



JAHRESBERICHT 2020



ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE
TIROL



WIR SETZEN UNS FÜR IHRE GESUNDHEIT EIN

Die Österreichische Krebshilfe Tirol besteht seit 1955 und ist ein gemeinnütziger und mildtätiger Verein, der Teil der bundesweiten Konföderation der Österreichischen Krebshilfe ist. Die Tätigkeit erstreckt sich auf das Bundesland Tirol. Der Verein bietet in jedem Bezirk kostenlose psychoonkologische und psychotherapeutische Beratung, Begleitung und Hilfe für KrebspatientInnen und deren Angehörige. Das Angebot ist kostenlos.

Darüber hinaus verfolgt die Krebshilfe Tirol als ein wichtiges Ziel die Förderung der patientenorientierten Krebsforschung und der onkologischen Grundlagenforschung. Informationsveranstaltungen zur Vorsorge bzw. Früherkennung von Krebserkrankungen sind ebenfalls ein wesentlicher Teil der Aktivitäten.

Der ehrenamtlich tätige Vereinsvorstand wurde in der Generalversammlung vom 6. Juli 2020 für die Funktionsperiode von drei Jahren gewählt. Er setzt sich wie folgt zusammen:

Präsident	Univ.-Prof. Dr. Christian Marth
Stv. Präsident	Univ.-Prof. Dr. Dominik Wolf
Stv ⁱⁿ . Präsident	MMag. ^a Dr. ⁱⁿ Astrid Erharter-Thum
Kassier	Univ.-Prof. Mag. Dr. Jakob Troppmair
Schriftführer	Prim. Univ.-Prof. Dr. Ewald Wöll
Weitere Mitglieder	Univ.-Prof. ⁱⁿ Dr. ⁱⁿ Ute Ganswindt Dr. ⁱⁿ Claudia Iannetti Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Horninger Univ.-Prof. Dr. Dietmar Öfner-Velano

Rechnungsprüfer	Daniel Senn, BSc und Dr ⁱⁿ . Anna Wedermann
-----------------	--

Beirat

Dr.ⁱⁿ Christine Brunner, Dr.ⁱⁿ Theresa Czech, Frauenselbsthilfe nach Krebs/Vertreterin, em. Univ.-Prof. Dr. Peter Fritsch, Univ.-Prof. Dr. Günther Gastl, Univ.-Doz. Dr. Eberhard Gunsilius, Univ.-Prof. Dr. DI Peter Lukas, em. Univ.-Prof. Dr. Raimund Margreiter, Dr.ⁱⁿ Elisabeth Medicus, DSAⁱⁿ Gabi Schiessling, Univ.-Prof. Dr. Franz Schmalzl, Univ.-Prof. Dr. Reinhard Stauder, Univ.-Prof. Dr. Günther Stockhammer, Univ.-Prof. Dr. Andreas Villunger, Dr.ⁱⁿ Anna Wedermann

Datenschutz	Mag. Klaus Schindelwig, MSc
-------------	-----------------------------

Geschäftsführung & Beratungskoordination	Anita Singer
--	--------------

Verantwortlich für Werbung und Spendenmarketing ist laut Statuten der Präsident des Vereins. Operativ ist die Geschäftsführung dafür eingesetzt.



Sehr geehrte SpenderInnen und UnterstützerInnen,
sehr geehrte Damen und Herren!

Das vergangene Jahr war in jeder Hinsicht ein ganz außergewöhnliches. Es hat uns alle mit unzähligen Einschränkungen und Herausforderungen konfrontiert. Vieles veränderte sich schlagartig, auch für uns. Aber zusammen mit Ihnen haben wir es geschafft und konnten unsere Hilfe aufrechterhalten. Vielen Dank!

Corona hat alles auf den Kopf gestellt. Um trotz der Krise weiter rasch helfen zu können, haben wir unsere Beratungsangebote sofort umgestellt. Leider konnten während der ersten beiden Monate der Pandemie aus Vorsicht nur noch telefonische Beratungen oder Videoberatungen durchgeführt werden. Viele Menschen nahmen dies auch dankbar an. Nicht wenige waren aber sehr froh, dass wir unter Einhaltung aller Sicherheitsvorkehrungen danach wieder persönliche Termine anbieten konnten. Das ist bis heute so geblieben. Selbstverständlich kann weiterhin nach individuellen Bedürfnissen gewählt werden.

So konnten wir in rund 1.400 Fällen Hilfe leisten: in psychoonkologischen Beratungen, mit unserer Soforthilfe, Vernetzung oder mit medizinischen Zweitmeinungen. Leider mussten im Ausnahmejahr 2020 auch fast alle Spendenaktionen und Charity-Veranstaltungen abgesagt werden. Die ersten sechs Monate dieses Jahres erlebten wir mit der gleichen Ungewissheit sowie mit großen Spendenausfällen. Denn auch heuer musste unsere jährliche Straßensammlung für die Krebsforschung – unser wichtigster Einnahmenbaustein – abgesagt werden.

Jedoch sind wir für das 2. Halbjahr 2021 optimistisch. Wir haben die Hoffnung, dass sich die Normalisierung des Alltags fortsetzen wird und wir lernen, mit dem Corona-Virus zu leben. Die Impfungen tragen dazu ganz wesentlich bei.

Ich möchte Ihnen an dieser Stelle auch für Ihre Unterstützung herzlich danken. Sie haben uns mit Ihren Spenden durch die schweren Monate begleitet und geholfen. Den Dank der vielen Betroffenen leiten wir gerne an Sie weiter. Ihre Spende kommt an! Bitte helfen Sie uns auch weiterhin. Sie tun Gutes für Menschen mit Krebs.

Bleiben Sie gesund!
Herzlichst

Univ.-Prof. Dr. Christian Marth
Präsident Österreichische Krebshilfe Tirol



Krebshilfe Förderungen KREBSFORSCHUNG RETTET LEBEN

► Viele Menschen, die an Krebs erkranken, können heute geheilt werden. Erfolgreiche Krebsforschung hat dabei einen wesentlichen Anteil. Sie ermöglicht rechtzeitige Diagnosen und wirkungsvolle Therapien. Zahlreiche PatientInnen profitieren davon.

Die Krebshilfe Tirol fördert seit mehr als 30 Jahren die Krebsforschung in unserem Bundesland. Unterstützt werden dabei Forschungsprojekte aus dem Bereich der klinischen und experimentellen Onkologie, die an einer Forschungseinrichtung in Tirol durchgeführt werden. Die Fördersummen verteilen sich im Rahmen des möglichen Budgets auf Projektförderungen sowie Dissertations-Förderungspreise.

Per Ende des Vorjahres wurden drei Forschungsprojekte – von Dr. Gabriele Gamerith, Dr. Giorgia Lamberti und Fabian Schuler, PhD - mit einer Gesamtfördersumme in Höhe von 60.000,- Euro abgeschlossen. Die jeweiligen

Berichte dazu und weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage: www.krebshilfe-tirol.at/forschung.

„Die gespendeten Geldmittel sind bei diesen Forschungsprojekten besonders effizient eingesetzt, da das Umfeld der Universität und Klinik den Zugang zu vielen Ressourcen ermöglicht, die für die bestmögliche Umsetzung der Projekte notwendig sind“, so Univ.-Prof. Dr. Jakob Troppmair, Leiter des Daniel Swarovski Forschungslabors (DSL) und Wissenschaftlicher Koordinator innerhalb der Krebshilfe Tirol.

Für die Forschungsförderung steht uns kein fixes Budget zur Verfügung, sondern wir sind direkt auf Ihre Spenden angewiesen. Die jährliche Straßensammlung war in den vergangenen Jahren unser wichtigster Baustein zur Finanzierung vielversprechender Projekte. Umso mehr hat uns der Ausfall der Sammlung im Vorjahr und heuer getroffen. Durch diese und auch durch großzügige Erbschaften konnten Tiroler Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler wichtige Erkenntnisse beisteuern, die zur Verbesserung der Krebsdiagnose und der Krebsbehandlung geführt haben.

FÖRDERUNG AM TIROLER KREBSFORSCHUNGSINSTITUT

Das Tiroler Krebsforschungsinstitut (TKFI) ist eine private Initiative des Ver-





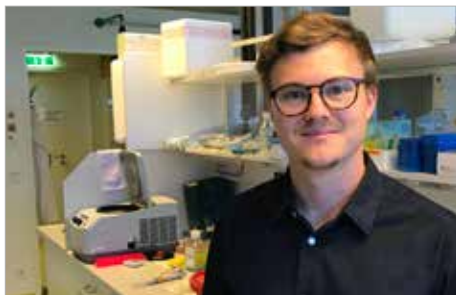
eins zur Förderung der Krebsforschung in Tirol, gegründet von em. Univ.-Prof. Dr. Raimund Margreiter und HR Hubert Kuprian. Das Ziel des TKFI ist die Krebsforschung mit direktem Bezug zur klinischen Anwendung. Es hat sich auch als Ausbildungsstätte erfolgreich etabliert. Drei StudentInnen konnten im Jahr 2020 ihre Arbeiten erfolgreich abschließen. Weitere 10 Arbeiten werden aktuell betreut.

Weiters im Angebot: Zellkulturpraktika für MedizinstudentInnen sowie Institutsführungen und „Schnupperlabor“

für SchülerInnen aus weiterführenden Schulen.

Seit der Gründung im Jahr 2000 unterstützte die Krebshilfe Tirol zahlreiche Projekte aus ihrem Forschungsförderungsprogramm. Darüber hinaus wurde das Institut bei der Erstausstattung sowie von 2007 bis einschließlich 2020 mit jährlichen Betriebskostenzuschüssen in Gesamthöhe von 612.564,- Euro gefördert.

Weitere Informationen: www.tkfi.at



WAS IST KREBS?

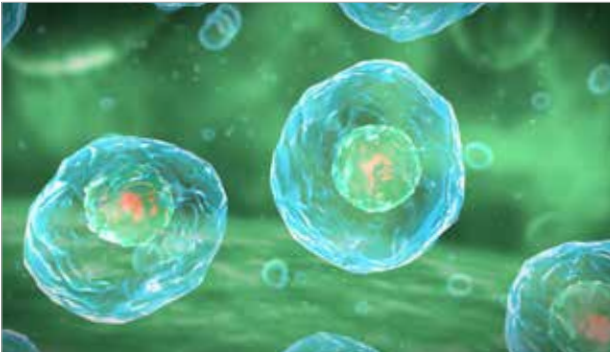
► Die Entstehung von Krebs ist ein komplexer Prozess, dem vielfältige (multifaktorielle) Ursachen zugrunde liegen. Krebs wird als Erkrankung des Erbmaterials von Zellen angesehen. Krebserrregende Stoffe (Kanzerogene) können, wenn Reparaturmechanismen des Körpers ausgeschaltet oder ineffektiv sind, bleibende Schäden am Erbmaterial verursachen. So entstehen Zellen mit genetischen Veränderungen (Mutationen), die dann bei Zellteilung auf Tochterzellen weitergegeben werden. Diese Veränderungen bewirken eine Aktivierung von Krebsgenen (Onkogene) und gleichzeitig ein Abschalten der Suppressorgene. Die Folge ist unkontrollierter Zell-Wachstum und -Vermehrung. Der Faktor Zeit spielt bei der Krebsentstehung eine wesentliche Rolle.

FAKTOR ZEIT

Die Tatsache, dass Krebserkrankungen mit zunehmendem Alter gehäuft auftreten, kann dadurch erklärt werden, dass es oft Jahre dauert, bis die zahlreichen Mutationen zu einer Entartung von Zellen und

schließlich zu einer Krebserkrankung führen. Unterschieden wird in gutartige Tumore (benigne Tumore) und bösartige Tumore (maligne Tumore). Erstere entstehen aus relativ normalen Zellen. Sie sind örtlich beschränkt, d.h. sie kapseln sich von dem umliegenden Gewebe ab und stellen keine unmittelbare Gefahr dar, da sie nicht eindringend, sondern eher verdrängend wachsen. Maligne Tumore entstehen aus Milliarden entarteter Zellen, die ursprünglich aus genetisch mutierenden bösartigen Ursprungszellen, die sich wieder und wieder geteilt haben, entstammen. Diese Krebszellen dringen in benachbartes Gewebe ein, siedeln sich dort an und zerstören es. Normalerweise wird eine solche Form von "biologischer Anarchie" im Körper durch ein ganzes System von Kontrollmechanismen unterdrückt. Ein Kennzeichen von Krebszellen ist jedoch, dass sie sich nicht mehr den normalen Regelmechanismen unterwerfen und durch kontinuierliche Teilung unsterblich werden. Darüber hinaus können Krebszellen durch bestimmte Wachstumsfaktoren die Bildung von Blut- und Lymphgefäßen begünstigen und auch selbst in diese Gefäßbahnen eindringen.

Dadurch werden sie im ganzen Körper verschleppt und gelangen in andere Organe. In diesem Fall bilden sich Tochtergeschwülste (Metastasen), die lebenswichtige Organe wie z.B. Lunge, Leber etc. bis zur Funktionsunfähigkeit schädigen und zerstören können.



In 1.401 Fällen konnten wir persönlich helfen, beraten und informieren.

BERATUNG UND HILFE IM BUNDESLAND TIROL

► Die Krebshilfe Tirol ist in allen Bezirken des Bundeslandes mit einer psychoonkologischen Beratungsstelle vertreten. Damit leisten wir einen großen Beitrag zur regionalen Unterstützung von an Krebs erkrankten Menschen, deren Angehörigen und interessierten Personen. Beratungsstellen gibt es derzeit in Innsbruck, Jenbach, Kitzbühel, Landeck, Lienz, Reutte, Schwaz, Tarentz, Telfs und Wörgl. Zusätzlich bieten wir mobile Betreuung an, um auch jene Menschen zu erreichen, die nicht zu uns kommen können. Onlineberatung oder Beratungen am Telefon nehmen ebenfalls zu und werden gern angenommen.

Rund 4.000 Menschen erkranken jedes Jahr in Tirol an Krebs. Diese Diagnose ist für die meisten Betroffenen und deren Bezugspersonen ein Schock und das Leben verändert sich von einem Tag auf den anderen in vielen Bereichen. Sorgen, Ängste und viele Fragen tauchen auf und alles andere rückt in den Hintergrund. Völlig unvorbereitet muss man sich mit einer ernsthaften Erkrankung

auseinandersetzen. Neben der körperlichen Belastung durch die verschiedenen Therapien ist eine Krebserkrankung auch eine große psychische Belastungsprobe für PatientInnen und ihre Angehörigen.

Ausgebildete PsychologInnen und PsychotherapeutInnen helfen daher schnell und persönlich. Die kompetente Beantwortung aller Fragen spielt hier eine bedeutende Rolle. Das Angebot der Krebshilfe Tirol richtet sich an Betroffene und Angehörige gleichermaßen und ist kostenlos. Dabei sind alle Fragen, alle Gefühle erlaubt.

Psychoonkologische Beratung zielt vor allem darauf ab, die Belastungen, die durch Krankheit und Therapie entstehen, zu lindern. Psychosoziale Beratung und Behandlung sollen bei der Auseinandersetzung mit der Erkrankung und ihren Folgen unterstützen. Gemeinsam wird nach Wegen gesucht mit der gewandelten Lebenssituation umzugehen.

Eröffnung der neuen
Beratungsstelle in
Reutte
v.l. Gertrud E. Köck,
Anita Singer, Birgit
Aldrian-Holzner.



Kinder leiden besonders **WENN MAMA ODER PAPA AN KREBS ERKRANKEN**

Sehr oft sind die ersten Gedanken erkrankter Eltern nach der Diagnose: „Werde ich mein Kind aufwachsen sehen, muss ich bald sterben, wie soll ich meinem Kind sagen, dass ich Krebs habe? Kinder wissen früher oder später auch ohne direkte Information, dass in ihrer Familie etwas Wichtiges nicht stimmt. Daher richtet sich ein Beratungsangebot der Krebshilfe Tirol auch speziell an Kinder und Jugendliche von an Krebs erkrankten Eltern bzw. nahen Bezugspersonen. Hilfe & Info: Tel. 0512 57 77 68 oder www.krebshilfe-tirol.at.



Schnelle Hilfe hilft doppelt **FINANZIELLE SOFORTHILFE SIE SIND NICHT ALLEIN**

Zweckgewidmete Spenden von Privatpersonen und Firmen geben uns dankenswerterweise die Möglichkeit, auch finanzielle Unterstützung für jene Menschen anzubieten, die verursacht durch ihre Krebserkrankung in eine finanzielle Notlage geraten sind. In den letzten Jahren erhielten hunderte Menschen finanzielle Hilfe aus dem Krebshilfe Soforthilfe-Fonds.

2020 wurden in Tirol 63 Anträge bewilligt. Mit insgesamt 40.886 Euro konnte Betroffenen in finanzieller Notlage so rasch und unbürokratisch geholfen werden.

Wir konnten oft helfen!

BERATUNG & INFORMATION – KONTAKTE 2020

Insgesamt wurden 1.401 persönliche Beratungen bzw. Begleitungen durchgeführt. Darin enthalten sind auch 499 Anfragen/Anliegen am Krebshilfe-Telefon und direkt in unserer Geschäftsstelle. 68 Prozent unserer Klienten waren Frauen, 32 Prozent Männer. Betroffene stellten mit 64 Prozent den größten Teil unserer KlientInnen dar, darüber hinaus Angehörige (36 Prozent). Die häufigsten Tumorarten / Anliegen: Brustkrebs, Darmkrebs, Lungenkrebs, Leukämien, Bauchspeicheldrüsenkrebs, Gehirntumore und Prostatakrebs.

Die Krebshilfe Tirol ist mit den onkologisch tätigen Abteilungen/Institutionen in unserem Bundesland sehr gut vernetzt. Unser umfangreiches Broschüren-Angebot wird gern genutzt und direkt an Patienten und Angehörige weitergegeben. Direkte Bestellungen auch für Privatpersonen sind bei uns oder über unsere Homepage jederzeit möglich. Aufgrund der Corona-Pandemie konnten 2020 die meisten Veranstaltungen nicht durchgeführt werden. Zumindest 10 Aktionen konnten dennoch umgesetzt werden. Unsere Veranstaltungen werden sehr gern angenommen und sind für unsere Arbeit von großer Bedeutung. Wir freuen uns, wenn wir wieder in gewohntem Umfang für Sie da sein können.

Hautkrebsvorsorge DER „RICHTIGE“ SONNENSCHUTZ



► Endlich Sommer! Viele von uns zieht es hinaus ins Freie. Die Sehnsucht nach Sonne und frischer Luft war wohl selten so groß wie in diesen Tagen. Die Sonne gibt uns Licht, spendet Wärme und Wohlbefinden. Licht fördert die Bildung von Vitamin D, das für den Aufbau und Erhalt der Knochen benötigt wird. Unser Körper kommt dabei mit ganz wenig Sonne aus: ein Spaziergang pro Woche oder vier Minuten pro Tag reichen. Die Vitamin D-Bildung funktioniert auch bei bedecktem Himmel.

Kurz gesagt: Wir brauchen die Sonne. Aber wir sollten sie auch ganz ohne Reue genießen können, denn wie bei so vielen schönen Dingen hat auch die Sonne eine Schattenseite. In unserer Gesellschaft steht ein sonnengebräunter Teint für „gesund“, „dynamisch“ und „erfolgreich“. Doch bitte bedenken Sie: Ihre Haut vergisst nichts. Jeder Sonnenbrand (vor allem im Kindes- oder Jugendalter) erhöht Ihr Risiko an Hautkrebs zu erkranken. Durch effizienten Sonnenschutz – natürlichen Schatten, Sonnencreme und Sonnen-

schutzkleidung – können Sonnenbrände vermieden werden. Das Hautkrebsrisiko hängt ebenso mit dem Hauttyp zusammen. So kommt Hautkrebs wesentlich häufiger bei Menschen mit heller Haut, hellen Haaren, hellen Augen und Sommersprossen, als bei brünetten oder dunkelhaarigen Menschen mit dunklerer Haut vor.

Heute weiß man, dass die lichtbedingte Hautalterung mit Schläffheit, Faltenwirkung und Pigmentstörungen durch jahrelanges Einwirken von UVA- und UVB-Strahlen entsteht.



Lesen Sie weiter und erfahren Sie alles Wissenswerte im Umgang mit der Sonne in unseren aktuellen Broschüren „Sonne ohne Reue“ und „Hautkrebs“. Bestellungen auf www.krebshilfe-tirol.at sowie Tel. 0512-577768



Spendenkonto: Tiroler Sparkasse

IBAN AT11 2050 3013 0000 5004 | BIC: SPIHAT22

Spenden an die Krebshilfe Tirol sind steuerlich absetzbar.

Besuchen Sie uns auf: www.krebshilfe-tirol.at

Vorsorgekoloskopie

DON'T WAIT: EINE DARMSPIEGELUNG SCHÜTZT

► Darmkrebs ist wie kein anderer Tumor früh zu erkennen und damit heilbar. In mehr als 90 Prozent aller Fälle sind vor der Entstehung des Karzinoms viele Jahre hindurch Vorstufen in Form von zunächst gutartigen Darmpolypen nachweisbar. Wenn Frauen und Männer ab dem 50. Lebensjahr alle 10 Jahre eine Darmspiegelung durchführen ließen, könnten mögliche Polypen sofort erkannt und abgetragen werden. Dadurch kann die Entstehung von Darmkrebs weitgehend vermieden werden.

Studien haben gezeigt, dass mehr als die Hälfte der Bevölkerung über 50 Jahre noch nie eine Darmspiegelung durchführen ließ. Deshalb empfiehlt die Österreichische Krebshilfe, diese unbedingt wahrzunehmen. „Don't wait“ ist hier nicht nur Motto sondern ein eindringlicher Appell.



Die Krebshilfe Tirol führt regelmäßig Aktionstage zum Thema Darmgesundheit durch. In den vergangenen Jahren nutzten viele BesucherInnen diese Gelegenheit und informierten sich persönlich über Darmkrebsfrüherkennung und -vermeidung. Besonders großes Interesse fand dabei das sieben Meter lange begehbare Darmmodell.

Weitere Informationen und eine Auflistung aller zertifizierten koloskopierenden Stellen finden Sie in der aktuellen und kostenlosen Broschüre „Darmkrebsvorsorge“. Bestellungen auf www.krebshilfe-tirol.at sowie Tel. 0512-577768.



Männergesundheit WAHRE MÄNNER GEHEN ZUR PROSTATAKREBSVORSORGE

► Männer werden gerne als „vorsorgeignorant“ bezeichnet. Tatsächlich nehmen sie Früherkennungsuntersuchungen bei weitem nicht so regelmäßig wahr, wie Frauen.

Die lockere Krawatte soll Österreichs Männer daran erinnern, sich abseits des alltäglichen Stresses für einen Termin auf jeden Fall Zeit zu nehmen: Die Prostata-Vorsorge ab 45! Gestartet wurde die Krebshilfe-Aktion erstmals 2015. Seither setzen sich sehr viele Menschen dafür ein, dass ‚Mann‘ an den Prostatacheck denkt.

sowie Vorstandsmitglied der Krebshilfe Tirol. „Das wichtigste Argument für die Prostatakrebs-Vorsorge ist: Früh erkannt steigt die Chance auf Heilung. Nur rechtzeitig vorzusorgen kann daher die Zukunft positiv beeinflussen. Darum lockern auch Sie die Krawatte und nehmen Sie unsere Einladung an: Gehen Sie zur Untersuchung. Aus Liebe zum Leben.“



Infos, Videos und Broschürenbestellung:
www.loosetie.at, www.krebshilfe-tirol.at

VIDEOREIHE „FAKE NEWS PROSTATAKREBS“

Trotz jahrelanger Aufklärung gibt es noch immer Irrglauben und Mythen rund um die Prostatakrebs-Vorsorge und Prostatakrebs. Die Österreichische Krebshilfe hat gemeinsam mit Österreichs Urologen die häufigsten Fake News gesammelt und daraus unter der Regie von Gerald Fleischhacker amüsante Videos produziert. Damit soll nicht nur aufgeklärt, sondern vor allem einmal mehr zur Früherkennungsuntersuchung aufgerufen werden.

„Gerade dieser Irrglaube ist es, der sich hartnäckig hält. Wir UrologInnen hören bei unserer Arbeit immer wieder – mehr oder weniger – absurde Ausreden, die die Prostatakrebs-Früherkennung, aber auch Behandlung betreffen“, berichtet Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Horninger, Präsident der ÖG für Urologie und Andrologie





KUNST HILFT

**Online - Kunstausstellung
zu Gunsten der Krebshilfe Tirol**

Jetzt besuchen unter www.krebshilfe-tirol.at



Um Betroffenen und deren Angehörigen das Angebot der Kunsttherapie zu ermöglichen und damit die Beratung der Krebshilfe Tirol zu erweitern, veranstaltet die Therapeutin Dr. Daria Daniaux gemeinsam mit der Krebshilfe Tirol eine Online Kunstausstellung.

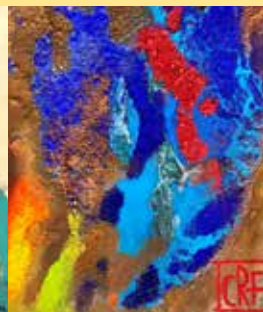
Die Kunstwerke werden gegen eine Spende an die Krebshilfe Tirol an Interessierte weitergegeben. Ihre Spende ist absetzbar.

SPENDENKONTO | IBAN: AT11 2050 3013 0000 5004 | BIC: SPIHAT22

Sowohl neue als auch erfahrene KünstlerInnen nehmen bei der Gemeinschaftsausstellung teil.

Einige namhafte KünstlerInnen konnten für dieses Projekt gewonnen werden wie etwa:

Prof. Elmar Peintner | DI Michael Prachensky | Arthur Salner
Johannes Maria Pittl | Bischof MMag. Hermann Glettler | Mag. Georg Löwit
Dir. Georg Schärmer | Carolin Labek | DI Carla Romana Fantini
& viele weitere



VIELE GRÜNDE FÜR DIE HPV-IMPfung

Im Gespräch mit Krebshilfe Tirol Präsident Christian Marth.

► HPV ist die Hauptursache für Gebärmutterhalskrebs. Mit HPV-Impfung und -Test stehen zwei Instrumente zur Verfügung, die das Erkrankungsrisiko dramatisch senken können.

WAS IST HPV EIGENTLICH?

Die Abkürzung steht für humane Papillomviren. Es gibt mehr als hundert Typen dieses Virus, das Epithelzellen der Haut und verschiedene Schleimhäute infiziert.

WIE WIRD DAS VIRUS ÜBERTRAGEN?

Häufigste Übertragungsart sind Sexualkontakte. Anders als bei HIV bieten Kondome aber nur einen etwa 50-prozentigen Schutz. Zudem kann die Ansteckung mit HPV nicht nur durch vaginal- oder anal-, sondern auch durch Oralverkehr erfolgen. Es kann aber auch bereits bei der Geburt zu einer Ansteckung kommen. Da das Virus über die Haut übertragen wird, ist auch eine sogenannte Schmierinfektion möglich, aber selten.

WIE VERBREITET IST DAS VIRUS UND WAS KANN ES ANRICHTEN?

Die Viren sind sehr häufig. Ein Großteil aller Frauen und Männer haben in ihrem Leben eine HPV-Infektion, ohne es zu bemerken. In den allermeisten Fällen wird der Körper das Virus von allein wieder los. Problematisch wird es, wenn die Infektion chronisch wird, zu Zellveränderungen und in weiterer Folge zu Krebsvorstufen führt. Dieser



Prozess dauert aber Monate oder sogar Jahre.

WIE WIRD DAS VIRUS BEHANDELT?

Aktuell gibt es keine Behandlung gegen das Virus selbst, lediglich gegen seine Folgen. Das Beste, was man tun kann, ist sich impfen zu lassen. Aus Studien wissen wir, dass durch die HPV-Impfung ein de facto 100-prozentiger Schutz vor den geimpften HPV-Typen besteht. Insgesamt sinkt das Gebärmutterhalskrebsrisiko um mindestens 70 Prozent. Sie bietet aber auch Schutz vor anderen mit HPV in Verbindung stehenden Krebserkrankungen und deren Vorstufen.

WER SOLLTE DEN HPV-TEST MACHEN UND WIE OFT?

Erfahrungsgemäß ist die sexuelle Aktivität von Frauen bis zum Alter von 30 Jahren höher. Damit also auch die Wahrscheinlichkeit, eine frische HPV-Infektion zu haben, die von selbst wieder verschwinden würde. Um nicht viele falschpositive Ergebnisse zu produzieren, sollten Frauen ab 30 den Test alle zwei Jahre durchführen lassen. Das gilt auch für geimpfte Frauen. Den alten Krebsabstrich werden wir aber weiterhin für die weitere Abklärung benötigen.

Univ.-Prof. Dr. Christian Marth, Direktor Univ.-Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe, MUI Innsbruck



Die kostenlose Broschüre erhalten Sie unter Tel. 0512 57 77 68 oder online www.krebshilfe-tirol.at.



VORSORGEN IST DIE BESTE MEDIZIN

GESUNDER LEBENSSTIL

Jede(r) kann einen Beitrag dazu leisten, das persönliche Krebsrisiko zu reduzieren: durch einen gesunden Lebensstil und regelmäßige Früherkennungsuntersuchungen.

Leider ist das aber keine Garantie, nicht an Krebs zu erkranken.

BEWEGUNG GEGEN ÜBERGEWICHT

5,4 Prozent aller Krebserkrankungen bei Frauen und 1,9 Prozent bei Männern hängen mit dem BMI (über 30) zusammen. Besonders Bauchfett wirkt sich negativ auf das Krebsrisiko, Diabetes, Herz-Kreislauferkrankungen aus. Sorgen Sie für regelmäßige Bewegung im Alltag. Verbringen Sie weniger Zeit im Sitzen.

RAUCHEN SIE NICHT

Rauchen ist kein „harmloses“ Vergnügen: Von den über 4.000 Chemikalien im Tabakrauch sind über 50 Substanzen krebsfördernd.

„SONNE OHNE REUE“

Achten Sie auf ausreichenden Sonnenschutz, insbesondere bei Kindern. Gehen Sie nicht ins Solarium.

VERANTWORTUNGSVOLLER UMGANG MIT ALKOHOL

Reduzieren Sie Ihren Alkoholkonsum. Der völlige Verzicht auf Alkohol ist noch besser für die Verringerung Ihres Krebsrisikos.

ALLGEMEINE VORSORGE- UND FRÜHERKENNUNGSEMPFEHLUNGEN:

Für FRAUEN

- ▶ Krebsabstrich (Gebärmutterhals): ab 20 einmal jährlich
- ▶ Mammografie: ab 40 in zweijährigem Abstand
- ▶ Tastuntersuchung der Brust: Das Abtasten der Brust selbst, den Arzt oder andere Dritte (z.B. blinde Frauen) ersetzt nicht die Mammografie und ist nicht geeignet, kleine Veränderungen in der Brust zu entdecken.

Für MÄNNER

- ▶ Selbstuntersuchung der Hoden: monatlich ab 20
- ▶ Prostatauntersuchung durch Arzt oder Ärztin: regelmäßig ab 45
- ▶ Harnuntersuchung: ab 40 einmal jährlich

Für FRAUEN und MÄNNER

- ▶ Okkulttest: ab 40 einmal jährlich
- ▶ Darmspiegelung: ab 50 alle zehn Jahre
- ▶ Hautselbstuntersuchung: zweimal jährlich
- ▶ Impfung gegen HPV: empfohlen für Mädchen/Frauen und Buben/Männer ab dem 9. Geburtstag

Die kostenlose Broschüre erhalten Sie unter Tel. 0512 57 77 68 oder online www.krebshilfe-tirol.at.



GEMEINSAM FÜR BRUSTGESUNDHEIT PINK RIBBON – ,DAS' SYMBOL FÜR VORSORGE UND HILFE.

► „In Österreich startete die „Pink Ribbon-Aktion“ im Jahr 2002 in enger Zusammenarbeit zwischen der Krebshilfe mit Estée Lauder Companies und zahlreichen PartnerInnen aus den verschiedensten Bereichen. Bereits 1992 schuf Evelyn Lauder die „rosa Schleife“, die mittlerweile um die Welt ging.

DREI ANLIEGEN STEHEN JEDES JAHR IM MITTELPUNKT

👉 Erinnerung an die Wichtigkeit der Mammografie, 👉 die Solidarität mit BrustkrebspatientInnen und 👉 die Hilfe für Brust-

krebspatientInnen. Im Laufe der Zeit entwickelten sich aus der Pink Ribbon Aktion und der Zusammenarbeit mit Patientinnen und UnterstützerInnen zahlreiche weitere Aktionen wie „Face it with a Smile“, „Meta Mädels Meetings“ oder die „Mutmacherinnen“. All diese Aktionen dienen der Unterstützung von BrustkrebspatientInnen und wären ohne die Spenden aus Pink Ribbon nicht möglich.

In der „Hoch-Zeit“ der Corona-Virus-Verbreitung mussten leider diese Angebote ausgesetzt und auch einige Veranstaltungen abgesagt werden. Auch wichtige





Vorsorgeuntersuchungen erfolgten nicht. Die Erstdiagnosen sind im Vergleich mit demselben Zeitraum im Jahr 2019 um zwei Drittel zurückgegangen. Bei der Krebsfrüherkennung kann jedoch jeder Tag zählen.

Wir appellieren daher einmal mehr an Sie, das breite Angebot der Krebsfrüherkennungsuntersuchungen als auch die Unterstützung durch die Krebshilfe anzunehmen: Aus Liebe zum Leben.

PETERA X FOR YOU – MORE THAN A CHARITY PROJECT

„Das Leben ist etwas, was dir passiert, während du ganz andere Dinge planst“, meinte schon John Lennon.

Die Charity-Fotoausstellung des Fotografen Aleksandar Koncar zeigte ausdrucksstarke Porträts von 8 Frauen, die das Leben feiern, auch wenn darin plötzlich das Unwort Brustkrebs vorkommt. PETERA begleitet seit 125 Jahren Frauen, die mit beiden Beinen im Leben stehen. Daher

war diese Ausstellung das persönliche Highlight im Jubiläumsjahr 2020 und etwas ganz Besonderes.

Auch für uns! Am 18. November freuten wir uns riesig über das großartige Ergebnis: 5.000 Euro durften wir entgegennehmen. Wir bedanken uns herzlich bei allen die dafür gespendet haben. Unser größter Dank gilt Anna Striessnig und Team von PETERA für diese wunderschöne Aktion zum Wohl von BrustkrebspatientInnen in unserem Bundesland.

PINK RIBBON TOUR-STOPP – ZU GAST BEIM TIROLER FRAUENLAUF

Regelmäßige körperliche Aktivität vermindert das Brustkrebsrisiko erheblich. Unter dem Motto „Laufen gegen Brustkrebs“ steht der Tiroler Frauenlauf, organisiert von Alexander Pittl, Monika Lanz-Pittl und Team seit vielen Jahren in Partnerschaft mit der Krebshilfe Tirol. Gemeinsam setzen wir uns für die Unterstützung und Hilfe von an Brustkrebs erkrankten Frauen ein. Im Vorjahr war er erstmals auch Gastgeber des Tiroler Pink Ribbon Informationstages. Das Event konnte im Herbst unter Einhaltung aller behördlichen Auflagen im kleinen Rahmen stattfinden. Zahlreiche Besucherinnen holten sich die aktuelle Vorsorge-Broschüre am Stand. Auch danken wir allen, die

bei der Pink Ribbon Tombola mitgemacht haben und so betroffene Frauen unterstützten.

#WIRSPENDENGEMEINSAM WSG TIROL ERSTRAHLT IN PINK

Der Oktober erstrahlte wieder ganz in pink bei der WSG. Eine Herzensangelegenheit ist der Pink Ribbon Monat Oktober in dem einmal mehr die Krebshilfe Tirol mit einer tollen Aktion unterstützt wurde. Auf der Homepage der WSG und deren Social Media Kanälen wurden 18 Special Edition-Trikots inklusive Unterschrift der Lieblingsspieler sowie weitere tolle Sonderpreise vorgestellt und verlost. Wir freuten uns sehr über die Spende in Höhe

von 1.000 Euro. Danke liebe WSG und ganz besonders unserer Pink Ribbon Botschafterin der ersten Stunde, Diana Langes, dass ihr stets an unserer Seite seid.

AND LAST BUT NOT LEAST: DANKE!

Den Pink Ribbon Botschafterinnen Carina Mauthner, Lisbeth Potykanowicz, DSA Gabi Schiessling und Carmen Stanger; Maria Haffner; Sylvia Eineter; Carolin Labek; TIROLERIN; Nadja Anzengruber/Trainway Innsbruck; Brigitte Stampfer sowie allen, die diese Aktionen mit ihrer Spende so großzügig unterstützt haben.

www.pinkribbon.at
www.frueh-erkennen.at

Herzlich danken wir allen wunderbaren Menschen für ihre tollen, berührenden Aktionen und Gesten zugunsten betroffener Frauen. Nur gemeinsam können wir erkrankten Frauen und ihren Familien beistehen, sie unterstützen und ihnen rasch und unbürokratisch helfen.



VORSORGEN DURCH SPORT UND BEWEGUNG



► Ausreichende körperliche Aktivität gilt als wichtiger Bestandteil eines gesunden Lebensstils und dient bekanntlich zur Prävention von Herz-Kreislauf- sowie Stoffwechselerkrankungen und kann das Krebsrisiko senken.

Grundsätzlich gilt hierbei jegliche Körperbewegung, die mit einer Muskelkontraktion verbunden ist und die den Energieverbrauch ansteigen lässt. Diese Definition bezieht sich auf eine Vielzahl von Aktivitäten: Von körperlicher Betätigung in der Freizeit, wie etwa Wandern, Schwimmen,

Ballspielen, über berufliche Aktivitäten bis hin zur Betätigung im häuslichen Umfeld, wie zum Beispiel Rasenmähen oder Schneeschaukeln.

Wichtig ist, dass Sie für eine regelmäßige körperliche Aktivität im Alltag sorgen! Experten empfehlen 30 Minuten Bewegung dreimal wöchentlich.

Weitere Empfehlungen und Tipps dazu finden Sie in unserer Broschüre „Bleiben Sie in Bewegung“. Bestellung unter www.krebshilfe-tirol.at sowie Tel. 0512-57 77 68.



BEWEGUNG BEI KREBS

► Bewegung kann bei einer Krebserkrankung sogar als Therapie genutzt werden. Vorrangiges Ziel des Bewegungstrainings für KrebspatientInnen ist die Vermeidung von Inaktivität.

Sowohl das körperliche als auch das seelische Befinden werden durch regelmäßige körperliche Aktivitäten positiv beeinflusst.

POSITIVE EFFEKTE AUF DEN KÖRPER:

- Bewegungsapparat und Beweglichkeit
- Herz/Kreislauf - System
- Stoffwechsel
- allgemeine Fitness
- gestärktes Abwehrsystem

POSITIVE EFFEKTE AUF DIE SEELE:

- besseres Kennenlernen und damit Annehmen des eigenen (veränderten) Körpers
- Anheben der Stimmung
- Angstabbau und Mutmachen
- Selbstvertrauen fördern

Erfahren Sie mehr über körperliche Aktivität bei einer Krebserkrankung in unserer Broschüre „Bewegung bei Krebs“. Bestellung auf unserer Webseite sowie Tel. 0512-57 77 68.

BEWEGE DICH MIT!

Die Krebshilfe Tirol fördert mit verschiedenen Aktionen Ihre Bewegung. Mehr auf www.krebshilfe-tirol.at



Gemeinsam Gutes tun für Menschen mit Krebs! Einiges war möglich und viele haben gespendet.

► Auch wenn Corona unser aller Leben auf den Kopf stellte, die Hilfsbereitschaft und den Einsatz für Menschen mit Krebs konnte das Virus nicht stoppen. Mit viel Kreativität und Einfallsreichtum fanden trotz aller Widrigkeiten einige Charity-Aktionen statt.

Sämtliche Aktivitäten der Krebshilfe Tirol sind ohne die Hilfe der Bevölkerung, unseren treuen SpenderInnen, Sponsoren und den zahlreichen Menschen, die sich auch in unseren Gremien ehrenamtlich engagieren, unmöglich.

Dafür sagen wir Ihnen allen an dieser Stelle von Herzen Dankeschön: für alle Zeit und Mühen, die Sie im vergangenen Jahr aufgewendet haben, um zu

helfen, wo Hilfe nötig war. Danke für alle Aktionen, Kranzspenden und tollen Ideen.

Gemeinsam haben Sie dazu beigetragen die Projekte und Angebote der Krebshilfe Tirol zu finanzieren. Exemplarisch wollen wir drei davon hier vorstellen.

WERTVOLLE HILFE DER HYPO TIROL BANK

Daniel Senn ist in unserem Verein als ehrenamtlich tätiger Rechnungsprüfer tätig. Darüber hinaus engagiert er sich aktiv und sammelt Spenden. Für die Begleitung und Unterstützung von krebserkrankten Menschen überreichte er uns einen großzügigen Spendenscheck der Hypo Tirol Bank in Höhe von 3.000,- Euro.





#GEMEINSAM BERGAUF OBERLAND TOURENCUP

Der Oberland Tourencup war das mit Abstand coolste Schitouren-Event im Winter 2020/2021. Das Organisationsteam rund um den Verein ‚Team Onsignt‘ hat sich coronabedingt etwas Besonderes einfallen lassen. In 53 Tagen konnten alle TeilnehmerInnen insgesamt 9.513 Kilometer sammeln. Für jeden gesammelten Kilometer erhielt die Krebshilfe Tirol eine Spende in Höhe von 0,10 Euro. Dr. Philipp Plangger und Dr. Birgit Pateter verdoppelten die Spendengel-

der. So durften wir schließlich den Spendenscheck in Höhe von 5.000,- Euro entgegennehmen. Danke vielmals allen, die dieses tolle Ergebnis möglich gemacht haben!

RIEDLE INSTALLATIONEN UNTERSTÜTZT BERATUNGSANGEBOT FÜR KINDER UND JUGENDLICHE!

Mit einer großzügigen Spende in Höhe von 3.000,- Euro unterstützte Riedle Installationen unser Beratungsangebot für Kinder und Jugendliche in Innsbruck und Reutte. Jährlich erkranken in Tirol rund

4.000 Menschen neu an Krebs. Viele davon sind Mütter oder Väter von Kindern und Jugendlichen, die mit der Krebserkrankung der Eltern nicht zurechtkommen und Unterstützung brauchen. Mit dem Projekt „Mama/Papa hat Krebs“ wenden wir uns an betroffene Kinder und Jugendliche und bieten ihnen Begleitung und Hilfestellung in dieser schwierigen Zeit. Herzlichen Dank!



Wir danken ganz herzlich:

MANUELA BAUMANN | JULIA BRUNNER | ISABELL MARTH | JOACHIM NIGG | CORNELIA SUMERAUER | PHILIPP PLANGGER | BIRGIT PATETER | HOTEL ELISABETH GMBH | ANNA LORENZ | CHRISTIAN CHINI | MARKUS JÄGER | JUNGBAUERN STEEG | ELFRIEDE UND RUDOLF HUTER | STEFANIE KRÜGER | KARY WILHELM | ALOISIA LECHNER | CORNELIA WEILGUNY | MARGIT UND KARL HEEL | ELMAR PFENNIG.

Volle Transparenz ist für uns selbstverständlich

FINANZBERICHT 2020

► Die Österreichische Krebshilfe Tirol finanzierte ihre Angebote und Leistungen überwiegend durch private Spenden, Charities und Mitgliedsbeiträge. Erstmals erhielt die Krebshilfe Tirol eine Subvention des Landes Tirol in Höhe von 15.000,- Euro. Zudem half eine Unterstützung aus dem COVID-Fonds des Bundes unsere beträchtlichen Spendenausfälle etwas aufzufangen. Der Umgang mit Spendengeldern und die statutengemäße Verwendung werden durch eine unabhängige Finanzprüfung und die Vergabe des Österreichischen Spendengütesiegels bestätigt, das wir seit dessen Einführung im Jahr 2002 führen und tragen dürfen. Dank der jährlichen strengen Prüfung können Spender und Spenderinnen vertrauen, dass ihre Spendengelder transparent, widmungsgemäß und sparsam eingesetzt werden. Im Jahr 2020 erzielte der Verein ein Jahresergebnis von € 8.628,57. Dieser Betrag wird für statutarische Zwecke zurückgelegt.

MITTELHERKUNFT:		EURO
I.	Spenden	
	a) davon ungewidmete Spenden	122.310,19
	b) davon gewidmete Spenden	35.253,94
II.	Mitgliedsbeiträge	9.275,90
III.	Betriebliche Einnahmen	0,00
IV.	Subventionen Öffentl. Hand	71.537,85
V.	Sonstige Einnahmen	
	a) Vermögensverwaltung (nach KEST)	389,71
	b) sonstige andere Einnahmen	15.424,56
VI.	Auflösung von Passivposten für noch nicht widmungsgemäß verw. Spenden	0,00
VII.	Auflösung von Rücklagen	0,00
VIII.	Jahresverlust	0,00

Summe Mittelherkunft 2020	254.192,15
----------------------------------	-------------------

MITTELVERWENDUNG:		
I.	Für statutarisch festgelegte Zwecke	186.349,46 76%
	davon Forschungsförderung	58.994,55 24%
	davon Beratung & Hilfe	108.108,26 44%
	davon Information, Prävention	19.246,65 8%
II.	Spenderinformation, Spendenwerbung	26.507,00 11%
III.	Verwaltungsausgaben	8.580,20 3%
IV.	Sonstige Ausgaben	24.126,92 10%
V.	Zuführung von Passivposten	0,00
VI.	Zuführung von Rücklagen	0,00
VII.	Jahresüberschuss	8.628,57

Summe Mittelverwendung 2020	254.192,15
------------------------------------	-------------------

DANKE AN UNSERE SPONSOREN & PARTNER FÜR DIE WERTVOLLE UNTERSTÜTZUNG 2020



IMPRESSUM:

Herausgeber und Medieninhaber: Österreichische Krebshilfe-Krebsgesellschaft Tirol | Anichstraße 5a | 6020 Innsbruck.
Tel. +43 (0)512- 577768 | Fax: DW 4 | Email: office@krebshilfe-tirol.at | Homepage: www.krebshilfe-tirol.at | facebook.com/KrebshilfeTirol
ZVR: 755255553 | DVR 091/0155 | Reg.Nr. Spendenabsetzbarkeit: SO 15502.

Redaktion & Text: Anita Singer (Geschäftsführerin) | Layout/Grafik: werbezone.at | Druck: Offset5020

Bildnachweise: Titelseite: Birgit Thaler-Steiner; S. 3/S. 14/S. 16/S. 20: C. Marth; S.4-5: J. Troppmaier, G. Lamberti, F. Schuler, M. Hermann;
S. 6: iStock.com/darnellvfx; S. 9: iStock.com/936342386_grafxart8888; S. 11: W. Horninger; S.12: DI Michael Prachensky, Prof. Elmar Peintner, Arthur Salner, Johannes Maria Pittl; S.13: Kary Wilhelm, Mag. Georg Löwit, Bischof MMag. Herman Glettler, Carolin Labek, Carla Romana Fantini; S. 15: Fotolia_105356751; S 17-18: WSG Tirol, Petera, Herbert Koffou; S. 19: M. Antranas Zimmer/Pixabay, V.Garcia/Pexels; S. 21: Oberland Tourencup; S 24 iStock.com/Nastco; alle anderen: Krebshilfe Tirol.

Mit der Spendeneinzahlung wird das Einverständnis für die Aufnahme in die Spendendatei der Österreichischen Krebshilfe Tirol verbunden. Für die Österreichische Krebshilfe Tirol hat der Datenschutz einen sehr hohen Stellenwert. Es gilt die DSGVO.



WIR BERATEN SIE KOSTENLOS

Für Terminvereinbarungen wenden Sie sich bitte an:

Jenbach

Mag.^a Beate Astl
Tel. 0650-7205303

Kitzbühel

MMag.^a Dr.ⁱⁿ Astrid Erharter-Thum
Tel. 0681-10405938

Landeck

Dr. Manfred Deiser
Tel. 0664-4423222

Lienz

Mag.^a Katja Lukasser
Tel. 0650-3772509

Reutte

Mag.^a Gertrud Elisabeth Köck
Tel. 0664-2251625

Schwaz

Dr. Fritz Melcher
Tel. 0664-9852010

Tarrenz

DSA Erwin Krismer
Tel. 0676-7394121

Telfs

Dr.ⁱⁿ Ingrid Wagner
Tel. 0660-5697474

Wörgl

Dr.ⁱⁿ Dorothea Pramstrahler
Tel. 0650-2831770

Mama, Papa hat Krebs (für Kinder/Jugendliche)

MMag.^a Barbara Baumgartner
Tel. 0664-73245396
Innsbruck

KREBSHILFETELEFON
0512 57 77 68

www.krebshilfe-tirol.at