



Hallo,

wir freuen uns, Ihnen den Start unseres **brandneuen Patientenmagazins** „wertvollER - Das Magazin“ ankündigen zu dürfen! Damit möchten wir Sie zukünftig auch im Wartezimmer Ihrer urologischen Praxis mit Informationen rund um Prostatakrebs versorgen. Online gibt es das Magazin natürlich auch zu lesen.

Ebenso neu ist die **aktuelle Folge wertvollER TV**, die Sie sich nicht entgehen lassen sollten. Lesen Sie im Newsletter außerdem alles über die Themen **Sommer, Sonne und Reisen**.

Wir wünschen Ihnen eine tolle Sommerzeit!

Ihr wertvollER Redaktionsteam



Das wertvollER Magazin
ist endlich da!



NEU! Das wertvollER Magazin

Die erste Ausgabe des wertvollER Magazins ist gefüllt mit informativen und spannenden Beiträgen und Interviews rund um fortschreitenden Prostatakrebs! Wir geben Ihnen eine Rundumübersicht zu den Stadien und **Therapieoptionen**, liefern **Sport- und Ernährungshinweise** sowie einige hilfreiche wie unterhaltsame **Lese- und Mediatipps**.

Ein besonderes **Highlight** ist das **Interview mit dem bekannten deutschen Handball-Nationalspieler Klaus-Dieter Petersen**, der von seinen Erfahrungen mit Prostatakrebs erzählt. Lesen Sie unser Magazin digital, auf Ihrem Smartphone oder im Wartezimmer Ihrer urologischen Praxis. Fans von Zeitungen und Magazinen zum Anfassen, können ihr persönliches Magazin-Exemplar hier kostenfrei per Post bestellen: [Zum wertvollER Magazin.](#)

Urlaubsplanung und -anspruch bei Prostatakrebs

Egal, ob Sie bereits mitten in Ihren **Reisevorbereitungen** stecken oder noch nichts Konkretes geplant haben, der neue Blogbeitrag hält Wissenswertes rund um das **Reisen mit (Prostata-) Krebs** für Sie bereit.



Habe ich trotz Krankenschreibung Anspruch auf Urlaub? Welche Dokumente sollte ich auf Reisen immer dabei haben? Wie beschreibe ich medizinische Beschwerden auf Englisch? [Die Antworten und noch mehr Tipps gibt es hier!](#)



Geschützt durch den Sommer:

Für **Krebs-Erkrankte** ist – insbesondere während einer laufenden Chemo- oder Strahlentherapie – ein umfangreicher **Sonnenschutz** von großer Bedeutung. Denn die Behandlung kann die Haut empfindlicher machen und das **Risiko von Sonnenschäden erhöhen**. Daher ist es wichtig, geeignete Maßnahmen zu ergreifen, um sich vor den **schädlichen Auswirkungen** der Sonne zu schützen.

Sonnenschutz für Krebspatienten – das Wichtigste in Kürze:

1. **Verwenden Sie einen Breitband-Sonnenschutz:** Wählen Sie einen Sonnenschutz mit einem **hohen Lichtschutzfaktor (LSF)** und einem breiten UVA- und UVB-Schutz. Tragen Sie ihn großzügig auf alle Hautpartien auf. Bei einem Erwachsenen sollten mindestens **vier gehäufte Esslöffel Sonnenmilch** für alle Körperpartien verbraucht werden
2. **Schützen Sie empfindliche Bereiche:** Vergessen Sie nicht, **empfindliche Bereiche** wie Lippen, Ohren, Nacken und Kopfhaut zu schützen. Verwenden Sie Sonnenschutzmittel mit hohem LSF oder tragen Sie spezielle Sonnenschutzprodukte wie **Lippenbalsam mit UV-Schutz** auf.
3. **Tragen Sie schützende Kleidung:** Bedecken Sie Ihre Haut mit **atmungsaktiver**, lockerer Kleidung, die eng gewebt ist und einen zusätzlichen Schutz vor der Sonne bietet. Dazu zählen zum Beispiel langärmelige Hemden, lange, luftige Hosen, Kopfbedeckungen und Sonnenbrillen mit UV-Schutz.
4. **Meiden Sie die Mittagshitze:** Bleiben Sie während der Spitzenzeiten der Sonne, normalerweise zwischen **11:00 und 16:00 Uhr, im Schatten**. Vermeiden Sie direkte Sonneneinstrahlung, insbesondere an sonnigen Tagen.
5. **Beachten Sie mögliche Wechselwirkungen:** Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin, ob die von Ihnen **verwendeten Medikamente** oder Behandlungen die Reaktion Ihrer Haut auf Sonnenlicht beeinflussen können. Einige Medikamente können die **Empfindlichkeit der Haut** erhöhen.

Unter **Berücksichtigung dieser Verhaltensregeln** steht dem Aufenthalt im Freien auch an Sonnentagen nichts im Weg. Übrigens: Der **Sonnenschutz** sollte nicht nur im Sommer, sondern das ganze Jahr über zur **Routine** gehören.



Neu: Metastasierter Prostatakrebs in wertvoller TV

In der neuen Folge von wertvoller haben wir **Dr. Andreas Haßler, Urologe aus Berlin**, zu Gast. Er liefert spannende und hilfreiche Informationen zum **metastasierten Prostatakrebs-Stadium** und klärt über die entsprechenden **Behandlungsoptionen** wie z.B. die Chemotherapie auf. Erfahren Sie von einem ausgewiesenen Experten, welche Fortschritte es in der Behandlung von Metastasen gibt:

[Jetzt ansehen!](#)

Hinweis: Laden Sie sich ergänzend zu dieser Folge das **Factsheet** rund um Diagnose und Therapieoptionen bei metastasiertem Prostatakrebs herunter. [Hier entlang.](#)

Haben Sie Fragen oder möchten Sie uns etwas mitteilen? Schreiben Sie uns gerne Ihr Feedback an [wertvoller Newsletter](#).

Ihr wertvoller Redaktionsteam

Weitere Informationen zum fortschreitenden Prostatakrebs und der Kampagne wertvoller finden Sie auf der Website www.wertvoll-er.de und auf Facebook.

