

Tipps von MM-Patienten für MM-Patienten

- Schriftliche Diagnose und sämtliche Befunde anfordern.
- Arbeitgeber sofort verständigen.
- MM-Arzt über andere Krankheiten informieren.
- Sich vom Arzt in Begleitung einer Vertrauensperson alle Therapiemöglichkeiten geben lassen.
- Alle zur Verfügung stehenden Informationen einholen, vielleicht eine zweite Meinung einholen.
- Arzt und Patient entscheiden eine für den Patienten maßgeschneiderte Behandlung. Sich alle Nebenwirkungen genauestens erklären lassen.
- MM-Arzt über Veränderungen jeder Art und über Nebenwirkungen sofort informieren.
- Hausarzt, Zahnarzt und Fachärzte schriftlich über die MM-Erkrankung informieren.
- Sich gegen Lungenentzündung impfen lassen!
- Liste aller Medikamente aufstellen und diese jedem Arzt bei einem Termin überreichen.
- Lassen Sie sich vom Zahnarzt an Antibiotika für die Zahnbehandlung verschreiben.
- KEINE Zahnimplantate!

VORSICHT!!!

- **Grapefruit** macht Arzneien gefährlich! Sie können die Wirkung vieler Medikamente erheblich beeinflussen!
- Bei **Fieber** über 38 Grad sofort ins Krankenhaus (Hämatologie), da bakterielle Infektionen oder Virusinfektionen die Todesursache Nr. 1 sind!
- 2-3 Liter Wasser täglich trinken und gesund ernähren (kein rohes Fleisch oder rohe Eier).
- Auf **Gefahren** achten, die für MM-Patienten nicht positiv wirken. Durch das geschwächte Immunsystem kann es zu Infektionen und Pilzbefall kommen: öffentliche Verkehrsmittel, Klimaanlage, öffnen von Abfalltonnen, Kontakt mit Tieren und Vögeln, Gartenarbeit
- Nicht **schwer heben**, da es schnell zu Knochenbrüchen kommen kann.
- **Vitamin C** kann die Chemotherapie behindern!
- **Vitamin B** kann Nierenschäden auslösen!
- Gegen Muskelkrämpfe 200 - 5000 mg Magnesium einnehmen.
- Jede Zusatzbehandlung zur Stärkung des Immunsystems zuerst mit dem Arzt besprechen, da solche Behandlungen nicht nur das Immunsystem, sondern auch den Krebs stärken (z.B. Misteltherapie).
- Vermeiden Sie übermäßige **Sonnenbestrahlung!**

Und... NIE DIE HOFFNUNG AUFGEBEN!!