

MEIN NEUER ALLTAG

Was sich durch eine
Krebserkrankung ändert



Association Romande des Familles d'Enfants atteints d'un Cancer



MEIN NEUER ALLTAG

**Was sich durch eine
Krebserkrankung ändert**

Eine Broschüre von Anouk Mévillot

Abbildung: benohit

Das Leben mit meinem Krebs

Das medizinische Team hat dir erklärt, dass du eine Krankheit namens Krebs hast. Das wird sich für dich wahrscheinlich ändern, während du in Behandlung bist.

Dein Alltag

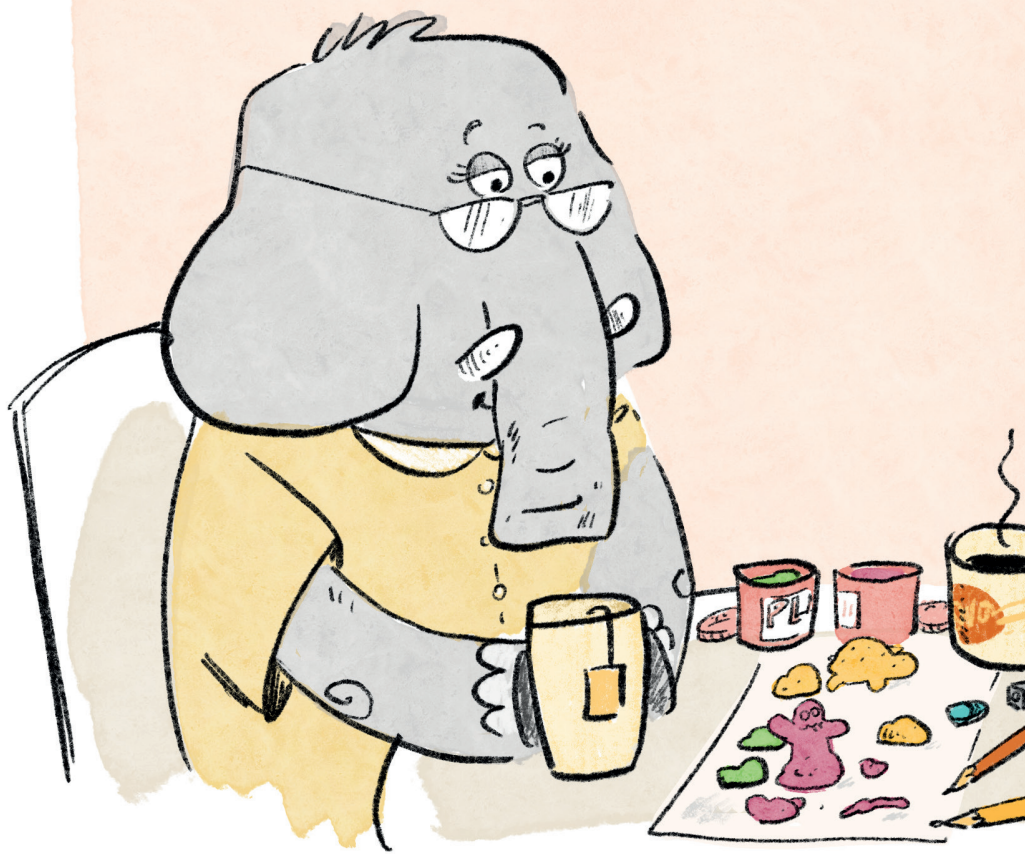
Du wirst einige Zeit im Krankenhaus verbringen, um behandelt zu werden. Manchmal musst du mehrere Tage hintereinander dort bleiben und dort schlafen. Ein vertrauenswürdiger Erwachsener kann dich begleiten und unterstützen. Du kannst auch dein Kuscheltier mitbringen. Du wirst auch ins Krankenhaus gehen, um Untersuchungen oder Medikamente zu bekommen, und dann kannst du nach Hause zurückkehren. Wenn du Fieber hast und dein Körper sich nicht allein gegen die Mikroben schützen kann, musst du auch gehen, selbst wenn es nicht geplant war.





Deine Gefühle

Seit dir erklärt wurde, dass du krank bist, hast du wahrscheinlich viele Gefühle. Angst. Wut. Traurigkeit. Vielleicht eine Mischung aus all dem. Das ist normal. Es ist nicht immer einfach, sich an all diese Veränderungen anzupassen. Es ist wichtig, deine Gefühle zu teilen. Du kannst es zum Beispiel mit deinen Eltern, anderen Mitgliedern deiner Familie oder einem. e Erwachsener, dem du vertraust, oder vielleicht ein Kind, das dasselbe erlebt wie du. Das medizinische Team kann dich auch unterstützen. Es gibt Spezialisten, die den Kindern bei ihren Sorgen helfen: man nennt sie Psychologen oder Psychiater.





benohit

Dein Körper

Behandlungen können deinen Körper ein wenig verändern. Wenn du eine Operation hast, wird es Flecken auf deiner Haut geben. Das nennt man Narben. Medikamente können deine Haare und manchmal auch deine Wimpern und Augenbrauen fallen lassen. Es wird sich verzögern, wenn diese Behandlung abgeschlossen ist. Andere Medikamente können dir das Verlangen machen, viel zu essen oder dir den Appetit zu vertreiben. Ärzte werden dir immer erklären, was passieren kann, wenn du ein neues Medikament nimmst. Zögere nicht, ihnen deine Fragen zu stellen.



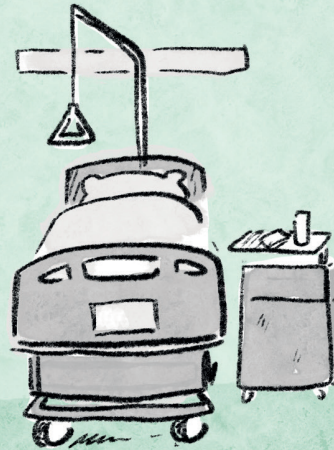


Schule

Du wirst viel Zeit im Krankenhaus verbringen, damit die Ärzte dich behandeln. Wenn du dort bist, kannst du nicht zur Schule gehen. Manchmal bist du zu Hause, aber du wirst zu müde sein, um in den Unterricht zu gehen. Das ist normal.

Wenn du lange im Krankenhaus bleiben musst, gibt es dort eine Schule mit Lehrern, die dir helfen können. Es gibt auch Möglichkeiten, den Unterricht aus der Ferne zu sehen, zum Beispiel von zu Hause aus, mit speziellen Robotern, die dir von Vereinen zur Verfügung gestellt werden können.

Deine Klassenkameraden könnten dir fehlen. Du kannst ihnen Briefe oder Zeichnungen schicken. Sie werden sicher gerne antworten.



benohit



Deine Familie

Wenn du im Krankenhaus bist, können deine Familie und Freunde dich besuchen, wenn sie gesund sind. Wenn sie eine Erkältung oder Grippe haben, müssen sie warten, bis sie geheilt sind, um dich zu sehen. Du kannst sie anrufen, wenn du willst. Wenn du Haustiere hast, kannst du meistens weiterhin Zeit mit ihnen verbringen und dich um sie kümmern, wenn du zu Hause bist.

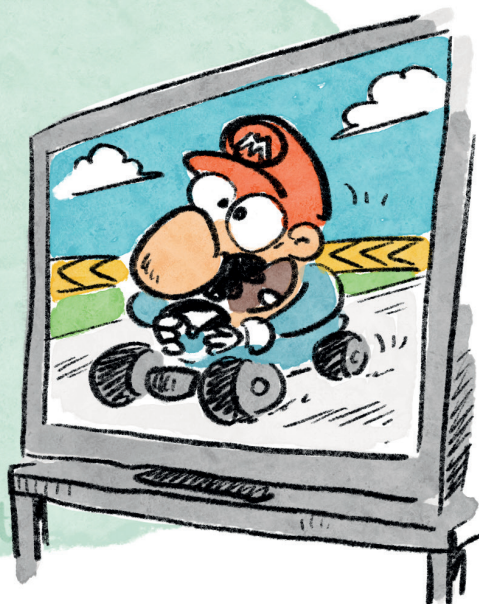




Deine Hobbys

Wenn du außerhalb der Schule ein paar Hobbys hast, kannst du dort weitergehen, wenn du fit genug bist. Bei einigen Sportarten, wenn du drohst zu fallen oder in Gefahr zu geraten, musst du ein wenig warten. Es ist wichtig, so oft wie möglich das zu tun, was du liebst. Es wird dir helfen, dich wohlfühlen und deine Freunde wiederzusehen. Im Krankenhaus gibt es auch viele organisierte Aktivitäten für die Kinder und einen Bildungsbereich, in dem du spielen kannst, wann immer du möchtest.





Wir sind für dich da

Während deiner gesamten Behandlung kannst du Hilfe und Unterstützung vom medizinischen Team, von deiner Familie, deinen Freunden und auch von der ARFEC erhalten, einem Verein von Familien mit Kindern, die die gleiche Art von Krankheit wie du haben. Zögere nicht, deine Gefühle zu teilen und all deine Fragen zu stellen.







Danke!

Im Rahmen einer Forschungsarbeit hatte ich die Idee, eine Broschüre für Kinder zu erstellen, bei denen gerade Krebs diagnostiziert wurde. Es schien mir wichtig, dass einfache Informationen speziell für sie bestimmt sind, die als erste von der Krankheit betroffen sind.

Mehrere Kinder, die ebenfalls von Krebs betroffen waren, halfen mir beim Verfassen der Texte. Dank ihrer Durchsicht und ihrer Anmerkungen konnte ich die Themen verstehen, die ihnen wichtig waren. Ein großes Dankeschön an Félix, Eléa und Élodie für ihre wertvollen Beiträge und die Zeit, die sie diesem Projekt gewidmet haben. Und ich danke auch meiner Tochter, Noémie, die mich inspiriert und ermutigt hat.

Diese Broschüre wurde mit der finanziellen und logistischen Unterstützung der Association romande des familles d'enfants atteints d'un cancer (ARFEC), der Druckerei Groux. Vielen Dank auch an Benoît Schmid, Illustrator.

Ich wünsche euch allen, Eltern und Kindern, die einen Behandlungsweg in der Onkologie beginnen, viel Kraft und Mut.

Anouk Mévillot

Impressum : Auflage : 500 Exemplare, Oktober 2026
Druck : Groux arts graphiques, 1052 Le Mont-sur-Lausanne

Im Kampf gegen den Krebs bist du nicht allein: Diese Broschüre hilft dir, die Veränderungen zu verstehen und deine Gefühle in den Griff zu bekommen.

Darin lernst du das Team kennen, das dich in jeder Phase unterstützen wird, und findest Antworten auf die Fragen, die du dir sicherlich stellst.



© Alle Rechte vorbehalten.



www.cancer-pediatrique.ch

Um die Broschüre auf Französisch oder in einer anderen Sprache herunterzuladen.