beraten oder begleiten zu lassen. Oder wir kommen zu Ihnen nach Hause.

### Die Krebshilfe bietet ...

- Information über Krebs.
- Aufklärung über Präventionsmaßnahmen.
- Informationen zu Früherkennungsmaßnahmen.
- Hilfestellung bei der Verarbeitung der Diagnose.
- persönliche Krisenintervention.
- psychoonkologische Begleitung.
- Ernährungsberatung.
- Hilfe bei der Bewältigung der Trauer nach einem Todesfall.
- fachliche Vernetzung.
- (finanzielle) Soforthilfe.

### Die kostenlose Krebshilfe APP für iOS und Android.



iOS



Android

### Beratungsstelle Salzburg (Vereinsitz) / Mobile Beratung

Mertensstraße 13, 5020 Salzburg.

Öffnungszeiten: Mo.-Do. 9.00-12.00 und 13.00-16.00 Uhr und Fr. 09.00-12.00 Uhr sowie nach Vereinbarung.

### Beratungsstelle Flachgau – Oberndorf

Krankenhaus Oberndorf, Paracelsusstraße 37, 5110 Oberndorf.

Persönliche Beratung nach telefonischer Voranmeldung.

Jeden Donnerstagnachmittag.

### Beratungsstelle Lungau – Tamsweg

Sozialzentrum Tamsweg

Q4, Postplatz 4, 5580 Tamsweg.

Persönliche Beratung nach telefonischer Voranmeldung.

Jeden 2. Montag im Monat.

### Beratungsstelle Pinzgau – Zell am See

derzeit nur Mobile Beratung.

Persönliche Beratung nach telefonischer Voranmeldung.

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat.

### Beratungsstelle Pongau – Schwarzach

Haus Luise, St. Veiter Straße 3, 5620 Schwarzach.

Persönliche Beratung nach telefonischer Voranmeldung.

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat.

### Beratungsstelle Tennengau – Hallein

Krankenhaus Hallein, Bürgermeisterstraße 34, 5400 Hallein.

Persönliche Beratung nach telefonischer Voranmeldung.

Jeden 2. Montag im Monat.

## Beratungstelefon und TERMINE :

**+43 (0)662-873536**

**[beratungsstelle@krebshilfe-sbg.at](mailto:beratungsstelle@krebshilfe-sbg.at)**

Rufen Sie uns an und informieren Sie sich über unsere Angebote. Niemand muss mit einer Krebserkrankung alleine fertig werden. Wir sind auch gerne für Sie da.

Oder kommen Sie in einem unserer Themencafés vorbei.

**Aktuelle Termine und weitere Veranstaltungen entnehmen Sie bitte unserem Veranstaltungsfolder, den Sie gerne bei uns bestellen können.**

**[www.krebshilfe-sbg.at](http://www.krebshilfe-sbg.at)**





Danke für Ihre wertvolle Unterstützung!

# Sponsoren des Jahresberichts 2015

Ohne starke Partner an unserer Seite, wäre die Produktion dieses Jahresberichts nicht möglich. Wir danken ganz herzlich für die Unterstützung und einen Druckkostenzuschuss: OBERBANK, dm, BAWAG PSK, SPAR, Sanitätshaus Lambert, GKK Salzburg, b.intense und Urdl Promotion.



Weitere starke Partner, die unsere Arbeit unterstützen:

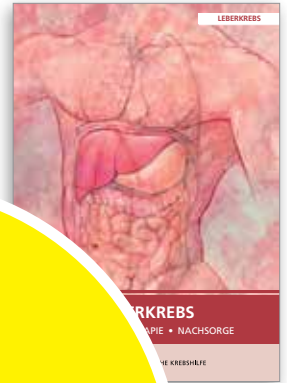
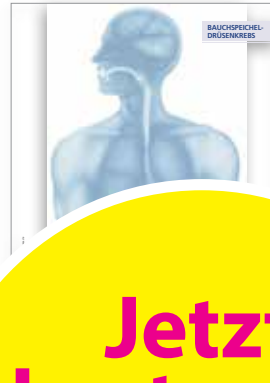
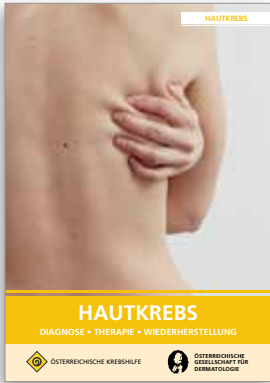
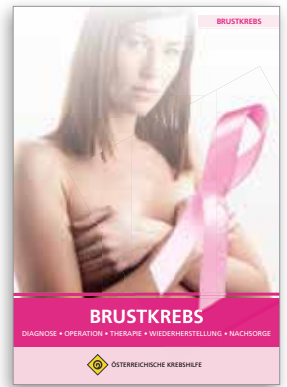
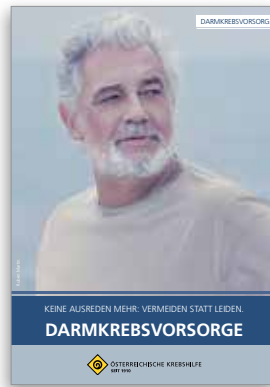


**Impressum:** Herausgeber, Medieninhaber, Redaktion: Österreichische Krebshilfe Salzburg | Mertensstraße 13 | 5020 Salzburg. Telefon +43 (0)662/873535 | Fax DW-4 | Email: office@krebshilfe-sbg.at | ZVR: 195639530.

Der Jahresbericht 2015 (\*einblicke) ist eine offizielle Information der Krebshilfe Salzburg und ein Bericht über die geleistete Arbeit. Konzept, Redaktion & Text: Mag. Stephan Spiegel (Geschäftsführer). Druck: Samson Druck, St. Margarethen/Lg. Für den Inhalt verantwortlich: Präsident MedR. Univ.-Doz. DDr. Anton-H. Graf. Letztverantwortlich für Werbung, Öffentlichkeitsarbeit, Spendenverwendung und den Datenschutz ist laut Statuten der jeweils amtierende Präsident der Österreichischen Krebshilfe Salzburg. Operativ ist die Geschäftsführung damit befasst. Mit der Spendeneinzahlung wird das Einverständnis einer Aufnahme in die Spendendatei der Österreichischen Krebshilfe Salzburg verbunden. Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichwohl wertschätzend für beiderlei Geschlecht.

Bildnachweise: Titel: fotolia (gornist); Seite 5: fotolia (bilderzweg); Seite 6: Gerüchteküche (Mike Vogl, Uwe Brandl); Seite 7: Andreas Kolarik; Seite 8: fotolia (Henrie); Seite 9: Uwe Brandl; Seite 10: fotolia (J. Gärtner); Seite 11: fotolia (J. Gärtner) und fotolia (Henrie); Seite 13: Daniel Huber; Finanzbericht F1: fotolia (eyetronic); Seite 15: fotolia (R. Kneschke); Seite 16: fotolia (altanaka); Seite 17: fotolia (volff); Seite 18: fotolia (contrastwerkstatt); S. 19: fotolia (africastudio); S. 20: fotolia (J. Fälchle); Seite 22: Club Salzburg; Seite 23: Roland Hölzl/WINWIN und Manfred Kirchmeyer; Seite 24: Uwe Brandl; Seite 25: privat. Alle anderen Fotos: Krebshilfe Salzburg.





**Jetzt kostenlos bestellen!  
0662-873536**

# AUS LIEBE ZUM LEBEN



Diese und weitere kostenlose Broschüren erhalten Sie bei:  
Österreichische Krebshilfe Salzburg  
Mertensstraße 13, 5020 Salzburg  
**beratung@krebshilfe-sbg.at**  
**Telefon: +43 (0)662-873536**  
**www.krebshilfe-sbg.at**