

#7

*Kompaktwissen*

# Leben nach der Therapie

beim diffusen großzelligen  
B-Zell-Lymphom

*Spätestens zwei Wochen nach der Behandlung folgt die Anschlussheilbehandlung: eine speziell auf dich abgestimmte onkologische Rehamaßnahme.*



Agenturfoto. Mit Model gestellt.

## Rückkehr in den (neuen) Alltag

**Du hast es geschafft! Die größte Hürde hast du bereits genommen: Die Akutbehandlung deiner Lymphomerkrankung liegt hinter dir. Jetzt heißt es: durchatmen, von der Erkrankung sowie Therapie erholen und weitere, ganzheitliche Versorgung in Anspruch nehmen, die dir zusteht.**

Jeder Mensch geht anders mit den Belastungen der Erkrankung um. Das gilt auch für die Zeit nach der Akutbehandlung: Während manche Menschen nach der Krebsterapie ohne große Einschränkungen in ihr normales Leben zurückfinden, leiden andere noch lange unter den Auswirkungen der physisch wie psychisch strapazierenden Zeit. Doch es gibt Möglichkeiten, diese Spätfolgen zu lindern.

### ANREGUNGEN

Mehr Infos findest du auf [www.daskwort.de](http://www.daskwort.de) unter dem Suchbegriff **Reha und Nachsorge**.



### Die Krebserkrankung verarbeiten

Es gibt die Möglichkeit, nach Abschluss deiner Therapie eine auf Krebserkrankungen spezialisierte (onkologische) Rehabilitation in Anspruch zu nehmen. Für diese sogenannte Anschlussheilbehandlung (AHB) gibt es spezielle Kliniken, die sowohl mit den körperlichen als auch mit den psychischen Problemen der Betroffenen vertraut sind. Außerdem haben die Therapeutinnen und Therapeuten immer auch die möglichen sozialen Folgen der Erkrankung im Blick.

# Nachsorge beim DLBCL

In vielen Fällen ist das diffuse großzellige B-Zell-Lymphom (DLBCL) bereits durch die erste Therapie geheilt. Dennoch kann es passieren, dass die Erkrankung wieder auftritt. Damit das DLBCL schnellstmöglich erkannt werden kann, finden regelmäßig Nachsorgeuntersuchungen statt.

## Termine zur Nachsorge

**1.–2. Jahr** *vierteljährlich*  
nach der Therapie

---

**3.–5. Jahr** *halbjährlich*  
nach der Therapie

---

**Ab dem 6. Jahr** *jährlich*  
nach der Therapie

Bei den Terminen zur Nachsorge befragt deine Ärztin oder dein Arzt dich zu deinem Gesundheitszustand und etwaigen Beschwerden. Du wirst gründlich körperlich untersucht und auch Laboruntersuchungen gehören zur Routine. Werden Auffälligkeiten entdeckt, die auf eine Rückkehr des DLBCLs hindeuten können, bringen zum Beispiel Ultraschalluntersuchungen oder Röntgenaufnahmen Sicherheit.

Nicht nur deine Ärztin oder dein Arzt können mögliche Veränderungen an deinem Körper frühzeitig feststellen, sondern auch du selbst. Du kannst dazu beitragen, mögliche Veränderungen an deinem Körper frühzeitig zu erkennen.

### Die wichtigsten Infos im Überblick: Symptome, auf die du nach der Therapie achten solltest

- **Geschwollene Lymphknoten**
- Blässe
- Abgeschlagenheit und Müdigkeit
- Erhöhte Blutungsneigung
- Anfälligkeit für Infekte

Auch möglich – sogenannte B-Symptome:

- Fieber
- Starkes nächtliches Schwitzen
- Ungewollter Gewichtsverlust

**Fallen dir einzelne oder mehrere dieser Symptome bei dir auf, dann wende dich schnellstmöglich an deine Ärztin oder deinen Arzt.**

Umso früher ein Wiederauftreten des diffusen großzelligen B-Zell-Lymphoms erkannt wird, desto besser kann es behandelt werden.

# Sag JA zum Leben!

## Von A wie Auffälligkeiten bis Z wie Zukunftspläne

Das K Wort begleitet dich und deine Angehörigen in jeder Phase des Lebens mit Krebs. Das K Wort hilft dir dabei, ...

- ... verständliche Infos und Antworten auf die Fragen zu finden, die dir persönlich wichtig sind.
- ... auf Augenhöhe mit deinem Behandlungsteam mitreden und mitentscheiden zu können.
- ... herauszufinden, wie du zu Wohlbefinden und Lebensqualität beitragen kannst.
- ... Unterstützungsmöglichkeiten kennenzulernen und Beratungsangebote in deiner Nähe zu finden.
- ... deinen eigenen Weg zum Umgang mit Krebs zu finden und „JA“ zum Leben zu sagen.

Wissenschaftlich fundierte, verständliche Informationen, persönliche Einblicke & praktische Alltagstipps rund um das Leben mit Krebs auch auf Social Media:   @daskwort

Roche Pharma AG  
Patient Partnership Onkologie  
Emil-Barell-Straße 1  
79639 Grenzach-Wyhlen, Deutschland

© 2023

[www.roche.de](http://www.roche.de)