

Newsletter November 2025

Liebe Patient*innen und Interessierte der Langzeitnachsorge,

mit dem folgenden Newsletter erhalten Sie einen detaillierten Einblick in die aktuellen Themen und Tipps des Langzeitnachsorge Teams des UKSH Lübeck. In unserem heutigen Newsletter erfahren Sie mehr über vergangene Events, neue Broschüren zum Thema Ernährung und Sport, die Website Na-DI und den bevorstehenden Adventskalender.

Neue Website

Hier klicken



[Home](#) [Patient*innen ▲](#) [Nachsorgezentren ▲](#) [Ärzt*innen](#)

Herzlich Willkommen auf unserer Website!



Unser Ziel ist es, die medizinische Versorgung von Erwachsenen, die in ihrer Kindheit oder Jugend an Krebs erkrankt waren, bundesweit durch das Angebot einer standardisierten Langzeitnachsorge zu verbessern.

Die Langzeitnachsorge beginnt in der Regel fünf Jahre nach Abschluss einer Krebsbehandlung, wenn die reguläre, tumorspezifische Nachsorge endet.

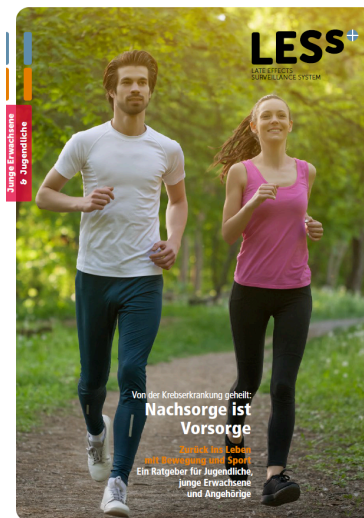
Das LE-Na Projekt ist aus einer Kooperation zwischen der Kinder- und Jugendklinik, vertreten durch Prof. Dr. Thorsten Langer, und dem Bereich Innere Medizin, vertreten durch Prof. Dr. Judith Gebauer, des Universitätsklinikums Schleswig-Holstein entstanden.

Inzwischen gibt es in vielen Städten in Deutschland onkologische Zentren, die im Rahmen des LE-Na-Projekts eine spezialisierte Langzeitnachsorge anbieten. Dadurch ist für die meisten Betroffenen eine wohnortnahe Anbindung zur Langzeitnachsorge möglich.

Bereits im letzten Newsletter haben wir es erwähnt, wollen allerdings auch hier nochmal auf unsere neue Website aufmerksam machen. Sie gibt Auskunft über die derzeitigen Nachsorgezentren und wie Sie diese erreichen können. Außerdem

haben wir einen Bereich für Ärzt*innen & Patient*innen eingerichtet, auf denen jeweils spezifische Informationen veröffentlicht werden.

Neue Broschüren - Sport & Ernährung



Die neuen Broschüren zu den Themen **Sport** und **Ernährung** sind ab sofort auf unserer Website verfügbar (siehe unten). Wie bleibe ich fit? Was sollte ich bei der Ernährung in der Nachsorge beachten? Wo finde ich Expert*innen zu meinen Themen und Fragen? Wie lerne ich, meinem Körper wieder zu vertrauen? Diese und viele weitere Fragen sollen in den Broschüren beantwortet werden. Sie stehen kostenfrei zur Verfügung und können neben vielen weiteren Broschüren heruntergeladen und auch bestellt werden. Weitere Kategorien unserer Broschüren beschäftigen sich intensiv mit den Themen **Krebs bei Kindern und Jugendlichen** oder **Krebs bei Erwachsenen** und beinhalten auch eine Breite an verschiedenen Unterthemen.

Broschüren

Regenbogenfahrt 2025



Das Motto:
Eins werd´ ich nie tun: AUFGEBEN!
&
So wie wir könnt Ihr es auch schaffen!

Vom 16. bis zum 23. August 2025 fand die mittlerweile 33. Regenbogen Fahrradtour statt, organisiert durch die Deutsche Kinderkrebsstiftung. Doch was steckt dahinter?

Jedes Jahr nehmen etwa 50 Teilnehmer*innen mit einer überstandenen Krebserkrankung an der Tour teil, welche Mut machen wollen und mit aktuell erkrankten Kindern und Jugendlichen sowie ihren Eltern ins Gespräch kommen möchten. Ziel ist es, Hoffnung zu machen, dass Krebs heilbar und ein sportliches Leben auch danach möglich ist. Auf dem Weg der Tour besuchen sie Kinderkrebszentren, Rehaeinrichtungen sowie lokale Elterngruppen. Auch mit der Öffentlichkeitsarbeit werden Personen aktiv informiert. Die erste Tour führte 1993 von Hannover bis nach Dresden. Innerhalb von 8 Tagesetappen legen die Teilnehmenden etwa 600km zurück, dieses Jahr führten sie die Radler*innen von Hannover bis nach Kiel. Für mehr Bilder und Informationen, informiert euch gerne auf der offiziellen Website.

Deutsche Kinderkrebsstiftung



NA-DI-Website

NA-DI

Gesundheit aktiv gestalten

Die Website NA-DI wurde durch die Deutsche Kinderkrebsstiftung ins Leben gerufen und zielt darauf ab, die Suche nach psychosozialen Beratungen und Nachsorgeangeboten in den ersten zwei Jahren der Nachsorge zu erleichtern. Die Suche nach Nachsorgeangeboten kann häufig schwierig sein. Je früher passende Nachsorgeangebote gefunden werden, desto besser für Patient*innen und ihre Angehörige. Außerdem bietet die NA-DI Website einen eigenen Blog, in welchem inspirierende Geschichten und mutmachende Beiträge dazu führen sollen, Patient*innen mit persönlichen Beiträgen zu informieren.

Die Website befindet sich derzeit noch im Aufbau, kann aber über den untenstehenden Button erreicht werden.

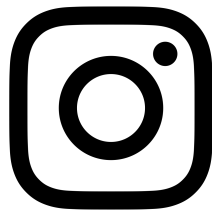
Na-Di

Bald: Nachsorge Adventskalender 2025

Auch dieses Jahr wird das Langzeitnachsorge-Team einen Adventskalender planen, welcher verschiedene Überraschungen bereithält, um Ihren Alltag gesundheitsfördernder zu gestalten. Dieser ist über unserem Instagram-Account zugänglich. Außerdem planen wir wieder ein Gewinnspiel: Jeden Montag (1., 8., 15., 22. Dezember) gibt es ein Rätsel, die Lösungen können Sie uns immer bis zum 24. Dezember als Direktnachricht mitteilen. Wer alle Rätsel richtig löst, hat die Chance, am 25. Dezember ausgelost zu werden. Für jede richtige Antwort kommen Sie ein Mal in den Lostopf.

Mehr Infos auf unserem Instagram-Account

Wir würden Sie gerne auch noch ein Mal auf unseren Instagram-Account verweisen, auf welchem ihr regelmäßig über aktuelle Projekte oder Themen zur Nachsorge informiert werdet. Auch die Teilnahme für den Adventskalender ist nur darüber möglich. Folgt uns gerne, um keine neuen Beiträge zu verpassen.



Instagram

UKSH Projekt LESS

Ratzeburger Allee 160, 23538, Lübeck

Diese E-Mail wurde an gabrieleliias.blueder@uksh.de gesendet.
Sie haben die E-Mail erhalten, weil Sie sich für den Newsletter angemeldet haben.

[Im Browser öffnen](#) | [Abbestellen](#)

