



# Patienten- broschüre

## Knochenmetastasen und ihre Behandlung

Für Patient:innen, denen XGEVA® (Denosumab 120 mg,  
s.c. alle 4 Wochen) verschrieben wurde.

Vorwort .....	3
Meine Krankheit verstehen: Knochenmetastasen .....	4
Welche Folgen können Knochenmetastasen haben? .....	5
Wie machen sich Knochenmetastasen bemerkbar und wie sieht die Diagnose aus? .....	8
Therapie mit XGEVA®: Was bewirkt das Arzneimittel? .....	10
Nebenwirkungen reduzieren .....	11
Kieferosteonekrose .....	12
Zahnprophylaxe .....	15
Hypokalzämie .....	17
Was kann ich selbst für meine Knochengesundheit tun? .....	19
Patientenorganisationen – Hilfe und Unterstützung .....	23

# Liebe Patientin!

# Lieber Patient!

Diese Broschüre soll Sie auf die Behandlung mit XGEVA® (Wirkstoff: Denosumab) vorbereiten, das Sie zur Verlangsamung der Knochenzerstörung durch Knochenmetastasen erhalten. Hier finden Sie wichtige Informationen zu Ihrer Therapie sowie praktische Tipps, wie Sie besser mit Ihrer Erkrankung zurechtkommen können.

Die Broschüre kann jedoch ein Aufklärungsgespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt sowie das sorgfältige Lesen der XGEVA®-Gebrauchsinformation nicht ersetzen.

Mit den besten Wünschen für einen guten Krankheitsverlauf.

*Ihr Amgen Onkologie-Team*



## Hilfreiche Tipps

Zögern Sie nicht, Ängste, Sorgen und Zweifel offen anzusprechen, suchen Sie aktiv das Gespräch. Stellen Sie Fragen und holen Sie Informationen ein.

Beziehen Sie Ihre Angehörigen bei der medizinischen Beratung mit ein. Der Austausch mit Angehörigen und vertrauten Personen verschafft Ihnen den nötigen Rückhalt.

## Knochenmetastasen

### Wie genau entstehen Knochenmetastasen?

Über die Blutversorgung des eigentlichen Tumors können einzelne Krebszellen in den Blutkreislauf und damit an unterschiedliche Stellen des Körpers gelangen. Sie können sich in anderen Organen festsetzen und dort zu einem späteren Zeitpunkt zu wachsen beginnen. Beispielsweise bilden sich beim Prostatakarzinom Metastasen vor allem im Knochen.

### Was verändern diese Metastasen an meinen Knochen?

Um sich im Bereich des Knochens Platz zu schaffen, beeinflussen die Krebszellen den Knochenstoffwechsel. Folglich kommt es zu einer vermehrten Aktivität von knochenabbauenden Zellen (sogenannten Osteoklasten). Beim Abbau von Knochensubstanz werden weitere Wachstumsfaktoren freigesetzt, welche wiederum das Wachstum der Metastase anregen. Man spricht hier auch von einem „Teufelskreislauf des Metastasenwachstums“. Denosumab kann in diesen Kreislauf eingreifen und ihn hemmen.



#### Gut zu wissen

Diagnose Knochenmetastasen – das bedeutet, Ihre Tumorerkrankung ist in ein chronisches Stadium übergetreten. Das Behandlungsziel ist ein langes, aktives und schmerzfreies Leben trotz Knochenmetastasen. Die Krankheit kann lange Zeit ruhen, aber auch immer wieder aufflammen.

---

## Welche Folgen können Knochenmetastasen haben?

Knochenmetastasen können einige typische Komplikationen verursachen. Sollten bei Ihnen die im Folgenden beschriebenen Symptome oder auch andere Veränderungen auftreten, benachrichtigen Sie bitte Ihre Ärztin/Ihren Arzt.

### Knochenschmerzen

Eine Phase behandlungsbedürftiger Knochenschmerzen tritt bei fast allen Patienten mit der Diagnose Knochenmetastasen auf. Oft ist der Schmerz auch das erste Symptom, das zur Diagnose Knochenmetastasen führt.

Schmerzen der Knochenmetastase können mit Schmerzen durch Osteoporose, mit einer Arthrose oder Arthritis oder mit Schmerzen nach einem Unfall verwechselt werden. Dadurch können die Metastasen unter Umständen zu spät erkannt werden. Wenn bei Ihnen also neue Schmerzen im Skelettbereich auftreten sollten, ist eine Untersuchung bei Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt ratsam.

### Knochenbrüche (Frakturen)

Knochenmetastasen führen zunächst zu einer instabilen Knochensubstanz und möglicherweise zur Zerstörung des Knochens. In beiden Fällen besteht eine erhöhte Gefahr für Knochenbrüche. Zu einem Bruch kann es durch heftige Bewegungen oder kleine Unfälle wie Stürze, aber auch ohne ersichtlichen Grund kommen. Bei bestehenden Knochenmetastasen ist es wichtig, dass Ihre Ärztin/Ihr Arzt Maßnahmen einleitet (medikamentös oder operativ), um eine Fraktur möglichst zu verhindern.



### **Rückenmarkquetschung (Kompressionssyndrome)**

Darunter versteht man den Zusammenbruch von Wirbeln, der zu einer Quetschung des benachbarten Rückenmarks führt. Die Folge können Gefühlsstörungen und Lähmungen unterhalb des Wirbelbruchs sein. Beides stellt einen absoluten Notfall dar – das Rückenmark muss sofort entlastet werden, sonst kann es zu einer Querschnittslähmung kommen. Vorbeugend sollten regelmäßige Kontrollen durchgeführt werden, um Knochenmetastasen frühzeitig entdecken und behandeln zu können.

## Bestrahlung bei Knochenmetastasen

Ziel der Bestrahlung ist, neben der Zerstörung von Tumorzellen und einer Stabilisierung des Knochens, vor allem die Verminderung von Schmerzen. Dies wird meistens innerhalb weniger Wochen erreicht, aber auch die Gefahr von Knochenbrüchen wird minimiert. Da bei einer Bestrahlung auch Anteile des Knochens oder Gewebe getroffen werden, die nicht vom Tumor bzw. von Metastasen befallen sind, können Nebenwirkungen auftreten, die jedoch meistens nur vorübergehend sind. Möglich ist eine Beeinträchtigung des Knochenmarks und somit der Blutbildung; auch die Haut kann Reizungen aufweisen, ähnlich einem Sonnenbrand.

## Hyperkalzämie

Dabei handelt es sich um eine seltenere Stoffwechsellage, bei der die Knochenmetastasen so aggressiv sind, dass enorme Mengen Kalzium aus dem Knochen herausgelöst werden. Folgen sind Symptome wie Müdigkeit, Kraftlosigkeit, Fieber, Durst, Herzrhythmusstörungen und Verwirrheitszustände. Da Kalzium über die Nieren ausgeschieden wird, können diese durch zu hohe Mengen ebenfalls geschädigt werden. Regelmäßige Blutuntersuchungen können zur Früherkennung beitragen.



### Gut zu wissen

Knochenmetastasen verursachen zunächst keine Beschwerden und werden daher oft erst relativ spät entdeckt.

Schmerzen sind ein erster wichtiger Hinweis. Nehmen Sie dieses Warnsignal Ihres Körpers ernst und sprechen Sie die Symptome bei Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt an.

## Wie machen sich Knochenmetastasen bemerkbar und wie sieht die Diagnose aus?

### Art und Lokalisation der Schmerzen

Die Schmerzen sind in der Regel gleichbleibend und haben einen bohrenden Charakter. Sie verschwinden meist weder beim Sitzen, Liegen noch Gehen. Zum Teil werden sie bei Belastung stärker – dies kann auch auf die Lokalisation der Metastasen hinweisen.

Am häufigsten sind Knochenmetastasen im Bereich der Wirbelsäule und der Beckenknochen zu finden. Aber auch andere Knochen können befallen sein. Sollten neue Schmerzen auftreten, informieren Sie unverzüglich Ihre Ärztin/Ihren Arzt, um weitere Knochenmetastasen möglichst frühzeitig erkennen und behandeln zu können.

### Diagnosestellung

Bei Verdacht auf Knochenmetastasen können verschiedene Untersuchungen durchgeführt werden, die eine sichere Diagnose erlauben. Zunächst wird meistens eine Knochen-Szintigraphie gemacht. In Knochen, die Umbauprozessen unterliegen, wie es bei Knochenmetastasen der Fall ist, lagern sich dabei schwach radioaktive Teilchen ein. Diese Ablagerungen können mithilfe einer Spezialkamera festgehalten und anschließend ausgewertet werden.

Weitere Verfahren, die zusätzlich, z. B. bei unklaren Befunden oder zur Absicherung, durchgeführt werden können, sind eine CT (Computertomographie)- oder MRT (Magnetresonanztomographie)-Untersuchung. Hochauflösende Aufnahmen bilden dabei auch kleine Veränderungen ab, sodass festgestellt werden kann, ob





angrenzendes Gewebe, das Rückenmark oder seine Nerven betroffen sind. Bei einem PET/CT wird die CT-Untersuchung noch mit einer PET (Positronen-Emissions-Tomographie) kombiniert. Dadurch lassen sich tumorbedingte Veränderungen besser den betroffenen Geweben zuordnen. Viele Patienten können mit Knochenmetastasen noch ein erfülltes Leben führen. Überfordern Sie sich nicht, hören Sie auf Ihren Körper und wenden Sie sich an Ihre Ärztin/Ihren Arzt, wenn neue Schmerzen auftreten. Trotzdem sollten Sie versuchen, Ihr Leben nicht zu sehr von Ihrer Erkrankung beeinflussen zu lassen. Bewegung, gutes Essen und Unternehmungen sind weiterhin möglich und sinnvoll.

## Was bewirkt das Arzneimittel?

Zur Prävention von Skelettkomplikationen aufgrund von Knochenmetastasen stehen verschiedene Optionen zur Auswahl. Neben dem Arzneimittel Denosumab kommen auch sogenannte chemische Bisphosphonate zum Einsatz. Diese werden üblicherweise als Infusion gegeben.

XGEVA® enthält den biologischen Wirkstoff Denosumab, der im onkologischen Bereich in der EU seit 2011 zugelassen ist. Hierbei handelt es sich um einen Antikörper. Antikörper binden gezielt an Substanzen, zu denen sie passen – wie ein Schlüssel zu seinem Schloss. Vorgänge, zu denen der „Schlüssel“ nicht passt, werden somit auch nicht beeinflusst.

XGEVA® wird, wie bei Ihnen, zur Verlangsamung der Knochenzerstörung durch Knochenmetastasen eingesetzt. Ziel der Anwendung ist es, schwere Komplikationen zu verhindern, die durch Knochenmetastasen verursacht werden können (z. B. Frakturen, Druck auf das Rückenmark oder die Notwendigkeit einer Bestrahlung oder von chirurgischen Eingriffen).

## Wie wird XGEVA® verabreicht?

- XGEVA® wird als Injektion unter die Haut gegeben.
- Aufgrund der einfachen und schnellen Gabe von XGEVA® sind keine langen Aufenthalte beim Arzt notwendig

## Nebenwirkungen reduzieren

Wie die meisten Medikamente, kann Denosumab auch Nebenwirkungen verursachen, welche aber nicht bei jeder Patientin/jedem Patienten auftreten müssen. Bevor Ihnen Ihre Ärztin/Ihr Arzt Denosumab verschreibt, wird er/sie Ihr Risiko für Nebenwirkungen abschätzen und Sie gegebenenfalls dazu anhalten, verschiedene Vorsichtsmaßnahmen zu treffen, mit denen Nebenwirkungen abgewendet oder so gering wie möglich gehalten werden können.

### Selbst aktiv vorbeugen

Es ist sehr wichtig, dass Sie sich an diese Maßnahmen halten, um den größtmöglichen Nutzen aus Ihrer Behandlung zu ziehen.

Mögliche Nebenwirkungen entnehmen Sie bitte der Gebrauchsinformation. **Im Folgenden sind zwei davon aufgeführt, bei denen es besonders wichtig ist, dass Sie die vorbeugenden Maßnahmen einhalten und unter Umständen auftretende Symptome frühzeitig erkennen.**



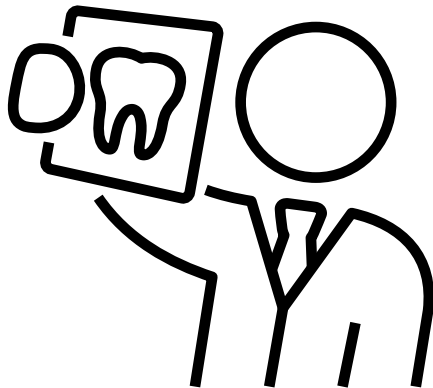
### Wichtig!

Vor Ihrer ersten Gabe von XGEVA® sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt unbedingt darauf hinweisen, falls Sie Probleme mit Ihren Zähnen oder im Mundbereich haben. Fragen Sie, ob es empfehlenswert ist, eine zahnmedizinische Kontrolle durchführen zu lassen und präventive Maßnahmen zu ergreifen. Regelmäßige Kontrolltermine sind während der Therapie ratsam.

## Kieferosteonekrose

### Lassen Sie regelmäßig Ihre Zähne kontrollieren

Bei einer Kieferosteonekrose handelt es sich um eine Schädigung des Kieferknochens, die zum Verlust des Zahnfleisches und zum Absterben von Knochengewebe führt. Vermutlich ist von diesen Abbauprozessen vor allem der Kieferknochen betroffen, weil dieser täglich viel beansprucht wird, z. B. durch Kauen und Sprechen. Dennoch ist die genaue Ursache noch nicht geklärt. Die Anwendung von Denosumab kann zu solchen Veränderungen führen. Deswegen ist es besonders wichtig, dass Sie bestimmte Vorbeugemaßnahmen einhalten, um Ihre Zähne zu schützen. Auch andere knochenschützende Arzneimittel, die bei Knochenmetastasen gegeben werden, können zu dieser Nebenwirkung führen.



---

## Risikofaktoren für die Entstehung einer Kieferosteonekrose

Das Auftreten einer Kieferosteonekrose hängt von verschiedenen Faktoren ab:

- Invasive Zahnbehandlungen (z. B. Zahnextraktionen, Einsatz von Zahnimplantaten, Operationen im Mundbereich)
- Krebstherapie (z. B. Bestrahlung im Kopf-Hals-Bereich, Chemotherapie, Kortison-Therapie, Vorbehandlung mit Bisphosphonaten oder Angiogeneseinhibitoren)
- Begleiterkrankungen (z. B. vorbestehende Zahnerkrankungen, Zahnfleischerkrankungen, Blutarmut, Gerinnungsstörungen, Infektionen, Diabetes)
- Höheres Alter
- Rauchen
- Schlecht sitzende Prothesen
- Schlechte Mundhygiene

---

## Symptome einer Kieferosteonekrose

Die Kieferosteonekrose kann lange Zeit symptomlos bleiben. Bei folgenden Beschwerden sollten Sie auf jeden Fall eine Ärztin/ einen Arzt aufsuchen:

- Freiliegender Knochen
- Schmerz im Mundbereich
- Schwellungen und Entzündungen
- Verstärkter Mundgeruch
- Zahnlockerung
- Nicht heilende, wunde Stellen
- Gefühlsstörungen im Mundbereich
- Kieferkammfisteln
- Kieferfrakturen
- Sekretion im Bereich der Mundhöhle

## Zahnprophylaxe

### **Pflegen und reinigen Sie Ihre Zähne täglich gewissenhaft**

Um der Nebenwirkung einer Kieferosteonekrose vorzubeugen, ist es sehr wichtig, dass Sie die folgenden Prophylaxemaßnahmen gewissenhaft durchführen:

- Zähne und Zunge sollten nach jeder Mahlzeit geputzt werden, ebenso vor dem Zubettgehen. Verwenden Sie eine mittelstarke Zahnbürste und gehen Sie insgesamt behutsam vor.
- Benutzen Sie einmal am Tag vorsichtig Zahnseide oder Spezialbürstchen (sogenannte Interdentalbürstchen), um Speisereste und Zahnbelag in den Zahnzwischenräumen zu entfernen.
- Verwenden Sie Mundwasser ohne Alkohol, um den gesamten Mund zu spülen und so auch Bereiche zu erreichen, an die Ihre Zahnbürste nicht gelangt.
- Falls bei Ihnen Mundtrockenheit z. B. aufgrund von Arzneimitteln auftritt, kann dies ebenfalls Zahnverfall und weitere Zahnprobleme auslösen. Deswegen sollten Sie in diesem Fall Ihren Mund mehrmals täglich mit Wasser spülen und zusätzlich zuckerfreie Kaugummis kauen.
- Falls Sie Prothesen tragen, achten Sie darauf, dass diese gut sitzen.

## **Ihre Zahnärztin/Ihr Zahnarzt kann Sie auch zusätzlich ausführlich über Mundhygienemaßnahmen beraten.**

Es ist wichtig, während der Behandlung Ihrer Knochenmetastasen eine gute Mundhygiene einzuhalten und zahnärztliche Routineuntersuchungen durchführen zu lassen.

Sollten Sie in zahnärztlicher Behandlung sein oder sich einem operativen zahnärztlichen Eingriff unterziehen, informieren Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt und teilen Sie auch Ihrer Zahnärztin/Ihrem Zahnarzt mit, dass Sie mit einem knochenschützenden Arzneimittel behandelt werden.

Für eine umfassende und aktuelle Liste der Risiken, Symptome und Nebenwirkungen lesen Sie bitte die aktuelle Packungsbeilage von XGEVA®.



### **Wichtig!**

Bitte kontaktieren Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt oder Zahnärztin/Zahnarzt unverzüglich, wenn während oder nach der Behandlung mit Denosumab Probleme mit Ihrem Mund oder Ihren Zähnen auftreten sollten.



## Hypokalzämie

Bei einer Hypokalzämie liegt eine Erniedrigung des Kalziumspiegels im Blut vor. Dies kann durch die Gabe von Denosumab verursacht und durch andere Erkrankungen (z. B. Nierenfunktionsstörungen) verstärkt werden. Da Kalzium ein wichtiger Bestandteil vieler Vorgänge im Körper ist, ist es notwendig, dass Sie regelmäßig Ihre Kalziumwerte überprüfen lassen.

Eine Kontrolle des Kalziumspiegels ist durchzuführen:

- Vor Therapiebeginn mit Denosumab (ein zu niedriger Wert wird dann ausgeglichen)
- 2 Wochen nach Therapiebeginn
- Bei möglichen Symptomen einer Hypokalzämie oder bei Patienten mit Risikofaktoren einer Hypokalzämie

einmal täglich Kalzium  
+ Vitamin D



## Symptome einer Hypokalzämie

Bei folgenden Symptomen sollten Sie sofort Ihre Ärztin/Ihren Arzt kontaktieren:

- Krämpfe,
- Muskelzuckungen,
- Muskelkrämpfe,
- Taubheit oder Kribbeln in Ihren Fingern, Zehen oder um Ihren Mund,
- Krampfanfälle,
- Verwirrtheit oder Bewusstlosigkeit

Dies könnten Anzeichen dafür sein, dass Sie einen niedrigen Kalziumspiegel im Blut haben. Niedriges Kalzium im Blut könnte auch zu einer Änderung des Herzrhythmus führen, die als QT-Verlängerung bezeichnet wird und im Elektrokardiogramm (EKG) zu sehen ist.

## Nehmen Sie täglich Kalzium und Vitamin D zu sich

Während der gesamten Therapiedauer (außer bei einem zu hohen Kalziumwert) sollten Sie **täglich mindestens 500 mg Kalzium und 400 Internationale Einheiten Vitamin D** einnehmen.

Informieren Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt, wenn Sie schwere Nierenprobleme oder Nierenversagen haben oder hatten, oder falls bei Ihnen eine Dialyse notwendig war. Dies könnte Ihr Risiko für einen niedrigen Kalziumspiegel erhöhen, insbesondere falls Sie ergänzend keine Kalziumpräparate zu sich nehmen.

### Was kann ich selbst für meine Knochengesundheit tun?

Der Erhalt der Knochengesundheit ist nicht nur für Patient:innen mit Knochenmetastasen von größter Bedeutung. Auch Patient:innen mit Chemo- und antihormoneller Therapie können von Knochenverlust (Osteoporose, Osteopenie) bedroht sein.

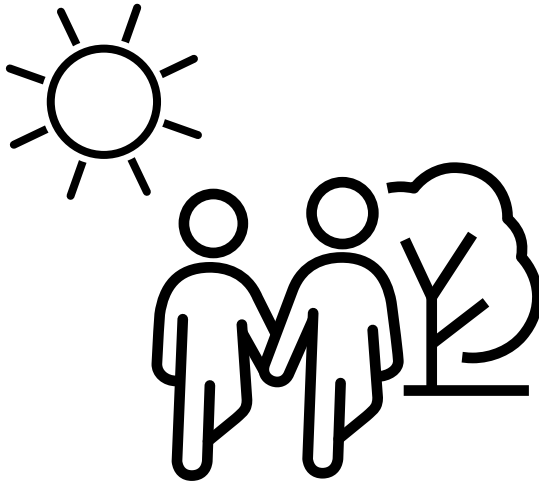
Zwei Maßnahmen sind von entscheidender Bedeutung:

- Sport und Bewegung,
- kalziumreiche Ernährung und Vitamin D.

#### Sport und Bewegung

Früher hat man Patient:innen mit Knochenmetastasen von sportlicher Betätigung abgeraten, da man eine Zunahme an Knochenbrüchen befürchtete. Heute sieht man das differenzierter und versucht die Bruchgefährdung durch eine exakte radiologische Diagnostik auszuschließen. Erfahrene Radiolog:innen nehmen in ihrem Bericht dazu Stellung. Auch die konsequente Osteoprotektion senkt die Gefahr von Brüchen.

Liegt keine Bruchgefahr vor, können Patient:innen mit Knochenmetastasen von Ausdauersport und auch Kraftsport (in Maßen) profitieren. Da die Muskeln über die Sehnen am Knochen ziehen, wird ein Wachstumsreiz gesetzt. Das regt das Skelett zum Aufbau von Knochenmasse an. Insbesondere Wandern, Nordic Walking, Fahrradfahren, Schwimmen und Gewichtstraining (am besten mit einem Trainer im Fitness-Studio) sind zu empfehlen. Hohe Belastungen und Kampfsportarten (z. B. Judo) sind nicht empfehlenswert. Die behandelnden Ärzt:innen sollten Nutzen und Risiken einschätzen und im Bedarfsfall erfahrene Physiotherapeut:innen empfehlen können.



Es gibt spezielle Krebs-Sportgruppen, die auf die Bedürfnisse der Erkrankten abgestimmt sind. Mit Hilfe von sportlicher Betätigung können Sie selbst einen Beitrag zur eigenen Gesundheit und zur Verbesserung Ihres Wohlbefindens leisten, auf diese Weise wieder einen aktiven Part übernehmen und ein Stück Selbstbestimmung über den eigenen Körper sowie das eigene gesundheitliche Befinden erlangen. Sie müssen damit rechnen, dass Sie bei körperlicher Belastung aufgrund Ihrer Erkrankung relativ schnell erschöpft sind. Aus diesem Grund ist es sehr wichtig, moderat zu trainieren. Entscheiden Sie gemeinsam mit Ihren Ärzt:innen und Physiotherapeut:innen, inwieweit Bewegung und Sport sinnvoll durchgeführt werden können. Sport und Bewegung stärken nicht nur den Knochen, sondern kurbeln auch Ihr Immunsystem an.

## Kalziumreiche Ernährung und Vitamin D

Die ausreichende Versorgung mit Kalzium und Vitamin D ist die wichtigste Voraussetzung für einen gesunden Knochenstoffwechsel. Kalzium ist vor allem in Milchprodukten vorhanden, insbesondere in Käse. Faustregel: Je härter der Käse, umso höher der Kalziumgehalt (z. B. Emmentaler oder Parmesan ca. 1.000mg pro 100g). Auch manche Gemüsesorten (Spinat, Grünkohl, Broccoli) und Ölsaaten (Sesam, Mohn) enthalten viel Kalzium. Eine weitere wichtige Quelle sind Mineralwasser, daher macht es Sinn, das Etikett auf der Flasche zu studieren. Faustregel: Das Wasser sollte mindestens 200mg Kalzium pro Liter enthalten. Wer täglich mindestens 1.000mg, besser 1.500mg Kalzium mit der Nahrung aufnimmt, ist nicht mangelbedroht. Wer an einer Lactoseintoleranz leidet oder nicht ausreichend essen kann, sollte Kalzium ergänzend in Tablettenform oder in Wasser aufgelöst zu sich nehmen. Patient:innen, die mit XGEVA® behandelt werden, müssen täglich zusätzlich zur Nahrung mindestens 500mg Kalzium erhalten, um eine Hypokalzämie zu vermeiden.

Mindestens genauso wichtig ist die ausreichende Versorgung mit Vitamin D. Vitamin D fördert die Kalziumaufnahme aus dem Darm und erleichtert zahlreiche Stoffwechselfvorgänge im Kalziumhaushalt. Der Mensch kann durch Sonneneinstrahlung selbst in der Haut Vitamin D produzieren. Häufig ist es jedoch nicht möglich, ausreichend Vitamin D – oft wetterbedingt – durch Sonneneinstrahlung aufzunehmen. Da der Gehalt an Vitamin D in der Nahrung gering ist (außer in fettem Seefisch, Dotter und frischen Pilzen), ist es für viele Menschen sinnvoll, Vitamin D zusätzlich einzunehmen. Etwa 1.000 I.E. (Internationale Einheiten) pro Tag sind empfehlenswert, und können als Tabletten oder Tropfen eingenommen werden. Auch Depotpräparate für eine Woche sind empfehlenswert. Bei der Therapie mit Denosumab ist die Ergänzung mit Vitamin D bei allen Patient:innen erforderlich.

## Vermeiden Sie Stress und nehmen Sie Hilfe an!

Viele Freund:innen und Bekannte werden Ihnen helfen wollen. Scheuen Sie sich nicht, angebotene Hilfe aus Ihrem persönlichen Umfeld anzunehmen. Das ist kein Zeichen von persönlicher Schwäche, sondern nur vernünftig. Ihr Familien- und Freundeskreis, Bekannte oder Nachbarn werden Ihnen dankbar sein für jede konkrete Hilfe, die sie leisten können. Versuchen Sie deshalb nicht, mit der Situation allein fertig zu werden, nur um andere nicht zu belasten. Sprechen Sie offen mit Familie und/oder Freunden über Ihre Krankheit, Ängste und eventuell auftretende Probleme. Oftmals trauen sich die anderen nicht, Sie auf Ihre Krankheit und Ihr Befinden anzusprechen. Wenn Sie fühlen, dass es hilfreich sein könnte, nehmen Sie Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe auf. Sie müssen Knochenschmerzen nicht ertragen. Sprechen Sie mit Ihrem Behandlungs-Team darüber, damit geeignete Maßnahmen für Sie eingeleitet werden können.



### Gut zu wissen

Weitere Patienten-Materialien finden Sie unter  
[www.amgen.at/patienten](http://www.amgen.at/patienten)

## Hilfe und Unterstützung

### Selbsthilfegruppe

[www.myelom-lymphom.at](http://www.myelom-lymphom.at)

Frau Elfi Jirsa, Hotline: 0664 38 54 161

[info@myelom-lymphom.at](mailto:info@myelom-lymphom.at)

- Kostenlose und anonyme Beratung
- ehrenamtlich tätiges Team aus Betroffenen, Angehörigen und Spitzenmedizinerinnen
- kostenlose Online-Kurse

### Österreichische Krebshilfe Dachverband

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

1010 Wien, Tuchlauben 19

Tel.: (01) 796 64 50

Fax: (01) 796 64 50-9

[service@krebshilfe.net](mailto:service@krebshilfe.net)

### Burgenland

[www.krebshilfe-bgld.at](http://www.krebshilfe-bgld.at)

Voranmeldung zur persönlichen Beratung für alle Beratungsstellen:

Tel.: (0650) 244 08 21 (auch mobile Beratung)

Fax: (02625) 300-8536

[office@krebshilfe-bgld.at](mailto:office@krebshilfe-bgld.at)

## **Kärnten**

**[www.krebshilfe-ktn.at](http://www.krebshilfe-ktn.at)**

Voranmeldung zur persönlichen Beratung:

Tel.: (0463) 50 70 78

[office@krebshilfe-ktn.at](mailto:office@krebshilfe-ktn.at)

## **Niederösterreich**

**[www.krebshilfe-noe.at](http://www.krebshilfe-noe.at)**

Notfalltelefon: (0664) 323 72 30

Tel.: (050766)12-2297 oder -2279

Fax: (050766)12-2281

[krebshilfe@krebshilfe-noe.at](mailto:krebshilfe@krebshilfe-noe.at)

## **Oberösterreich**

**[www.krebshilfe-ooe.at](http://www.krebshilfe-ooe.at)**

Tel.: (0732) 77 77 56

Fax.: (0732) 77 77 56-4

[beratung@krebshilfe-ooe.at](mailto:beratung@krebshilfe-ooe.at) oder [office@krebshilfe-ooe.at](mailto:office@krebshilfe-ooe.at)

## **Salzburg**

**[www.krebshilfe-sbg.at](http://www.krebshilfe-sbg.at)**

Voranmeldung zur persönlichen

Beratung für alle Beratungsstellen:

Tel.: (0662) 87 35 36

[beratung@krebshilfe-sbg.at](mailto:beratung@krebshilfe-sbg.at)



## Steiermark

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

Terminvereinbarung und Info für alle steirischen Bezirke:

Tel.: (0316) 47 44 33-0

Fax: (0316) 47 44 33-10

[beratung@krebshilfe.at](mailto:beratung@krebshilfe.at)

## Tirol

[www.krebshilfe-tirol.at](http://www.krebshilfe-tirol.at)

Krebshilfe-Telefon: (0512) 57 77 68

Tel.: (0512) 57 77 68 oder

(0699)181 135 33

Fax: (0512) 57 77 68-4

[beratung@krebshilfe-tirol.at](mailto:beratung@krebshilfe-tirol.at)

## Vorarlberg

[www.krebshilfe-vbg.at](http://www.krebshilfe-vbg.at)

Tel. (05572) 202388

Fax: (05572) 202388-14

[beratung@krebshilfe-vbg.at](mailto:beratung@krebshilfe-vbg.at)

## Wien

[www.krebshilfe-wien.at](http://www.krebshilfe-wien.at)

Tel.: (01) 408 70 48

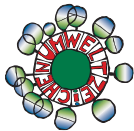
Fax: (01) 408 70 48/35

Hotline: (0800) 699 900

[beratung@krebshilfe-wien.at](mailto:beratung@krebshilfe-wien.at)







Gedruckt nach der Richtlinie  
„Druckerzeugnisse“  
des Österreichischen  
Umweltzeichens, ...  
XXX



Die empfohlene XGEVA®-Dosis beträgt 120 mg einmal alle 4 Wochen, die als einzelne Injektion unter die Haut (subkutan) gegeben wird.

XGEVA® wird in Ihren Oberschenkel, die Bauchregion oder den Oberarm injiziert. Wenn Sie wegen Riesenzelltumoren des Knochens behandelt werden, werden Sie eine Woche und zwei Wochen nach der ersten Dosis eine zusätzliche Dosis erhalten.

**XGEVA®**  
(denosumab)

Ihre Ärztin/Ihr Arzt hat Ihnen XGEVA® zur Behandlung Ihrer Erkrankung verordnet. Dieses Material soll Sie im Rahmen der Behandlung mit XGEVA® unterstützen, stellt jedoch keinen Ersatz für die aktuelle Packungsbeilage dar.

Wenn Sie Nebenwirkungen vermuten bzw. weitere Fragen zur korrekten Anwendung haben, kontaktieren Sie bitte Ihre Ärztin/Ihren Arzt, Ihre:n Apotheker:in bzw. Amgen GmbH (Tel: +43 (0)1 502 17). Gerne können Sie Nebenwirkungen auch direkt an das Bundesamt für Sicherheit im Gesundheitswesen / AGES Medizinmarktaufsicht melden. Details hierzu entnehmen Sie bitte der dem Arzneimittel beigefügten Packungsbeilage.

Amgen GmbH  
Franz-Josefs-Kai 47  
A-1010 Wien  
[www.amgen.at/kontakt/](http://www.amgen.at/kontakt/)

© 2023 Amgen Inc. Alle Rechte vorbehalten.  
AUT-162X-0723-80002

**AMGEN**