

Buch- und Internettipps

Sprecherin:

Comics waren ihre Leidenschaft und ihr Beruf. Daher hat Miriam Engelberg auch ihr Leben mit Brustkrebs in einem Comic verarbeitet. „Krebs ist eine Erfahrung, auf die ich lieber verzichtet hätte“ ist ein Tagebuch in Bildern. Die Diagnose Brustkrebs erhält Miriam Engelberg 2001 im Alter von 43 Jahren. Doch bevor die Amerikanerin ihren 5-jährigen Kampf gegen die Krankheit verliert, hält sie ihre Erlebnisse mit dem Zeichenstift fest: traurig, witzig und vor allem unglaublich offen geschrieben. „Krebs ist eine Erfahrung, auf die ich lieber verzichtet hätte“, erschienen im Eichborn Verlag.

Wie erklärt man seinen Kindern, dass Mama oder Papa an Krebs erkrankt ist? Wann ist der richtige Zeitpunkt? Sylvia Broeckmann widmet sich diesen Fragen in ihrem Buch „Plötzlich ist alles ganz anders - wenn Eltern an Krebs erkranken“. Mit viel Einfühlungsvermögen gibt die Autorin Betroffenen Hilfestellung. Sie erklärt einfache Regeln für schwierige Gespräche und geht auf die Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen unterschiedlichen Alters ein. Eine Adressliste im Anhang informiert darüber, wo es Beratungsstellen und weitere Hilfe gibt. „Plötzlich ist alles ganz anders – wenn Eltern an Krebs erkranken“, erschienen im Verlag Klett-Cotta.

www.gesundheitsinformation.de ist eine interaktive Seite, die nicht nur zu allgemeinen Erkrankungen des menschlichen Körpers Auskunft gibt, sondern auch das Thema Darm- und Brustkrebs ausführlich aufgreift. Informative Artikel, Erfahrungsberichte und ein Quiz zu diesen beiden Tumorformen sind auf der Internetseite des Institutes für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen, kurz IQWiG, zu finden.

Schon einmal daran gedacht, weniger oder gar nicht mehr zu rauchen? Die Internetseite www.justbesmokefree.de will insbesondere Jugendlichen und jungen Erwachsenen dabei helfen, von der Zigarette los zu kommen. Raucher finden hier Tests zum Rauchverhalten, Tipps zum Aufhören und die Möglichkeit, im Team oder mit Hilfe eines Partners der Nikotinsucht ein Ende zu bereiten.