


AM.mio
Amberger Modell
Integrative Onkologie

Patienteninformation



GEMEINSAM. GANZHEITLICH.
GEGEN KREBS.

AM.mio 

AKTIV UND NACHHALTIG
LEBENSQUALITÄT STEIGERN.



KLINIKUM ST. MARIEN
AMBERG



Medizin. Menschlichkeit. Miteinander.

Liebe Patientinnen und Patienten,

mit dem Projekt der Integrativen Onkologie verbinden wir konventionelle Krebstherapien mit integrativen Behandlungsangeboten aus den Bereichen Bewegung, Ernährung und Entspannung, Psychoonkologie und Kunsttherapie.

Wir verfolgen damit das Ziel einer ganzheitlichen Behandlung unter dem Dach des Onkologischen Zentrums am Klinikum Amberg.

Wir möchten Ihnen mit unserem **Amberger Modell Integrative Onkologie – kurz AM.mio** – die Möglichkeit geben, selbst für die eigene Gesundheit aktiv zu werden, nachhaltig etwas für Ihr Wohlbefinden zu tun und Ihre Lebensqualität zu steigern.

Zusätzlich können Sie jetzt auch unsere **AM.mio App** nutzen. Diese unterstützt Sie u.a. mit einem Patiententagebuch oder einer einfacheren und schnelleren Kursverwaltung. Sprechen Sie uns gerne an!

Mit Unterstützung von



Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verwenden wir die männliche Form (generisches Maskulinum), z.B. „der Patient/der Arzt“. Wir meinen immer alle Geschlechter im Sinne der Gleichbehandlung. Die Sprachform hat redaktionelle Gründe und ist wertfrei.



Inhaltsverzeichnis

Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie und Smovey- / Nordic Walking **4**

Ernährungsberatung / Workshops und Handbuch Gesunde Ernährung **5**

Entspannung und Yoga **6**

Psychoonkologische Beratung und Kunsttherapie **7**

Das AM.mio Team aus Ärzten, Therapeuten und Spezialisten **8 - 11**

Wie können Sie am AM.mio Programm teilnehmen? **12**

Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie (OTT)

Die Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie ist ein personalisiertes bewegungstherapeutisches Konzept, das grundsätzlich in allen Stadien (Diagnose, Therapie, Nachsorge) der Krebstherapie eingesetzt werden kann. Unsere OTT-Therapeuten wurden direkt bei Prof. Dr. Freerk Baumann von der Universitätsklinik Köln ausgebildet. Der promovierte Sportwissenschaftler zählt zu den führenden Fachexperten der onkologischen Bewegungstherapie.



Smovey Walking / Nordic Walking

Walking ist eine Ausdauersportart mit präventivem aber auch therapeutischem Nutzen, da es den gesamten Körper aktiviert. Das Training mit dem innovativen Schwingringsystem der Smovey Ringe ist gelenkschonend, stärkt das Herz-Kreislauf-System und regt den Lymphfluss an.



Ernährungsberatung & Ernährungsworkshops

Wir bieten im Rahmen der Integrativen Onkologie Vorträge zu wichtigen Ernährungsthemen rund um eine optimale Ernährungsweise, das Immunsystem und den Säure-Basen-Haushalt. Im Rahmen von Ernährungsworkshops mit entsprechenden Zubereitungspräsentationen wird die Theorie in die Praxis umgesetzt. Es werden u.a. zubereitet: Frisch gepresste Säfte, süße und pikante Smoothies, Nussmilch, verschiedene Rohkostgerichte und vieles mehr!



Natürlich. Bewusst. Genießen. Mehr als ein Kochbuch.

Auf vielfachen Patientenwunsch haben wir die zentralen Aspekte der Workshops und die Rezepte in einem Handbuch für gesunde Ernährung zusammengefasst.



Preis: 20 €

Bestellung unter: kochbuch@klinikum-amberg.de
oder Telefon 09621 / 91656-107

Entspannung

Progressive Muskelrelaxation und Autogenes Training gelten als universell wirksame, konzentrierte Selbstentspannungsmethoden, die intensive Erholung und tiefe Entspannung ermöglichen. Sie finden in der Krebsbehandlung Anwendung, weil sie eine rasche Wirkung in Bezug auf verschiedene körperliche und psychische Bereiche aufweisen.



Yoga

Durch Bewegung, Atem, Klang und Meditation werden Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht gebracht. Yoga unterstützt dabei die eigene Wahrnehmung zu schulen, achtsamer zu werden und durch sanfte Bewegungen zur eigenen Mitte zurückzufinden.



Psychoonkologische Beratung

Der psychoonkologische Dienst am Klinikum St. Marien Amberg berät und begleitet onkologische Patienten und deren Angehörige.

Im Rahmen der Integrativen Onkologie bieten wir Ihnen unterstützende psychoonkologische Einzelgespräche an.



Kunsttherapie

Die Kunsttherapie eignet sich bei Erwachsenen vor allem zur Entspannung und Wiederentdeckung der Kreativität und zur Stärkung des Selbstbewusstseins. Besonders in Krisensituationen kann sie helfen, eigenen Ressourcen zu vertrauen und die Krankheit besser zu bewältigen.



Ärzte-Team



**Dr. med.
Ramona König**
Ärztliche Direktorin,
Administrative Leiterin
Onkologisches Zentrum



**Dr. med. Ludwig
Fischer von Weikersthal**
Facharzt für Innere Medizin,
Hämatologie und Onkologie,
Zertifikat Integrative Onkologie
der Dt. Krebsgesellschaft



**Prof. Dr. med.
Sabine Semrau**
Chefärztin der Klinik für
Strahlentherapie



**Prof. Dr. med.
Thomas Papatthemelis**
Chefarzt der Klinik für
Frauenheilkunde und
Geburtshilfe



**Dr. med.
Tanja Hauzenberger**
Leitende Oberärztin der Klinik für
Frauenheilkunde und Geburtshilfe
MVZ Gyn Onko



Manuela Schaber
Oberärztin der Klinik für
Frauenheilkunde und
Geburtshilfe

Sport- und Bewegungstherapie



Tobias Härtl

B.Sc. Physiotherapie,
zertifizierter OTT-Therapeut



Johannes Dittrich

Physiotherapeut,
zertifizierter OTT-Therapeut



Georg Pöllath

Physiotherapeut,
zertifizierter OTT-Therapeut



Reinhard Schatz

Physiotherapeut,
zertifizierter OTT-Therapeut

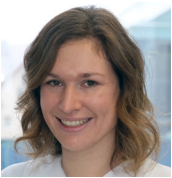
Ernährung



Peter Fischer
Küchenmeister IHK,
Diätkoch IHK,
Fachberater Rohkosternährung
IHK,
Auditor Lebensmittelwirtschaft



Elisabeth Gaulard-Hirth
staatl. gepr. Diätassistentin,
Fachberaterin ganzheitliche
Ernährung und Gesundheit,
zertifizierte Expertin
„Ernährung in der Onkologie“



Saskia Schönberger
staatl. gepr. Diätassistentin

Entspannung / Yoga



Sabine Ott
Gesundheits- und
Krankenpflegerin,
staatl. gepr.
Entspannungstrainerin,
zertifizierte Yogalehrerin

Smovey Walking / Nordic Walking



Petra Jäger
smoveyCoach,
Nordic-Walking-Trainerin

Psychoonkologische Begleitung



Sonja Heininger
Psychoonkologin,
Dipl.-Psychologin



Inga Lorenz
Psychoonkologin,
Psychologische
Psychotherapeutin
und POD-Team

Kunsttherapie



Michaela Peter
Kunsttherapeutin,
Künstlerin

Wie kann ich am Programm der Integrativen Onkologie teilnehmen?

Das Konzept der Integrativen Onkologie wurde auf vielfachen Patientenwunsch erstellt. Leider gehört das Angebot noch nicht zum Leistungskatalog der Krankenkassen. Das Projekt wird bisher vor allem über Spenden unseres Fördervereins FFGO e. V. finanziert.

- AOK und KNAPPSCHAFT: Die AOK Bayern und die KNAPPSCHAFT übernehmen für ihre Versicherten die gesamten Kosten des Programms.
- Für Mitarbeiter/innen der BHS Corrugated Weiherhammer: Die BHS trägt die Kosten für ihre Belegschaft, sofern deren Krankenkasse die Kosten nicht übernimmt.
- Es ist möglich, einen Einzelantrag auf Kostenübernahme bei Ihrer Krankenkasse zu stellen. Wir unterstützen Sie gerne.
- Sofern keine Kostenübernahme durch die Krankenkasse erfolgt, finanzieren wir Ihre Teilnahme über das Drittmittelkonto (Spenden) der Integrativen Onkologie.
- Eine Teilnahme ist auch als Selbstzahler im Rahmen der individuellen Gesundheitsleistung (IGeL) möglich.

Sprechen Sie uns bei Interesse gerne an.
Wir freuen uns auf Sie!



AM.mio 

Annika Wawersig
Kordinatorin Integrative Onkologie
Klinikum St. Marien Amberg
Außenstelle Marienstraße 6
92224 Amberg

Telefon: 09621 / 91656-107
wawersig.annika@klinikum-amberg.de