

Manchmal sind die Texte schief nach rechts geschrieben.

Das schwere Wort dafür ist kursiv.

Das ist ein Zeichen für Erklärungen von Wörtern.

Auf diesen Seiten steht immer die männliche Form.

Wir meinen aber alle Menschen.

Zum Beispiel schreiben wir:

Der Mit-Arbeiter.

Wir meinen aber Mit-Arbeiter und Mit-Arbeiterinnen.

Herzlich Willkommen

Das ist eine Internet-Seite von der AOK.

Auf der Internet-Seite geben wir Ihnen Infos zu einer Krankheit.

Die Krankheit heißt Krebs.



Die Internet-Seite heißt Familien-Coach Krebs.

Coach ist ein englisches Wort.

Es bedeutet Lehrer oder Trainer.

Das spricht man so: Koutsch.

Die Infos auf der Internet-Seite ersetzen keinen Arzt-Besuch.

Das bedeutet:

Sie müssen trotzdem zum Arzt gehen,

wenn Sie sich schlecht fühlen.

Auch wenn Sie hier viele Infos

über die Krankheit Krebs lesen können.



Die Internet-Seite ist kostenlos.

Sie müssen sich nicht anmelden.

Vielleicht hat ein Freund von Ihnen Krebs.

Oder ein Verwandter.

Zum Beispiel:

- Ihre Mutter
- Ihr Opa
- Ihre Schwester

Dann können Sie hier Infos bekommen.



Wir erklären Ihnen:

- Was ist Krebs?
- Ein Mensch hat Krebs:
 - Wie kann ein Arzt das heraus-finden?
 - Was kann der Arzt gegen den Krebs machen?



Es gibt verschiedene Arten von Krebs.

Wir zeigen Ihnen 4 Beispiele:

- Brust-Krebs
- Darm-Krebs
- Lungen-Krebs
- Prostata-Krebs

Wir erklären Ihnen auch:

- Wie Sie der kranken Person gut helfen können.
- Und wie Sie gemeinsam mit der kranken Person die schlimme Zeit schaffen können.
- Sie kümmern sich um die kranke Person.

Ihnen soll es dabei auch gut gehen.

Wir geben Ihnen Tipps.



Zum Beispiel dazu:

Was Sie für sich selbst machen können,
damit es Ihnen gut geht.

- Manchmal ist der Krebs sehr schlimm.
Die kranke Person kann an dem Krebs sterben.
Wir zeigen Ihnen:

Was Sie für die kranke Person tun können.

Was Sie für sich selbst machen können,
damit es Ihnen gut geht.

- Vielleicht kann die kranke Person nicht mehr arbeiten.
Die kranke Person braucht Pflege.
Oder die kranke Person braucht Geld von der Arbeits-Agentur.
Wir geben Ihnen dazu Infos.



So sieht die Internet-Seite aus

Zuerst sehen sie ein Fenster mit Infos zu Cookies.

Cookies ist ein englisches Wort.

Das spricht man so: Kukies.

Wir haben das Wort im Wörterbuch erklärt.

Sie müssen entscheiden:

- Ich bin mit allen Cookies einverstanden oder
- Ich möchte einige Cookies auswählen.

Klicken Sie auf einen von den beiden Schaltern.

Dann sehen Sie die Start-Seite.

Hier gibt es allgemeine Infos.

 **Datenschutzhinweis für Cookies**

Die Seite krebs.aok.de nutzt eigene Cookies, um die Seite bereitstellen zu können („funktionale Cookies“) und für Komfortfunktionen sowie Cookies von Dienstleistern, um die Seite stetig zu verbessern.

Mit einem Klick auf die Schaltfläche „Alle Akzeptieren“ erklären Sie sich damit einverstanden. Ihr Einverständnis kann jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen oder geändert werden. Funktionale Cookies werden auch ohne Ihr Einverständnis ausgeführt.

Mit einem Klick auf die Schaltfläche „Auswählen“ können persönliche Einstellungen vorgenommen werden. Unter [Datenschutzerklärung](#) informieren wir ausführlich über Art und Umfang der Datenverarbeitung sowie Ihre Rechte. Weitere Informationen finden Sie unter [Impressum](#) und [Barrierefreiheit](#).

Auswählen

Alle akzeptieren



Oben sehen Sie 2 Bilder.

Sie können die Infos:

- In Gebärdensprache
- In Leichter Sprache bekommen.

Klicken Sie auf die Bilder.



Sie können sich freiwillig anmelden.

Vielleicht kommen Sie später
noch einmal auf die Internet-Seite.

Sie melden sich wieder an.

Dann können Sie sehen:

- Welche Fragen habe ich schon beantwortet.
- Welche Seiten habe ich schon gesehen.



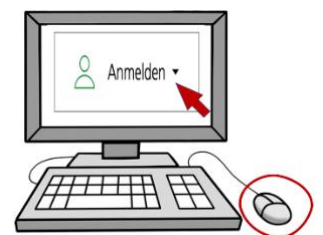
Sie möchten sich anmelden.

Dann klicken Sie mit der Maus von Ihrem Computer
auf das Bild: Anmelden

Sie können Ihre Anmeldung zu jeder Zeit wieder löschen.

Zum Beispiel:

Wenn Sie von der Internet-Seite Familien-Coach Krebs
keine besonderen Infos mehr brauchen.



Unter dem Start-Knopf sehen Sie vier Knöpfe.

Es gibt einen kurzen Einführungs-Film.

Der Film erklärt:

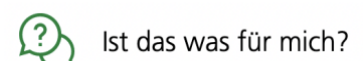
- Was ist der Familien-Coach Krebs.
- Für wen ist der Familien-Coach Krebs gemacht.



Sie möchten wissen:

Wie kann mir der Familien-Coach helfen.

Klicken Sie auf: Ist das was für mich?



Dann bekommen Sie Infos.

Sie möchten wissen:

Wer hat den Familien-Coach Krebs gemacht.

Dann klicken Sie auf Expertinnen und Experten.

Experten sind Fach-Leute.

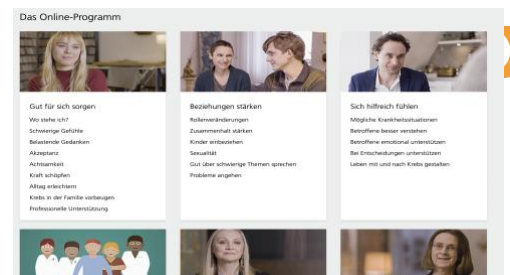
Diese Leute wissen sehr viel über ein Thema.

 Expertinnen & Experten



Sie möchten den Familien-Coach Krebs starten.

Dann klicken Sie auf den Start-Knopf Online-Programm starten.



Auf dieser Seite sehen Sie
die verschiedenen Bereiche von dem
Familien-Coach Krebs.

Es gibt 8 verschiedene Bereiche.

Dort gibt es viele verschiedene Infos zu dem Thema Krebs.

- Sie können sich kurze Filme anschauen.
Darin erzählen Fach-Leute etwas über die Krankheit Krebs.



- Oder Familien-Mitglieder sprechen darüber:
Wie es ist, wenn eine Person aus der Familie Krebs hat.

- Sie können sich Achtsamkeits-Übungen anhören:
Achtsamkeits-Übungen sind besondere Übungen.

Sie sollen dabei helfen:

*Dass der Stress weniger wird,
den die Menschen vielleicht haben.*

Und dass die Menschen wieder mehr Kraft und Lust bekommen:

Damit sie wieder viele andere Sachen machen können.



*Stress bedeutet zum Beispiel:
 Ein Mensch hat sehr viel Arbeit.
 Oder er hat viele Probleme.
 Dann geht es diesem Menschen nicht gut.
 In schwerer Sprache heißt das:
 Der Mensch ist gestresst.*



Das sind die verschiedenen Bereiche:

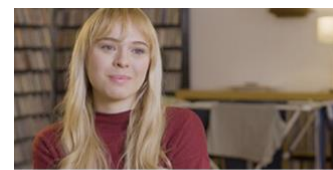
Bereich: Gut für sich sorgen

Wenn ein Familien-Mitglied Krebs hat:
 Dann ist es oft für die ganze Familie sehr schwer.
 Deshalb ist es wichtig:
 Dass die ganzen Familie auf sich achtet.

Was Sie tun können:

Damit es Ihnen gut geht.

- Sie können bei den Achtsamkeit-Übungen mit-machen.
- Sie können bestimmte Sachen machen:
 Damit Sie vielleicht keinen Krebs bekommen.
- Sie können sich Hilfe holen:
 Wenn ein Familien-Mitglied Krebs hat.



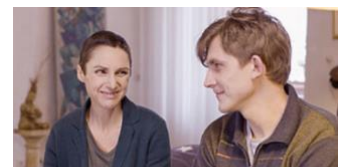
Gut für sich sorgen
 Wo stehe ich?
 Schwierige Gefühle
 Belastende Gedanken
 Akzeptanz
 Achtsamkeit
 Kraft schöpfen
 Alltag erleichtern
 Krebs in der Familie vorbeugen
 Professionelle Unterstützung

Bereich: Beziehungen stärken

Wenn eine Person aus der Familie Krebs hat.
 Dann verändern sich oft viele Sachen für die ganze Familie.

Hier bekommen Sie Infos dazu:

- Wie Sie mit der kranken Person gut sprechen können.
 Zum Beispiel:
 - Über die Krankheit.
 - Über die Sachen, die sich in der Familie verändern.



Beziehungen stärken
 Rollenveränderungen
 Zusammenhalt stärken
 Kinder einbeziehen
 Sexualität
 Gut über schwierige Themen sprechen
 Probleme angehen

- Wie Sie die Krankheits-Zeit gemeinsam gut schaffen können.
- Wie sie sich gegen-seitig unterstützen können.
- Oder wie sie sich gegen-seitig helfen können:
Damit sie alle gut mit Krebs umgehen können.
- Welche Probleme es beim Sex geben kann.
Oder wie sich der Sex vielleicht verändert hat.
Wenn eine Person Krebs hatte.
Und wieder gesund ist.



Bereich: Sich hilfreich fühlen

Viele Familien wissen nicht so gut:

Was sie tun können.

Wenn eine Person aus der Familie Krebs hat.

Hier können Sie viele Infos dazu bekommen:

Wie Sie die kranke Person besser verstehen können.

Zum Beispiel.

- Wie es der kranken Person geht.
- Ob die kranke Person Angst hat.
Und vor was sie Angst hat.
- Wie Sie die kranke Person unterstützen können.
Wenn die kranke Person Sachen entscheiden muss.
Zum Beispiel:
 - Welche Behandlung sie noch machen will.



Sich hilfreich fühlen

Mögliche Krankheitssituationen

Betroffene besser verstehen

Betroffene emotional unterstützen

Bei Entscheidungen unterstützen

Leben mit und nach Krebs gestalten



Behandlung

Diagnostik

Die richtige Behandlung finden

Arzt- und Kliniksuche

Operationen

Chemotherapie

Strahlentherapie und Nuklearmedizin

Krebsmedikamente

Komplementäre und alternative Therapien

Nebenwirkungen lindern

Rehabilitation

Nachsorge

Im Bereich: Behandlung

Viele Menschen merken vielleicht selbst:

Dass in ihrem Körper etwas nicht in Ordnung ist.

Dass sie vielleicht eine schlimme Krankheit haben.

Was Sie tun können:

- Wenn Sie denken,
dass Sie vielleicht Krebs haben.
- Wenn der Arzt Ihnen gesagt hat,
dass Sie Krebs haben.
- Wenn die Behandlungen vorbei sind.



Außerdem können Sie viele Infos dazu bekommen:

- Welche Behandlungen es
gegen die Krankheit Krebs gibt.
- Über die Krebs-Behandlungen.
- Welche Kliniken es gibt.
- Und welche Ärzte gut helfen können:
Wenn eine Person Krebs hat.



Bereich: Palliativ-Situation

Palliativ-Behandlungen werden gemacht:

- *Wenn ein kranker Mensch
nicht mehr gesund werden kann:
Weil er eine sehr schlimme Krankheit hat.*
- *Damit der kranke Mensch etwas besser leben kann:
Auch wenn er eine schlimme Krankheit hat.*
Zum Beispiel:
 - *Damit er nicht mehr so große Schmerzen hat.*
 - *Damit ihm nicht mehr so oft übel ist.*
 - *Damit er wieder besser atmen kann.*



Palliative Situation
Behandlung und Versorgung
Abschied nehmen und Trauern

Manche Menschen werden nicht mehr gesund:

Wenn sie die Krankheit Krebs haben.

Sie werden sterben.

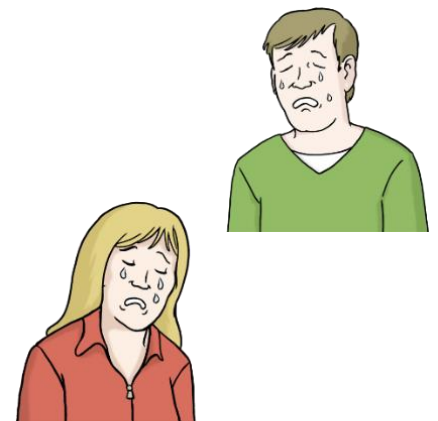
Dann geht es den kranken Menschen

und den Familien-Mitgliedern oft sehr schlecht.



Hier können Sie viele Infos dazu bekommen:

- Welche Behandlungen gemacht werden können:
Damit es der kranken Person etwas besser geht.
Und damit es den Familien-Mitgliedern besser geht.
- Welche Gefühle die kranke Person
und die Familien-Mitglieder vielleicht haben:
Wenn sie an den Tod denkt.
- Wenn sie daran denken
Dass sie sich von vielen lieben Menschen
verabschieden muss.
- Dass viele liebe Menschen sehr traurig sind:
Wenn die kranke Person stirbt.
- Und was der kranken Person
und den Familien-Mitgliedern helfen kann:
Wenn sie solche Gedanken hat.



Bereich: Wissen über Krebs

Es sterben immer noch sehr viele Menschen an Krebs.
Denn Krebs ist oft eine Krankheit,
die unheilbar ist.

Das bedeutet:

Die kranke Person kann nicht wieder gesund werden.

Hier können Sie in einem Film sehen:

Wie der Krebs im Körper entsteht.

Und Sie können viele Infos dazu bekommen:

- Warum Sie Krebs bekommen können.
- Was Sie tun können:
Damit Sie vielleicht keinen Krebs bekommen.
- Welche Berichte es von Forschern über Krebs gibt.
- Und in einem Wörterbuch können Sie
viele Wort-Erklärungen zum Thema Krebs lesen.
Zum Beispiel: Wörter aus der Behandlung von Krebs.



Wissen über Krebs
Wie Krebs entsteht
Was Krebs fördern kann
Statistiken, Forschung, Studien
Was ist was?



Bereich: Krebs-Arten

Diese 4 Krebs-Arten bekommen die Menschen
in Deutschland am meisten:

- Prostata-Krebs,
- Brust-Krebs,
- Lungen-Krebs
- und Darm-Krebs.

Hier können Sie viele Infos dazu bekommen:

- Was das für ein Krebs ist.
- Wie der Arzt den Krebs in Ihrem Körper fest-stellt.
- Welche Behandlungen es gibt.



Krebsarten
Prostatakrebs
Brustkrebs
Lungenkrebs
Darmkrebs



- Wie ihr Leben ist:
Wenn Sie keinen Krebs mehr haben.
Und wenn Sie wieder gesund sind.

Bereich: Sozial-Rechtliches

Sozial-Recht bedeutet:

*Sie haben verschiedene Rechte,
wenn Sie Pflege brauchen.*

Oder wenn Sie Hilfe brauchen.



Sozialrechtliches
Vollmachten und Verfügungen
Individuelle Beratung
Pflege
Finanzielle Absicherung
Mobil bleiben

- Welche Vollmachten es gibt.
Zum Beispiel: Die Vorsorge-Vollmacht.
Die Vorsorge-Vollmacht ist ein wichtiges Papier.
In dem Papier können Sie auf-schreiben:
Welche Person sich um Ihre Sachen kümmern soll,
wenn Sie es nicht mehr können.



- Welche Verfügungen es gibt.
Zum Beispiel: Die Patienten-Verfügung.
Die Patienten-Verfügung ist ein wichtiges Papier.
In dem Papier können Sie zum Beispiel auf-schreiben:
Welche Behandlungen bei Ihnen gemacht werden sollen.
Und welche Behandlungen nicht gemacht werden sollen.

- Wo Sie Beratung bekommen:
Wenn Sie Pflege brauchen.
- Welche Unterstützung Sie und Ihre Familien bekommen können.
Zum Beispiel: Assistenz bei der Pflege.

Wenn Sie sich bei dem Krebs-Coach angemeldet haben:
Dann können Sie sich viele Infos immer wieder ansehen.

Vielleicht kommen Sie später
noch einmal auf die Internet-Seite.
Sie melden sich wieder an.

Dann können Sie sehen:

- Welche Fragen habe ich schon beantwortet.
- Welche Seiten habe ich schon gesehen.

Sie bekommen von uns:

- Keine E-Mails mit Werbung
- und keinen News-Letter.

News-Letter ist ein englisches Wort.

Das wird so aus-gesprochen: njus let ter.

Es bedeutet: Ein Brief mit neuen Informationen.

Ein News-Letter wird mit dem Computer verschickt.

Sie sehen unter den Fotos und Bildern verschiedene Wörter.

Sie können die Wörter anklicken.

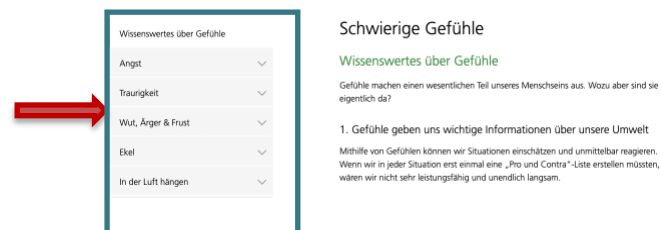
Dann sehen Sie eine neue Seite.

Die Seite sieht bei jedem Bereich
anders aus.

Links ist immer eine Übersicht.

Hier sehen Sie:

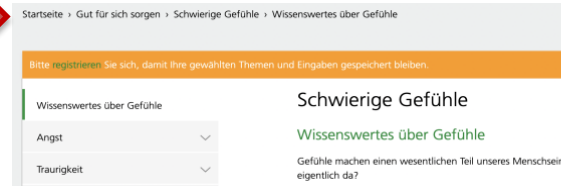
Welche Infos es in diesem Bereich gibt.



Darüber sehen Sie eine Reihe von Wörtern.

Sie können sehen:

An dieser Stelle von dem Familien-Coach Krebs bin ich gerade.



Darüber sehen Sie eine Reihe von Wörtern.

Sie können sehen:

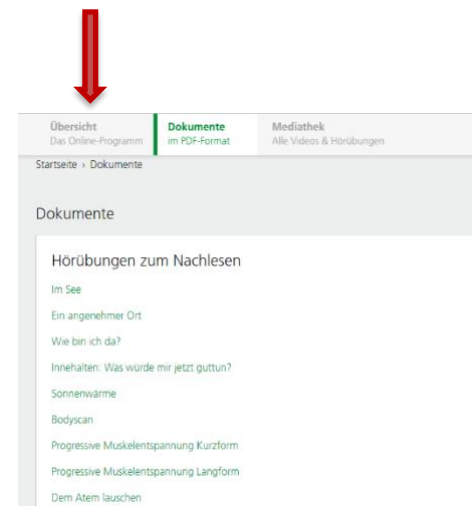
- Das Online-Programm:
Von hier aus kommen Sie wieder zur Startseite.
- Dokumente:
Hier gibt es alle Hör-Übungen als PDF-Dokumente.
- Mediathek:
Hier gibt es alle Videos und Hör-Übungen.



Dokumente

Hier können Sie die Dokumente lesen.

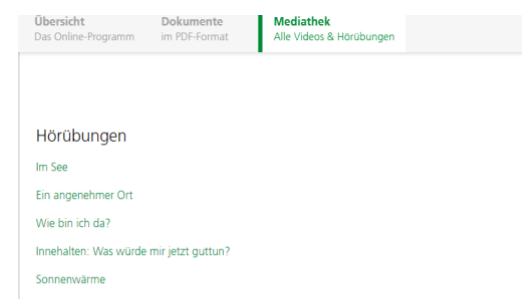
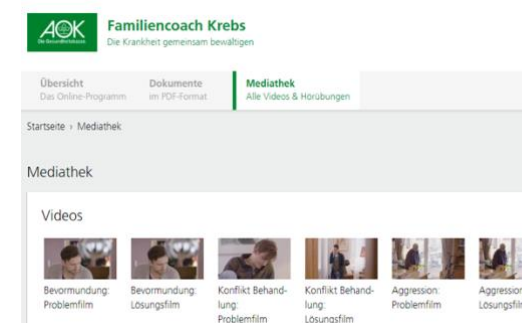
Hier können Sie die Dokumente ausdrucken.



Hör-Übungen und Videos

Hier können Sie die Videos aus dem Familien-Coach Krebs angucken.

- Experten sprechen über viele Probleme:
Die es bei der Krankheit Krebs geben kann
 - Es werden Menschen gezeigt:
Die sich um eine kranke Person kümmern.
- Und Sie können die Hör-Übungen anhören.



Vielleicht haben Sie Fragen an uns.

Wir haben ein paar Fragen schon beantwortet.

Zum Beispiel:

Warum können Sie sich beim Familien-Coach Krebs anmelden?

Klicken Sie auf häufig gestellte Fragen.

Da gibt es Antworten.



Häufig gestellte Fragen



Familiencoach Krebs

Einführungsfilm

Ist das was für mich?

Expertinnen & Experten

Häufig gestellte Fragen

Hilfe im Notfall

Unten links auf der Seite sehen Sie auch:

Hilfe im Notfall.

Da finden Sie Telefon-Nummern.

Zum Beispiel vom Kinder-Hilfe-Telefon.

Kinder können dort anrufen:

Damit sie Hilfe bekommen.

Das ist kostenlos.

Zum Beispiel:

Ein Kind hat Angst.

Die Mutter von dem Kind hat Krebs.

Die Menschen am Kinder-Hilfe-Telefon

sprechen mit dem Kind.



Unten in der Mitte sehen Sie das Wort Programm.

Wir erklären Ihnen zum Beispiel:

- Wie können Sie den Familien-Coach Krebs gut benutzen.
- Woher haben wir unsere Infos.

Programm

Hinweise zu den Inhalten
Quellen

Unten rechts sehen Sie Beratung für AOK-Versicherte.

Die Mitarbeiter von der AOK beraten Sie zur Krankheit Krebs.

Beratung für AOK-Versicherte

Zu Krebs allgemein



Hier gibt es Telefon-Nummern und Mail-Adressen.

1

Ganz unten links ist ein Kontakt-Formular.

Sie können uns dort eine Mail schreiben.

Zum Beispiel:

- Wenn Sie ein Problem mit der Technik haben.

Das bedeutet zum Beispiel:

- Sie können manche Filme nicht anschauen.
 - Oder sie können manche Infos nicht bekommen.
- Wenn Sie uns schreiben wollen.
 - Ob Sie die Infos im Familien-Coach Krebs gut finden.
 - Oder ob sie die Infos im Familien-Coach Krebs schlecht finden.



Familiencoach Krebs		Programme
Beratungsstellen in den verschiedenen Abteilungen & Experten Hilfsmittel & Medien Info zu Krebs		Information zu den einzelnen Quellen
Online-Coaching	Rechtliches	Freie AOK
Kontaktformular	Impressum Datenschutzrichtlinie Datenschutzerklärung Beratungsleistungen	AOK Baden-Württemberg AOK Bayern AOK Bismarck AOK Bismarck AOK Bismarck

Ganz unten in der Mitte gibt es mehr Infos zu Ihren Rechten.

Die Wörter haben wir im Wörter-Buch erklärt.

Ganz unten rechts kommen Sie zu den Internet-Seiten
von den verschiedenen AOKs.

Die Bilder auf diesen Seiten sind von der

© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e. V., Illustrator Stefan Albers, Atelier
Fleetinsel, 2013.