

welk



# Akute myeloische Leukämie (AML)

Informationen zu Krankheitsbild, Therapie  
und Leben mit der Erkrankung



Online lesen und herunterladen unter  
[www.abbvie-care.de/aml-broschuere](http://www.abbvie-care.de/aml-broschuere)

# Inhaltsverzeichnis

5 Vorwort

## Was ist eine AML?

7 Häufigste Form akuter Leukämie bei Erwachsenen

8 Entstehung und Ursachen

## Anzeichen und Diagnose

10 Erste Symptome bei einer AML

13 Mit den Beschwerden einer AML umgehen

14 AML diagnostizieren

16 Untersuchungen bei einer AML

18 Subtypen: Einteilung der AML

## Behandlung der AML

20 Wahl der Therapie

22 Das Arztgespräch: Antworten auf Ihre Fragen

25 Behandlungsmöglichkeiten

26 Chemotherapie

29 Stammzelltransplantation

30 Orale zielgerichtete Therapie

32 Unterstützende Therapie

## Leben und Therapie

35 Im täglichen Leben mit der AML

36 Gemeinsam einen guten Weg finden

37 Bewusster Lebensstil: Sich selbst etwas Gutes tun

## Weitere Informationen

39 Information und Erfahrungsaustausch

42 Glossar



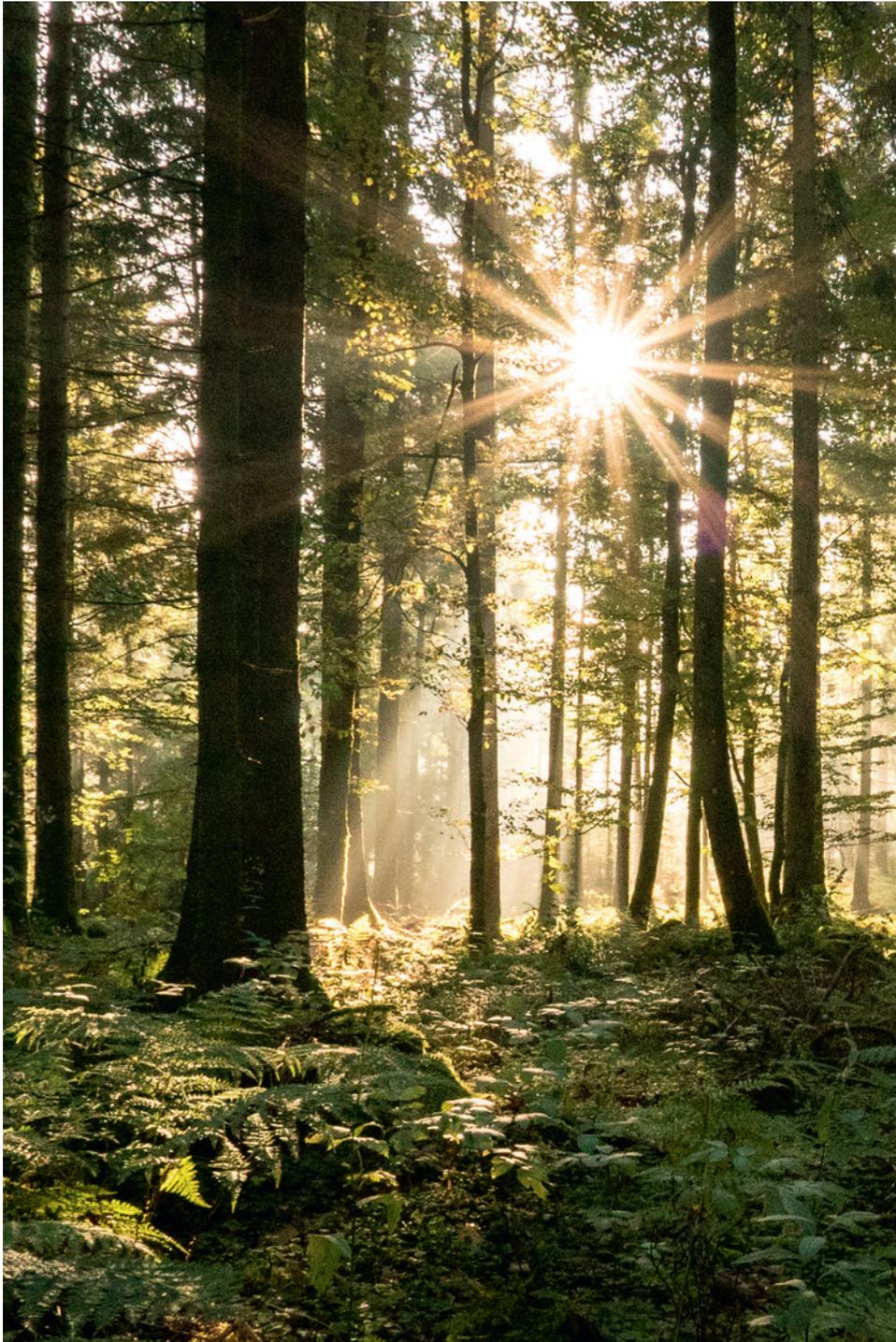
# Liebe Patientin, lieber Patient,

wenn bei Ihnen eine akute myeloische Leukämie (AML) festgestellt wurde, muss rasch gehandelt und die passende Therapie begonnen werden. Gleichzeitig müssen Sie sich mit der neuen Situation zurechtfinden. Denken Sie daran, dass Sie mit der AML nicht allein sind und dass es eine Reihe von Behandlungsmöglichkeiten für die unterschiedlichen Formen der AML gibt.

Gemeinsam mit Ihrem Facharzt bzw. Ihrer Fachärztin für Onkologie oder Hämatologie gilt es nun die passende Therapie zu finden und umzusetzen. Das medizinische Team ist auch Ihre wichtigste Anlaufstelle für Ihre Fragen zur AML. In dieser Broschüre finden Sie darüber hinaus viele Informationen rund um das Krankheitsbild und die Behandlung, eine Liste von Ansprechpersonen für die weitere Unterstützung sowie Hinweise und Anregungen für das tägliche Leben mit der AML.

Sich über die AML zu informieren und die Erkrankung besser zu verstehen kann Ihnen – aber auch den Menschen aus Ihrem persönlichen Umfeld, die Sie begleiten – helfen, Unsicherheiten abzubauen und Ihren Weg mit der Erkrankung zu finden. Nehmen Sie auch weitere Unterstützung in Anspruch, sei es eine psychonkologische Begleitung oder Kontakte aus der Selbsthilfe.

Wir wünschen Ihnen alles Gute  
**Ihr AbbVie Care-Team**



# Was ist eine AML?

## Häufigste Form akuter Leukämie bei Erwachsenen

**Die akute myeloische Leukämie (AML) ist eine Form von Blutkrebs. Leukämie bedeutet, dass die weißen Blutzellen (Leukozyten) von der Erkrankung betroffen sind. Die AML tritt vor allem im höheren Alter auf und ist die häufigste Form von akuter Leukämie bei Erwachsenen. In Deutschland erkranken jährlich mehr als 4.000 Menschen daran.**

Bei einer AML kommt es zu einer Störung des Blutbildungsprozesses. Im Verlauf der Erkrankung verdrängen die Krebszellen gesunde Blutbestandteile. Die AML zählt zu den Leukämien mit akutem Verlauf. Das bedeutet, die Erkrankung schreitet schnell voran. Wird eine AML diagnostiziert, muss daher rasch gehandelt werden. Es stehen heute eine Reihe von Therapiemöglichkeiten zur Verfügung.

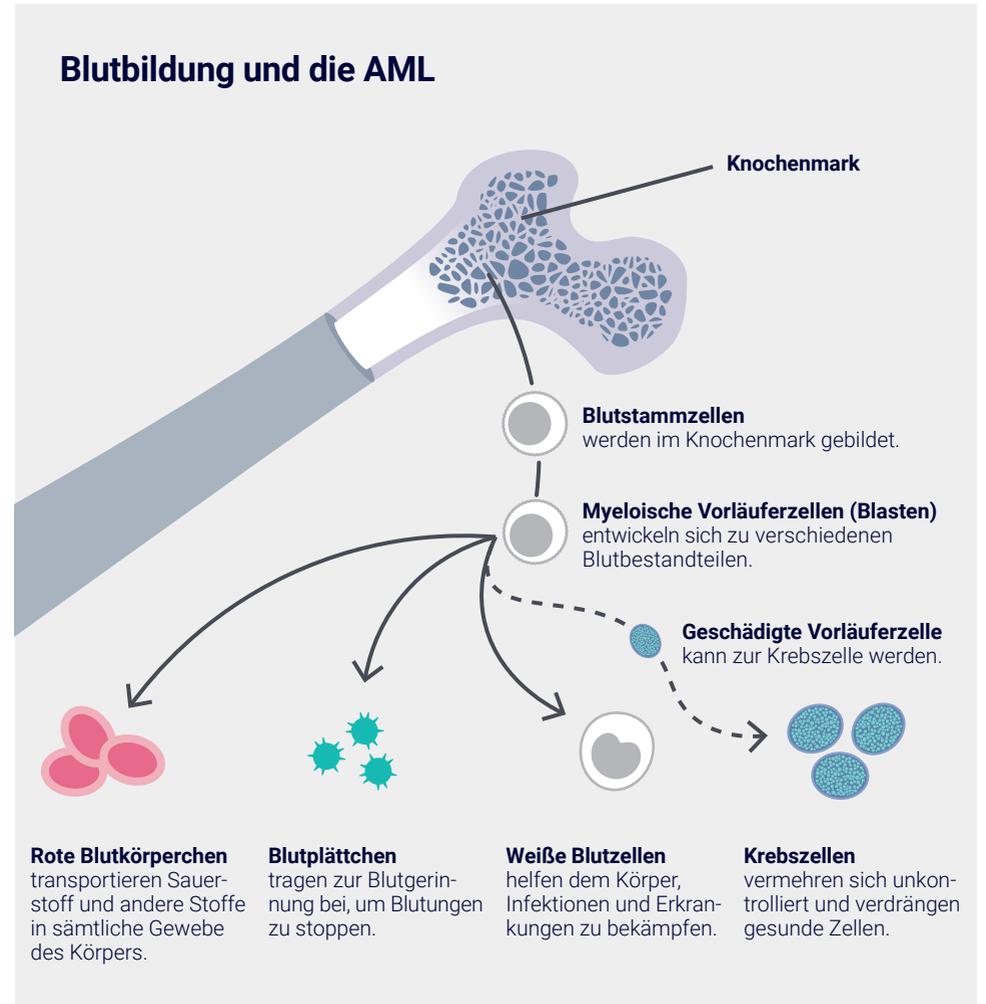
# Entstehung und Ursachen

Die Blutbildung, ein komplexer Prozess, gerät bei der AML aus dem Gleichgewicht. Die meisten Blutbestandteile werden im Knochenmark gebildet, darunter rote Blutkörperchen (Erythrozyten), weiße Blutzellen (Leukozyten) und Blutplättchen (Thrombozyten). Sie entwickeln sich aus den Blutstammzellen des Knochenmarks und durchlaufen bis zum reifen und funktionstüchtigen Zustand unterschiedliche Entwicklungsstufen.

**Bei einer AML ist der Blutbildungsprozess gestört. Die Erkrankung entsteht aus sogenannten myeloischen Vorläuferzellen (Blasten), die sich später unter anderem zu weißen Blutzellen entwickeln.**

Ausgehend von einer dieser Vorläuferzellen kommt es zu einer krankhaften Veränderung der Blasten. Sie können nicht vollständig ausreifen, vermehren sich jedoch stark und unkontrolliert.

Normalerweise sterben beschädigte Zellen im Körper ab. Dieser Prozess wird programmierter Zelltod (Apoptose) genannt. Bei den Krebszellen einer AML bleibt diese Selbstzerstörung aus. In der Folge verdrängen die unreifen und funktionslosen Zellen die gesunden Blutbestandteile im Knochenmark. Wesentliche Aufgaben des Blutes im Körper werden gestört. Über den Blutkreislauf können die Krebszellen zudem in andere Organe des Körpers gelangen und diese schädigen.



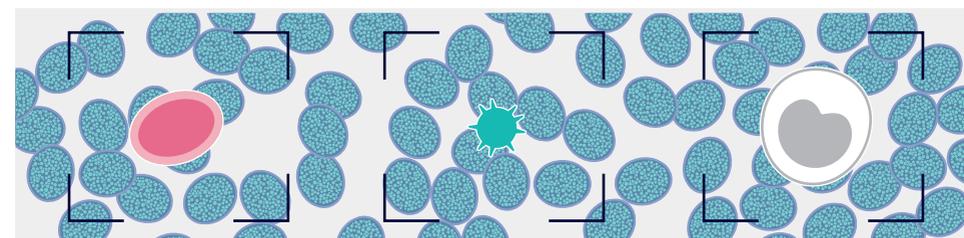
Eine Ursache für die AML lässt sich in den meisten Fällen nicht feststellen. Es gibt jedoch einige Risikofaktoren, die die Wahrscheinlichkeit für eine Erkrankung erhöhen können, zum Beispiel der anhaltende Kontakt mit bestimmten Chemikalien, Rauchen oder radioaktive Strahlung.

# Anzeichen und Diagnose

## Erste Symptome bei einer AML

**Eine akute myeloische Leukämie (AML) schreitet schnell voran, entsprechend treten erste Beschwerden in der Regel sehr plötzlich auf. Die Früherkennung, also die richtige Deutung möglicher Anzeichen, ist wichtig, damit zeitnah eine Behandlung begonnen werden kann.**

Die ersten Symptome einer AML sowie ihre Ausprägung können variieren und auch bei anderen, eher harmlosen Erkrankungen auftreten. Die Beschwerden gehen in der Regel auf den Mangel der jeweils verdrängten Blutbestandteile zurück. Darüber hinaus kann die Ansammlung der Krebszellen in anderen Organen zu Beschwerden führen.



Zu wenig **rote Blutkörperchen** im Blut führen zu einer Blutarmut (Anämie). Die Organe werden nicht ausreichend mit Sauerstoff versorgt.

Eine Anämie kann sich durch Müdigkeit, Abgeschlagenheit, verminderte Leistungsfähigkeit, Kurzatmigkeit oder Blässe äußern.

Wenn es zu einem Mangel an **Blutplättchen** kommt, kann die Blutgerinnung gestört werden.

So kann es zu einer erhöhten Blutungsneigung kommen. Blaue Flecken, kleine punktförmige Hautblutungen (Petechien), Zahnfleisch- oder Nasenbluten können die Folge sein.

Eine Verminderung gesunder **weißer Blutzellen** kann das Immunsystem beeinträchtigen.

Ist die körpereigene Abwehr geschwächt, kann es leichter zu Infekten kommen.

Sammeln sich die Krebszellen bei einer AML in den Organen an, kann es zu einer Vergrößerung der betroffenen Organe und damit zu Beschwerden kommen. Häufig sind Milz oder Leber betroffen. Als Beschwerden können dann z. B. Bauchschmerzen oder Appetitlosigkeit auftreten.

**Die ersten Anzeichen einer AML sind häufig uncharakteristisch und können auch bei anderen Erkrankungen vorkommen. Halten die Beschwerden jedoch an, sollte ärztlicher Rat gesucht werden, um die Ursache schnell festzustellen.**



## Mit den Beschwerden einer AML umgehen

**Wird eine AML diagnostiziert, ist die umgehende Therapie der wichtigste Schritt. Darüber hinaus können kleine Anpassungen im Alltag dabei unterstützen, mit den Beschwerden der AML umzugehen.**



### Müdigkeit lindern

- Planen Sie Ruhephasen im Laufe des Tages ein.
- Richten Sie Ihre Aktivitäten an Ihren Energiereserven aus. Vermeiden Sie lange und anstrengende Tätigkeiten.
- Achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung, die auch eisenreiche Nahrungsmittel enthält, z. B. rotes Fleisch, Roggen, Haferflocken oder Hülsenfrüchte.



### Infektionen vorbeugen

- Achten Sie im Alltag auf eine gute Körperhygiene, z. B. regelmäßiges und gründliches Händewaschen.
- Meiden Sie den Kontakt mit möglichen Infektionsquellen, etwa erkälteten Personen oder größeren Menschenmengen.
- Schützen Sie Ihre Haut vor Kratzern, Verbrennungen oder rissigen Stellen, z. B. durch eine sorgsame Hautpflege.



### Blutungen verhindern

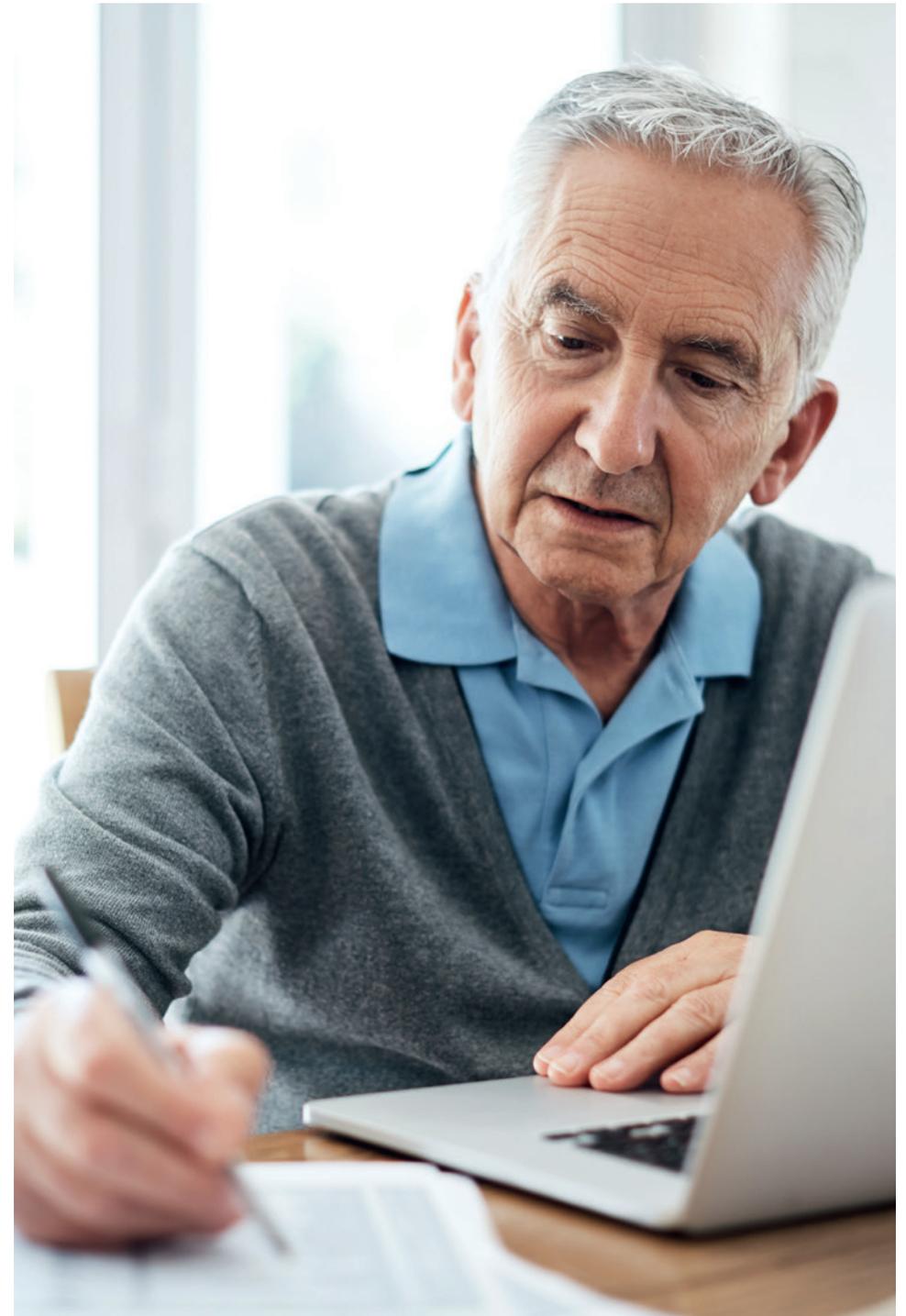
- Achten Sie auf eine gute Mundhygiene, verwenden Sie eine Zahnbürste mit besonders weichen Borsten.
- Meiden Sie scharfe oder saure Speisen sowie Alkohol.
- Informieren Sie Ihren Arzt bzw. Ihre Ärztin über alle Medikamente, die Sie nehmen, um sicherzugehen, dass kein Arzneimittel Blutungen fördert.

## AML diagnostizieren

**Die Beschwerden bei einer AML können sehr unterschiedlich sein. Die erste Ansprechperson ist daher häufig der Hausarzt bzw. die Hausärztin. Wenn die körperliche Untersuchung und die Krankengeschichte (Anamnese) einen Hinweis auf eine akute Leukämie geben, ist eine Blutuntersuchung der nächste wichtige Schritt für die Diagnose.**

Bestätigt sich der Verdacht auf eine AML, wird in der Regel in ein Krankenhaus überwiesen, das über ein hämatologisch-onkologisches Zentrum verfügt. Dort erfolgt die Behandlung durch Hämatolog\*innen und Onkolog\*innen. Es können darüber hinaus weitere wichtige Untersuchungen durchgeführt werden. So kann die Diagnose AML bestätigt und auch herausgefunden werden, um welchen Subtyp der Erkrankung es sich handelt. Das wiederum ist eine wichtige Voraussetzung, damit schnell die passende Therapie gestartet werden kann. Untersuchungen sind jedoch nicht nur zu Beginn der Erkrankung wichtig, sie helfen auch im weiteren Verlauf zu verfolgen, wie die AML sich entwickelt und ob die Therapie wirkt.

**Fachärzt\*innen für Hämatologie bzw. Onkologie – in Kliniken oder in der Niederlassung – sind auf die Behandlung von Blutkrebserkrankungen spezialisiert und für die Behandlung der AML zuständig.**





# Untersuchungen bei einer AML



## Blutuntersuchungen

Es wird zunächst ein **kleines Blutbild** gemacht, bei dem u. a. die Anzahl der roten Blutkörperchen, der weißen Blutzellen und der Blutplättchen sowie die Konzentration des roten Blutfarbstoffs erfasst wird.

Gibt es Hinweise auf eine Störung der Blutbildung, wird ein sogenanntes **Differenzialblutbild** erstellt. Dabei werden auch die unterschiedlichen Gruppen der weißen Blutzellen ausgewertet, die Granulozyten, Monozyten und Lymphozyten. Zudem wird untersucht, ob unreife Vorläuferzellen (Blasten) oder andere auffällige Zellen im Blut vorhanden sind.



## Knochenmarkpunktion

Eine Knochenmarkpunktion ist in der Regel die nächste Untersuchung, die weitere wichtige Informationen über die Erkrankung liefert.

Dafür wird eine geringe Menge von Zellen des Knochenmarks mit einer sehr dünnen Hohlneedle oder Stanze unter örtlicher Betäubung aus dem Beckenknochen entnommen. Anschließend werden die Zellen unter dem Mikroskop untersucht. Auf diese Weise lässt sich die Art, Beschaffenheit und Anzahl der Zellen erkennen (Zytomorphologie und Zytochemie).



## Immunphänotypisierung

Auf der Zelloberfläche der Krebszellen befinden sich charakteristische Merkmale, die sie von gesunden Zellen unterscheiden. Diese Merkmale werden bei der Immunphänotypisierung untersucht. Auf diese Weise können die Zellart und der Reifegrad festgestellt werden. So trägt die Untersuchung zur Diagnose bei.



## Zyto- und Molekulargenetik

Die Krebszellen zeigen häufig Veränderungen des Erbguts. Bei der **zytogenetischen Untersuchung** werden die Träger des Erbguts (Chromosomen) der Krebszellen mit dem Mikroskop untersucht.

**Molekulargenetische Analysen** zeigen Veränderungen der Gene, die unter dem Mikroskop nicht erkennbar sind. Durch diese Untersuchungen können genetische Veränderungen der Krebszellen festgestellt werden.

Die Ergebnisse der Untersuchungen helfen bei der Zuordnung der AML zu einem Subtyp.

**Im Einzelfall können weitere Untersuchungen notwendig sein, z. B. wenn andere Organe beteiligt sind, etwa Computertomografie (CT) oder Ultraschall.**

## Subtypen: Einteilung der AML

**Die AML unterscheidet sich von Erkrankung zu Erkrankung. Wie sie verläuft und auch ihre Behandlungsmöglichkeiten hängen unter anderem davon ab, um welchen sogenannten AML-Subtyp es sich handelt. Weitere Aspekte, die einen Unterschied machen, sind das Erkrankungsalter und der allgemeine gesundheitliche Zustand.**

Der Subtyp einer AML wird in der Regel nach der sogenannten WHO-Klassifikation eingeteilt. Die Einordnung der Weltgesundheitsorganisation (WHO) von 2022 berücksichtigt Merkmale der Krebszellen, die bei der mikroskopischen Untersuchung erfasst wurden, und auch genetische Veränderungen. Darüber hinaus werden vorherige Erkrankungen des blutbildenden Systems und die Ergebnisse bisheriger Therapien einbezogen. Die Einteilung erfolgt in drei Hauptgruppen und jeweils weitere Untergruppen.

### WHO-Klassifikation der AML

- AML mit wiederkehrenden zytogenetischen Veränderungen
- AML definiert durch Differenzierung der Zellen
- AML, die durch Transformation aus einer anderen leukämischen Vorerkrankung entstanden ist



# Behandlung der AML

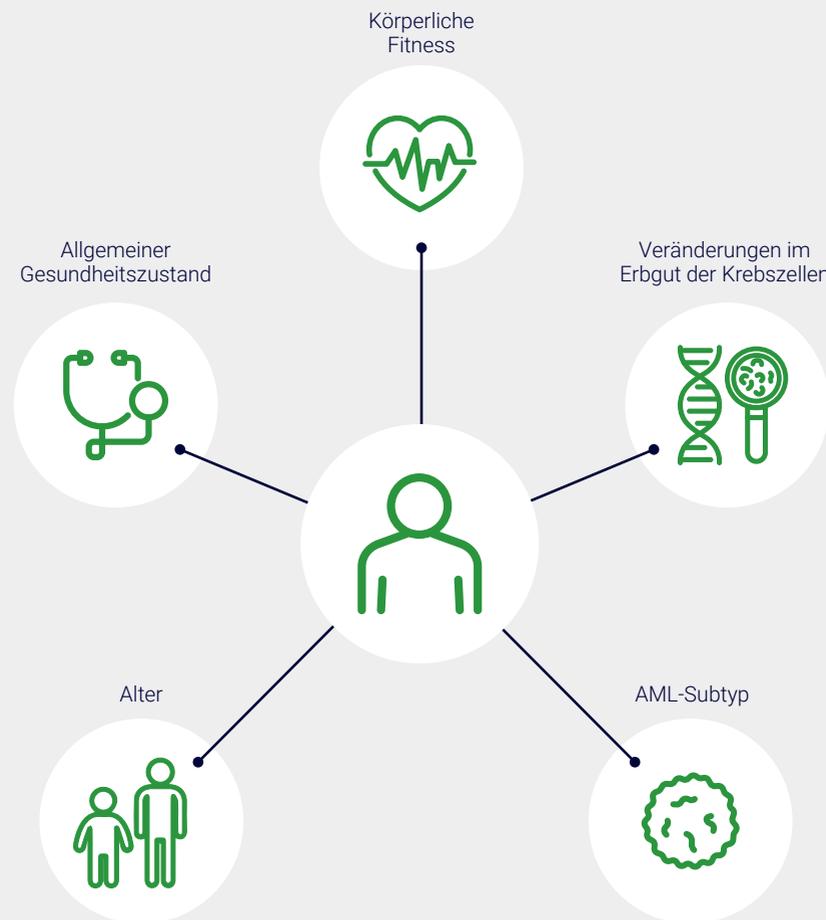
## Wahl der Therapie

Wird eine akute myeloische Leukämie (AML) festgestellt, muss schnell gehandelt werden. Es stehen unterschiedliche Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung. Die Therapien haben verschiedene Wirkansätze und sind unterschiedlich belastend. Bei der Wahl der Behandlung kommt es vor allem auf die individuellen Bedürfnisse und Voraussetzungen an. Sowohl die Therapie als auch das Ziel der Behandlung wird stets individuell ausgewählt.

**Grundsätzlich ist es das Ziel der AML-Therapie, die Krebszellen so weit wie möglich zurückzudrängen und im Idealfall komplett zu eliminieren.**

Mit einer intensiven Therapie kann die Chance auf Heilung bestehen. Diese kann jedoch auch sehr belastend sein. Darum kommt eine intensive Therapie nicht für alle Patient\*innen infrage. Es kann auch sein, dass die Therapie hauptsächlich darauf ausgelegt ist gegen die Beschwerden vorzugehen und die Lebensqualität zu verbessern. Auch eine weniger intensive Therapie kann die Lebensdauer verlängern.

## Verschiedene Faktoren beeinflussen die Wahl der AML-Therapie:



## Das Arztgespräch: Antworten auf Ihre Fragen

Die Diagnose AML kommt in der Regel sehr plötzlich und kann ein großer Schock sein. Die Therapieentscheidung muss zügig getroffen werden und es kann herausfordernd sein, mit der neuen Situation umzugehen. Für Sie als Patient\*in ist es wichtig, dass Sie verstehen, welche Schritte nun notwendig sind, warum eine Therapie für Sie infrage kommt und wie diese funktioniert. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt bzw. Ihrer Ärztin darüber, was Sie beschäftigt, und lassen Sie sich Ihre Fragen beantworten.



**Vorbereiten:** Schreiben Sie vor dem Arztgespräch auf, welche Fragen Sie zur AML und zu Ihrer Therapie haben und welche Themen Sie ansprechen möchten, damit Sie während des Gesprächs nichts vergessen.



**Nachfragen:** Scheuen Sie sich nicht, nachzufragen, wenn Sie während des Gesprächs mit Ihrem Arzt bzw. Ihrer Ärztin etwas nicht verstanden haben. Fassen Sie Informationen noch einmal in Ihren Worten zusammen. Das kann helfen, Zusammenhänge besser zu verstehen.



**Notieren:** Machen Sie sich während des Arztgesprächs Notizen, so können Sie im Anschluss noch einmal nachvollziehen, was Sie besprochen haben. Das erleichtert es, sich alles zu merken, auch wenn Sie viele Informationen auf einmal erhalten.



**Gemeinsam:** Lassen Sie sich beim Arztgespräch von einer vertrauten Person begleiten, wenn Sie sich damit wohler fühlen. Es kann Ihnen Sicherheit geben und es kann auch hilfreich sein, sich über die Erkrankung und Therapie auszutauschen.



### Begleitet bei der Therapie

Die Therapie der AML kann herausfordernd sein. Viele Informationen zur Wirkung, Umsetzung oder auch zu möglichen Nebenwirkungen müssen in kürzester Zeit verarbeitet werden. Auch die Behandlung selbst belastet häufig. Jetzt kann es eine große Hilfe für Sie sein, wenn Sie eine vertraute Person aus Ihrem nahen Umfeld einbinden. Unterstützung zu haben und zusammen ein Auge darauf zu haben, was beachtet werden muss, kann die Situation erleichtern.



## Behandlungsmöglichkeiten

Die häufigste Behandlungsform bei einer AML ist die Chemotherapie. In der Regel schließt daran eine Stammzelltransplantation an. Da eine Chemotherapie jedoch sehr belastend ist, kommt sie nicht für alle Patient\*innen infrage. Ein höheres Alter oder auch Begleiterkrankungen können gegen diese Therapieform sprechen. Wenn eine Chemotherapie nicht durchgeführt werden kann, können heute moderne Behandlungsmöglichkeiten, z. B. eine zielgerichtete orale Therapie, dafür sorgen, die Symptome zurückzudrängen und die Lebensqualität zu verbessern.

### Teilnahme an Studien

Zur AML wird laufend geforscht, auch um neue Behandlungsoptionen zu entwickeln oder bestehende zu verbessern. Dafür werden viele Patient\*innen in Studien behandelt. Die Teilnahme an einer Studie, wie sie in großen Krankenhäusern oder Zentren durchgeführt werden, kann daher eine weitere Behandlungsmöglichkeit sein. Wenn eine Teilnahme infrage kommt, informiert der behandelnde Arzt bzw. die behandelnde Ärztin ausführlich über alle Aspekte der Studie. Darüber, welche laufenden Studien es zu Krebserkrankungen gibt, informiert z. B. iuvando ([www.iuvando.de](http://www.iuvando.de)).

# Chemotherapie

Bei der AML kommt in den meisten Fällen eine **intensive Chemotherapie** zum Einsatz. Bei einer Chemotherapie werden sogenannte Zytostatika eingesetzt. Diese Medikamente greifen bevorzugt Zellen an, die sich schnell teilen und vermehren. Dazu zählen vor allem die Krebszellen. Die durch das Zytostatikum geschädigten Zellen können sich nicht weiter teilen und sterben ab. So sinkt die Anzahl der Krebszellen, die Blutbildung kann sich normalisieren. Verabreicht wird die Chemotherapie in der Regel als Infusion und sie besteht meist aus einer Kombination unterschiedlicher Wirkstoffe. Zeigen die Krebszellen bestimmte genetische Veränderungen, kann die Chemotherapie mit zielgerichteten Medikamenten kombiniert werden, z. B. den sogenannten FLT3-Inhibitoren.

**Die Chemotherapie wird bei der AML in der Regel in zwei Abschnitten durchgeführt:**

## 1 Induktionsphase

Die erste Phase besteht aus einer hochdosierten Chemotherapie in ein oder zwei Behandlungsabschnitten, sogenannten Zyklen, über jeweils fünf bis acht Tage im Abstand von mehreren Wochen. Die Induktionsphase hat das Ziel, die Erkrankung möglichst weit zurückzudrängen, eine sogenannte Remission zu erreichen. Sie ist sehr intensiv und belastend. Ihr Erfolg kann nach vier bis acht Wochen beurteilt werden.

## Weniger belastend: nicht intensive Chemotherapie

Wenn eine intensive Chemotherapie, z. B. aufgrund des allgemeinen Gesundheitszustands oder von Begleiterkrankungen, nicht infrage kommt, bieten nicht intensive und weniger belastende Therapien eine Alternative. Dazu zählt die nicht intensive Chemotherapie. Bei ihr werden die Zytostatika geringer dosiert. Darüber hinaus können sogenannte hypomethylierende Substanzen (HMA) oder eine orale zielgerichtete Therapie zum Einsatz kommen.

## 2 Konsolidierungsphase

In der zweiten Phase wird die Chemotherapie in der Regel in drei Zyklen mit jeweils mehreren Wochen Therapiepause durchgeführt. Diese Konsolidierungsphase kann bis zu einem halben Jahr dauern.

Die Konsolidierungsphase dient dazu, gegen mögliche verbliebene Krebszellen vorzugehen. Damit soll das Risiko für einen möglichen Rückfall reduziert werden.

## Mit einer Infusionstherapie im Alltag

Eine Chemotherapie wird in den meisten Fällen als Infusion verabreicht. Eine Behandlung besteht in der Regel aus mehreren Zyklen, während derer Sie in regelmäßigen Abständen Infusionen erhalten. Das kann in der Klinik erfolgen, aber auch ambulant in der Arztpraxis oder einer Tagesklinik. So können Sie die meiste Zeit in Ihrer vertrauten Umgebung bleiben und müssen nicht im Krankenhaus übernachten. Dabei ist auch Ihr Beitrag für die gewissenhafte Umsetzung einer Infusionstherapie wichtig.



Halten Sie sich genau an den Therapieplan wie mit Ihrem Arzt bzw. Ihrer Ärztin besprochen. Verpassen Sie keinen Infusionstermin und planen Sie alle Termine rechtzeitig ein.



Nutzen Sie Erinnerungshilfen wie beispielsweise die Kalenderfunktion Ihres Handys, eine gut sichtbare Notiz oder einen Eintrag im Küchenkalender. Lassen Sie sich von einer nahestehenden Person am Morgen des Arzttermins per Telefon erinnern.



Planen Sie den Weg zur Arztpraxis oder Tagesklinik und zurück nach Hause im Voraus. Vielleicht kann Sie eine vertraute Person fahren. Wenn Sie ein Taxi nutzen, lassen Sie die Fahrt rechtzeitig vormerken.



Nehmen Sie zur Therapie etwas zu lesen mit oder laden Sie ein Hörbuch bzw. einen Film auf Ihr Smartphone oder Tablet – vergessen Sie die Kopfhörer nicht. So vergeht die Zeit während der Infusion rascher.



Auch bequeme Kleidung und Schuhe, ein kleines Kissen oder eine weiche Decke können die Termine angenehmer machen.

## Stammzelltransplantation

**Häufig ist bei der AML nach einer intensiven Chemotherapie eine Stammzelltransplantation der nächste Behandlungsschritt. Ob sie infrage kommt, hängt mit der individuellen genetischen Veränderung der Krebszellen sowie dem Ansprechen auf die Chemotherapie zusammen. Bei der AML wird in der Regel eine sogenannte allogene Stammzelltransplantation durchgeführt, d. h. es werden gespendete Blutstammzellen transplantiert.**

Prinzip einer Stammzelltransplantation ist es, das gestörte blutbildende System, das durch eine intensive Chemotherapie eliminiert wird, durch das gesunde blutbildende System eines Spenders bzw. einer Spenderin zu ersetzen. Die Behandlung ist eine tiefgreifende Maßnahme, die mit Risiken verbunden ist. Sie kann nur durchgeführt werden, wenn ein\*e Patient\*in entsprechend belastungsfähig und körperlich fit ist. Für die Transplantation werden dem bzw. der Empfänger\*in, ähnlich einer Infusion, die Blutstammzellen des Spenders bzw. der Spenderin verabreicht. Die neuen Blutstammzellen siedeln sich im Knochenmark an und bilden gesunde Blutzellen.

**Es dauert bis zu sechs Wochen, bis sich die Blutbildung erholt hat. Das Immunsystem wird mit Medikamenten unterdrückt, um eine Abstoßungsreaktion zu verhindern.**

# Orale zielgerichtete Therapie

Die orale zielgerichtete Therapie ist eine Alternative für Patient\*innen mit AML, wenn eine so belastende Behandlung wie die intensive Chemotherapie nicht möglich ist. Sie ist neben der nicht intensiven Chemotherapie und sogenannten hypomethylierenden Substanzen (HMA) eine Behandlungsoption, z. B. bei hohem Alter, wenn Begleiterkrankungen vorliegen oder der allgemeine Gesundheitszustand ungünstig ist. Orale zielgerichtete Therapien werden in Kombination mit anderen Medikamenten eingesetzt.

**Mit einer oralen zielgerichteten Therapie kann es gelingen, die Symptome der AML zurückzudrängen und die Lebensqualität zu verbessern.**

Orale zielgerichtete Therapien unterscheiden sich von Chemotherapien vor allem durch ihre Wirkweise. Eine Chemotherapie greift in den Teilungszyklus von unterschiedlichen Zellen ein. Auch gesunde, sich schnell erneuernde Zellen können dadurch beeinträchtigt werden. Orale zielgerichtete Therapien greifen direkt in den Krankheitsprozess ein. Dies erfolgt z. B. durch die Hemmung eines Proteins, das den Selbstzerstörungsmechanismus der Krebszellen außer Kraft setzt. Der programmierte Zelltod (Apoptose) wird wieder in Gang gesetzt und die Krebszellen sterben ab. Darüber hinaus werden orale zielgerichtete Therapien als Tabletten eingenommen, die Behandlung ist mit weniger Aufwand verbunden als eine Infusionstherapie.

## Medikamente regelmäßig einnehmen

Eine Behandlung mit Tabletten oder Kapseln kann Ihnen im Alltag mehr Freiraum verschaffen. Ist die Dosierung richtig eingestellt, können Sie die Medikamente in der Regel selbstständig zu Hause einnehmen. Der Weg zur Arztpraxis ist dann nur für die Kontrolltermine nötig. Das bedeutet aber auch, dass Sie selbst mehr Verantwortung für Ihre AML-Behandlung übernehmen. Mit der sorgsam und regelmäßigen Einnahme schaffen Sie die Voraussetzungen dafür, dass die Behandlung bestmöglich wirken kann.



Nehmen Sie die Tabletten oder Kapseln genau so ein, wie Sie es mit Ihrem Arzt bzw. Ihrer Ärztin besprochen haben, z. B. mit Wasser oder mit einer Mahlzeit und in der notwendigen Dosierung. Verpassen Sie keine Einnahme.



Lassen Sie sich an die Einnahme erinnern, nutzen Sie z. B. Ihr Handy als Medikamentenwecker. Auch ein kleiner Zettel am Kühlschrank oder am Badezimmerspiegel kann an die Einnahme erinnern.



Sortieren Sie Ihre Medikamente in einer Tablettenbox vor, so behalten Sie immer den Überblick, wann Sie welche Tabletten oder Kapseln nehmen müssen oder schon genommen haben.



Tabletten und Kapseln lassen sich leichter im Sitzen oder Stehen mit geradem Rücken einnehmen. Befeuchten Sie die Schleimhäute mit einem großen Schluck Wasser, bevor Sie die Medikamente mit einem Glas Wasser einnehmen und herunterspülen.



Verpassen Sie keinen Kontrolltermin, damit Ihr Arzt bzw. Ihre Ärztin überprüfen kann, ob die derzeitige Therapie die gewünschte Wirkung erzielt.



## Unterstützende Therapie

Eine unterstützende Therapie kann über die gewählte Behandlung hinaus dabei helfen, Beschwerden und Folgen der AML bzw. der Behandlung zu mindern.

### Zu möglichen begleitenden Maßnahmen zählen z. B.

- eine Schmerztherapie,
- die Behandlung mit Antibiotika aufgrund eines erhöhten Infektionsrisikos,
- den Mangel einzelner Blutbestandteile auszugleichen,
- Medikamente gegen Nebenwirkungen von Therapien wie Übelkeit oder Erbrechen sowie
- psychoonkologische Unterstützung.

**Lassen Sie sich von Ihrem Arzt bzw. Ihrer Ärztin beraten, welche Maßnahmen für Sie empfehlenswert sind.**

### Psychoonkologische Begleitung

Nach der Diagnose einer AML muss Schritt für Schritt gelernt werden, mit der Erkrankung umzugehen. Das kann durch Höhen und Tiefen führen. Jeder Mensch geht dabei seinen eigenen Weg. Es ist ganz normal, dass es Tage gibt, an denen Überforderung und Verzweiflung zu spüren sind. Sie können bei der Krankheitsbewältigung und auch im Umgang mit möglichen Sorgen jedoch Unterstützung durch eine psychoonkologische Begleitung erhalten. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt bzw. Ihrer Ärztin darüber, welche Möglichkeiten und Angebote es gibt.



# Leben und Therapie

## Im täglichen Leben mit der AML

Die Diagnose akute myeloische Leukämie (AML) kommt häufig sehr überraschend und der gewohnte Alltag wird von einem Moment auf den anderen auf den Kopf gestellt. Plötzlich müssen Entscheidungen getroffen werden und es bleibt kaum Gelegenheit, sich in der neuen Situation zurechtzufinden. Machen Sie sich bewusst, dass Sie als Patient\*in mit den Herausforderungen, die nun gemeistert werden müssen, nicht allein sind.

**Gemeinsam mit Ihrem Hämatologen bzw. Ihrer Hämatologin, dem medizinischen Team und den Menschen, die Ihnen nahestehen, können Sie Schritt für Schritt Ihren Weg mit der AML finden.**

Abhängig davon, welche Therapieform für Sie die passende ist, erfolgt die Behandlung während des Krankenhausaufenthalts oder auch zu Hause. Sie kann belastend und auch mit Nebenwirkungen verbunden sein. Doch sie ist Ihre Möglichkeit, der AML etwas entgegenzusetzen! Achten Sie darauf, dass Sie die Therapie bestmöglich aktiv unterstützen. Dazu gehört z. B., alle Medikamente regelmäßig und wie mit dem Arzt bzw. der Ärztin besprochen zu nehmen und auch alle Arzttermine wahrzunehmen.

## Gemeinsam einen guten Weg finden

Eine große Stütze in dieser außergewöhnlichen Situation sind häufig vertraute Menschen aus Ihrem nahen Umfeld. Ob Familie oder Freundeskreis – sich gemeinsam mit der AML auseinandersetzen und über die nächsten Schritte auszutauschen kann Unsicherheiten nehmen. Zusammen können Sie besprechen, welche Unterstützung Sie benötigen, wo es die notwendigen Informationen gibt, welche Fragen mit den Ärzt\*innen geklärt werden müssen und wie der Alltag neu gestaltet werden kann.

Dabei kann ein offener und vertrauensvoller Umgang mit der AML sowohl für Sie selbst als auch für die Menschen in Ihrem Umfeld hilfreich sein. Die Erkrankung wirkt sich auf beide Seiten aus. Wie geht es Ihnen, wie fühlt sich Ihr Gegenüber – ein offenes Gespräch kann gegenseitiges Verständnis fördern und Missverständnissen vorbeugen. Auch Gefühle wie Sorgen oder Ängste müssen ihren Raum haben – sie auszusprechen kann wichtig sein, um sie zu verarbeiten.

## Bewusster Lebensstil: Sich selbst etwas Gutes tun

Ein bewusster Lebensstil kann Ihre Therapie unterstützen und auch zu Ihrer Lebensqualität beitragen. Für den Alltag mit einer AML und auch für Ihre Behandlung ist es wichtig, dass Sie bei Kräften bleiben – körperlich, aber auch psychisch. Versuchen Sie, Ihren Alltag ausgewogen und abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse und Möglichkeiten zu gestalten.

Achten Sie auf sich selbst und versuchen Sie mit einer gesunden, auf die Therapie abgestimmten Ernährung, Bewegung im Rahmen Ihrer Möglichkeiten oder auch durch eine gezielte Entspannungstechnik positive Impulse zu setzen. Richten Sie Ihren Blick auf das Hier und Jetzt und die Möglichkeiten, die Sie heute haben, sich etwas Gutes zu tun.

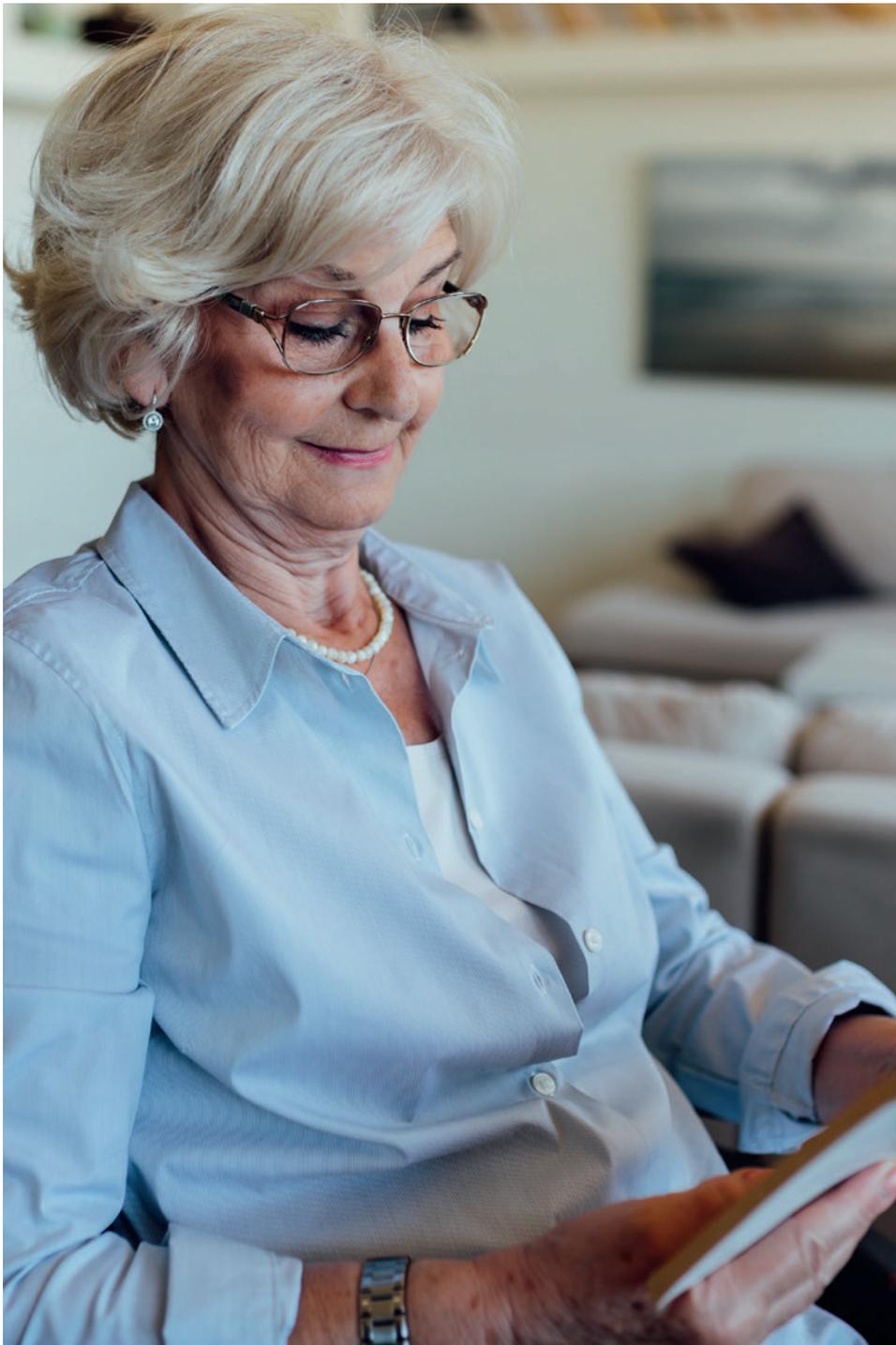


### Sinnvolle Ernährung bei Krebserkrankungen

Erfahren Sie mehr über die Rolle der Ernährung bei Krebserkrankungen. Viele Informationen und praktische Anregungen für einen abwechslungsreichen Speiseplan finden Sie im Arbeitsbuch „Sinnvolle Ernährung bei Krebserkrankungen“. Bestellen Sie sich kostenfrei Ihr persönliches Exemplar.



[www.abbvie-care.de/ernaehrungsbuch](http://www.abbvie-care.de/ernaehrungsbuch)



# Weitere Informationen

## Information und Erfahrungsaustausch

Sich über die akute myeloische Leukämie (AML) zu informieren und auch der Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen kann den Umgang mit der Erkrankung erleichtern. Das Gespräch in der Selbsthilfe mit anderen Menschen, die ganz Ähnliches erleben, kann neue Perspektiven aufzeigen. Patientenorganisationen sind oft auch gute Informationsquellen und bieten Beratung zu unterschiedlichen Themen. Doch auch andere Initiativen helfen mit Informationen oder Beratung zur AML weiter.

### Deutsche Leukämie- & Lymphom-Hilfe e. V. (DLH)

Die DLH ist der Bundesverband der Selbsthilfeorganisationen für Erwachsene mit Leukämie und Lymphomen und bietet Informationen zu den unterschiedlichen Krankheitsformen, ein Online-Forum sowie eine Übersicht von Selbsthilfegruppen in ganz Deutschland.

Deutsche Leukämie- & Lymphom-Hilfe e. V.  
Thomas-Mann-Str. 40, 53111 Bonn  
Tel.: 0228 33889200  
E-Mail: [info@leukaemie-hilfe.de](mailto:info@leukaemie-hilfe.de)  
[www.leukaemie-hilfe.de](http://www.leukaemie-hilfe.de)



### Non-Hodgkin-Lymphome Hilfe e. V. (NHL)

Die Non-Hodgkin-Lymphome Hilfe e. V., Selbsthilfeorganisation Nordrhein-Westfalen, richtet ihr Angebot an Menschen mit Leukämie- und Lymphomerkrankungen. Neben Aufklärung und Information zu den unterschiedlichen Krankheitsbildern bietet sie Erfahrungsaustausch in lokalen Selbsthilfegruppen.

Non-Hodgkin-Lymphome Hilfe e. V.  
Talstr. 32, 51702 Bergneustadt  
Tel.: 02261 9877114  
E-Mail: [nhl-hilfe@web.de](mailto:nhl-hilfe@web.de)  
[www.nhl-hilfe.eu](http://www.nhl-hilfe.eu)



### Deutsche Krebshilfe

Die gemeinnützige Organisation informiert online und mit Broschüren ausführlich über unterschiedliche Krebsformen sowie das Leben mit einer Krebserkrankung.

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

Persönliche Beratung bietet das INFONETZ KREBS, ein gemeinsames Angebot mit der Deutschen Krebsgesellschaft und der Stiftung Deutsche Leukämie- & Lymphom-Hilfe.

Deutsche Krebshilfe, INFONETZ KREBS  
Buschstr. 32, 53113 Bonn  
Tel.: 0800 80708877  
E-Mail: [krebshilfe@infonetz-krebs.de](mailto:krebshilfe@infonetz-krebs.de)  
[www.infonetz-krebs.de](http://www.infonetz-krebs.de)



### Deutsche Krebsgesellschaft e. V. (DKG)

Vielseitige Informationen zu Krebserkrankungen, darunter Blutkrebs, sowie weiteren Themen wie unterstützende Therapie oder psychologische Betreuung sind über das Internetportal der DKG erhältlich.

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

Persönliche Beratung bietet die DKG über die 16 Landeskrebsgesellschaften.  
[www.die-landeskrebsgesellschaften.de](http://www.die-landeskrebsgesellschaften.de)



### CancerSurvivor – Menschen mit Krebs

Auf dem Online-Portal CancerSurvivor berichten Menschen mit Krebserkrankungen von ihren Erfahrungen. Der persönliche Blick auf das Leben mit Krebs lenkt den Blick auf Alltagsfragen im Umgang mit der Erkrankung. Weitere Informationen ergänzen das Angebot der Initiative.

[www.menschen-mit-krebs.de](http://www.menschen-mit-krebs.de)



### AbbVie Care

Das Internetportal von AbbVie Care bietet Wissenswertes und Service zu unterschiedlichen Formen von Blutkrebs sowie zum Leben mit der Erkrankung.



[www.abbvie-care.de/blutkrebs](http://www.abbvie-care.de/blutkrebs)

# Glossar

## A

### **Akute myeloische Leukämie (AML)**

Form von Blutkrebs, die akut verläuft, also in der Regel schnell und unkontrolliert voranschreitet, und bei der es zu einer Störung des Blutbildungsprozesses kommt. Eine AML entsteht aus myeloischen Vorläuferzellen, sogenannten Blasten. Im Verlauf verdrängen die Krebszellen gesunde Blutbestandteile im Knochenmark.

### **Allogene Stammzelltransplantation**

Stammzelltransplantation mit Blutstammzellen eines Spenders bzw. einer Spenderin.

### **Anämie**

Blutarmut; Mangel an roten Blutkörperchen oder Hämoglobin; in der Folge kann der Körper nicht ausreichend mit Sauerstoff versorgt werden.

### **Anamnese**

Professionelle Erfragung von medizinisch relevanten Informationen aus der Krankengeschichte durch Fachpersonal.

### **Antibiotikum**

Substanz, die zur Bekämpfung von Bakterieninfektionen verabreicht wird; Mehrzahl: Antibiotika.

### **Apoptose**

Programmierter Zelltod; Selbstzerstörungsmechanismus beschädigter oder nicht mehr benötigter Zellen.

### **Autologe Stammzelltransplantation**

Stammzelltransplantation mit eigenen Blutstammzellen; Spender\*in und Empfänger\*in ist dieselbe Person.

## B

### **Blasten**

Vorläuferzellen von Blutzellen; nicht ausgereifte Blutzellen.

### **Blutkrebs**

Überbegriff für verschiedene Erkrankungen des blutbildenden Systems; kann das Knochenmark, das Blut und das lymphatische System betreffen; Leukämie, Lymphom und Myelom sind die drei Hauptkategorien von Blutkrebs.

## C

### **Chemotherapie**

Behandlung mit sogenannten Zytostatika; Medikamente, die die Teilung und Vermehrung von Krebszellen aufhalten; wirken auch gegen gesunde Zellen, insbesondere in schnell wachsendem Gewebe wie Haut, Haaren, Schleimhäuten und blutbildenden Zellen im Knochenmark.

### **Chromosomen**

Träger des Erbguts.

### **Computertomografie (CT)**

Spezielles Röntgenverfahren, das digitale Schnittbilder vom Körper erzeugt.

## D

### **Differenzialblutbild**

Blutuntersuchung, bei der u. a. die Konzentration der verschiedenen weißen Blutzellen untersucht wird; untergliedert weiße Blutzellen u. a. in Granulozyten, Lymphozyten und Monozyten.

### **Dysplasie**

Veränderung von Zellen.

## E

### **Erythrozyten**

Rote Blutkörperchen; sind für den Sauerstofftransport im Blut zuständig.

**F** **FLT3-Inhibitoren**  
Wirkstoffklasse von Medikamenten, die bei einer bestimmten Form der akuten myeloischen Leukämie in Kombination mit einer Chemotherapie oder auch als Einzelsubstanz eingesetzt werden.

**G** **Granulozyten**  
Bestimmte Art weißer Blutzellen.

**H** **Hämatologe bzw. Hämatologin**  
Ärzt\*innen dieser Fachrichtung sind auf Erkrankungen des Blutes und der blutbildenden Organe spezialisiert.

#### **Hypomethylierende Substanzen (HMA)**

Wirkstoffklasse von Medikamenten; werden u. a. zur Behandlung von akuter myeloischer Leukämie allein oder in Kombination mit anderen Arzneimitteln eingesetzt.

**I** **Immunphänotypisierung**  
Spezielle Blutuntersuchung zur Diagnose von Leukämien.

#### **Immunsystem**

Komplexes Abwehrsystem des Körpers, das ihn mithilfe von Zellen und Botenstoffen vor Angriffen durch Eindringlinge wie Viren und Bakterien oder körpereigenen geschädigten Strukturen schützt.

#### **Infektion**

Eindringen von Krankheitserregern (z. B. Viren oder Bakterien) in den Körper und ihre Vermehrung.

#### **Infusion**

Verabreichen von Flüssigkeit (z. B. Medikamenten) in den Körper, erfolgt in der Regel über eine Vene.

**K** **Knochenmarkpunktion**  
Entnahme von Knochenmarkzellen aus dem Beckenknochen mittels einer sehr dünnen Hohlnadel zur mikroskopischen Untersuchung.

**L** **Leukämie**  
Form von Blutkrebs; betrifft die Blutzellen und kann im Blut und im Knochenmark nachgewiesen werden.

#### **Leukozyten**

Weißer Blutzellen; Abwehrzellen des Immunsystems.

#### **Lymphozyten**

Bestimmte Art weißer Blutzellen.

**M** **Molekulargenetische Untersuchung**  
Spezielle Blutuntersuchung; zeigt Veränderungen der Gene, die unter dem Mikroskop nicht erkennbar sind.

#### **Monozyten**

Bestimmte Art weißer Blutzellen.

**O** **Onkologe bzw. Onkologin**  
Ärzt\*innen dieser Fachrichtung sind auf die Behandlung von Krebserkrankungen spezialisiert.

#### **Orale zielgerichtete Therapie**

Neuartige zielgerichtete Behandlungsformen, die u. a. bei akuter myeloischer Leukämie angewendet werden; werden als Tablette oder Kapsel eingenommen; blockieren bestimmte Proteine, die für das Wachstum und Überleben von Krebszellen zuständig sind.

**P** **Petechien**  
Kleine punktförmige Hautblutungen.

## R

### **Remission**

Nachlassen der krankheitsbedingten Symptome.

## S

### **Stammzelltransplantation**

Übertragung von Blutstammzellen; wird u. a bei der AML angewendet.

## T

### **Thrombozyten**

Blutplättchen; sind für die Blutgerinnung zuständig; Mangel führt zu erhöhter Blutungsneigung.

## Z

### **Zytochemie**

Bestimmung von Zellen anhand ihrer Reaktion auf bestimmte Chemikalien.

### **Zytogenetische Untersuchung**

Untersuchung von Chromosomen auf bestimmte Merkmale bzw. Schäden; auch genutzt, um Veränderungen im Erbgut von Krebszellen festzustellen.

### **Zytomorphologie**

Mikroskopische Untersuchung von Zellen, um ihre Beschaffenheit und Anzahl festzustellen.

### **Zytostatika**

Medikamente zur Krebsbehandlung im Rahmen einer Chemotherapie; halten die Teilung und Vermehrung von Tumorzellen auf; wirken jedoch auch gegen gesunde Zellen, insbesondere in schnell wachsendem Gewebe wie Haut, Haaren, Schleimhäuten und blutbildenden Zellen im Knochenmark.





you

Tel.: 08000 486472  
E-Mail: [info@abbvie-care.de](mailto:info@abbvie-care.de)  
[www.abbvie-care.de](http://www.abbvie-care.de)

AbbVie Deutschland GmbH & Co. KG  
Mainzer Straße 81 | 65189 Wiesbaden