

8. September 2026

Integrative Medizin: Evidenzbasierte Beratung zu komplementärer Medizin und Pflege

So fördert das Projekt CCC-Integrativ die Genesung von Krebspatienten

Zentrale Zitate

„Die Menschen fragen danach, was sie selbst tun können und suchen nach vertrauenswürdigen ganzheitlichen Informationen. Der Bedarf daran wurde zuvor nicht gedeckt, und wir tun das nun.“

Prof. Dr. Cornelia Mahler, Direktorin der Abteilung Pflegewissenschaft I am Universitätsklinikum Tübingen

„Insgesamt haben wir für unsere Patienten mehr als 90 sogenannte Infozepte für naturheilkundlich-integrative Interventionen entwickelt bei häufigen Symptomen wie Fatigue (Erschöpfung), Schlafstörungen oder Schmerzen.“

Andreas Schmitt, Facharzt für Visceralchirurgie und Berater in der CCC-Integrativ-Sprechstunde am Universitätsklinikum Tübingen

„Eine begleitende Studie hat gezeigt, dass durch drei Beratungen in drei Monaten die Aktivierung der Patienten signifikant verbessert wurde und etwa depressive Verstimmungen nachließen.“

Prof. Dr. Cornelia Mahler, Direktorin der Abteilung Pflegewissenschaft I am Universitätsklinikum Tübingen

Sich nicht länger hilflos und ausgeliefert fühlen, aktiv die eigene Genesung unterstützen: 40 bis 80 Prozent der Krebspatienten in Deutschland wünschen sich – zusätzlich zur erforderlichen konventionellen Behandlung – eine begleitende naturheilkundliche Therapie auf wissenschaftlicher Basis.¹ Das Universitätsklinikum Tübingen hat deshalb gemeinsam mit weiteren Universitätskliniken eine evidenzbasierte Beratung zu komplementärer Medizin und Pflege (KMP) entwickelt, die 2025 mit dem zweiten Platz beim Innovationspreis des Hauptstadtkongresses ausgezeichnet worden ist. Wie das sektorenübergreifende und interprofessionelle Programm „CCC- Integrativ“ an Krebs erkrankte Ratsuchende individuell unterstützt, schildern Prof. Dr. Cornelia Mahler, Direktorin der Abteilung Pflegewissenschaft I, und Andreas Schmitt, Facharzt für Visceralchirurgie und Berater in der CCC-Integrativ-Sprechstunde. Beide sind am Universitätsklinikum Tübingen tätig, wo auch das Comprehensive Cancer Center (CCC) Tübingen-Stuttgart verortet ist.

Gibt es etwas Pflanzliches, um die Übelkeit durch die Chemotherapie zu lindern? Was hilft gegen diese starke Erschöpfung? Und was ist, wenn es aufgrund der Krebserkrankung nicht mehr möglich ist zu arbeiten? „Jeder Patient kommt mit unterschiedlichen Anliegen in die Beratung, und wir gehen ganz individuell darauf ein“, erklärt Prof. Dr. Cornelia Mahler. „Die Menschen fragen danach, was sie selbst tun können und suchen nach vertrauenswürdigen ganzheitlichen Informationen. Der Bedarf daran wurde zuvor nicht gedeckt, und wir tun das nun“, ergänzt die Pflegewissenschaftlerin am Universitätsklinikum Tübingen. Die meisten vorhandenen Angebote berücksichtigten keine integrativmedizinischen Aspekte, obwohl die medizinischen Leitlinien explizit vorsähen, dass Patienten dazu beraten werden sollen.²

Mehr als 90 komplementärmedizinische Infozepte für Nebenwirkungen der Krebstherapie

Und dafür steht viel zur Verfügung. „Insgesamt haben wir für unsere Patienten mehr als 90 sogenannte Infozepte für naturheilkundlich-integrative Interventionen entwickelt bei häufigen Symptomen wie Fatigue (Erschöpfung), Schlafstörungen, Schmerzen, Hitzewallungen, Übelkeit, Mundtrockenheit oder etwa Polyneuropathien“, sagt Andreas Schmitt, Facharzt für Visceralchirurgie und Berater in der CCC-Integrativ-Sprechstunde am Universitätsklinikum Tübingen. Die Info-Blätter zum Mitnehmen enthalten unter anderem Anleitungen zu Akupressur (Druckpunktmassage), Einreibungen, Auflagen, für die Verwendung von Duftsticks oder von Heilpflanzentees. Bei Übelkeit etwa könne ein Aufguss mit Ingwer helfen, kreisendes Massieren bestimmter Punkte am Körper Erschöpfung lindern. „Bei Ängsten haben sich stressreduzierende Verfahren aus der Mind-Body-Medizin sowie entspannende Einreibungen und Auflagen bewährt“, ergänzt Prof. Dr. Cornelia Mahler. Gemeinsam mit ihrer Tübinger Kollegin Prof. Stefanie Joos hat sie im Hogrefe-Verlag dazu das interprofessionelle Handbuch „Integrative Interventionen in der Onkologie“ herausgegeben.³

„Drei Beratungen verbessern signifikant die Aktivierung der Patienten“

„Wir konzentrieren uns in der Beratung auf Symptommanagement, Nebenwirkungen und Lebensqualität“, erläutert Andreas Schmitt. Dazu gehöre auch, Entspannungsverfahren wie Atemübungen anzuleiten oder Patienten schon vorhandene Angebote am Uniklinikum und darüber hinaus zu empfehlen, etwa für Taiji/QiGong oder Yoga, wofür es mehrere Leitlinienempfehlungen gebe. „Viele Patienten haben uns gesagt: ‚Endlich habe ich etwas an der Hand, was ich selbst tun kann, um meine Gesundheit zu fördern‘“, fügt er hinzu. Und das erfolgreich. Eine begleitende Studie habe gezeigt, „dass durch drei Beratungen in drei Monaten die Aktivierung der Patienten signifikant verbessert wurde und etwa depressive Verstimmungen nachließen“, so Prof. Dr. Cornelia Mahler. Inzwischen werde das evidenzbasierte Programm an allen vier Comprehensive Cancer Centers (CCC) in Baden-Württemberg angeboten und von der AOK Baden-Württemberg erstattet: in Tübingen, Freiburg, Ulm und Heidelberg.⁴

Von Ärzten und Pflegefachpersonen gemeinsam entwickelt und umgesetzt

Für Menschen mit Krebserkrankungen ist nicht nur dieses inhaltliche Angebot ungewöhnlich, sondern auch, wie es zustande kam und umgesetzt wird: „CCC-Integrativ wurde kollaborativ entwickelt und wir beraten auch interprofessionell, mit wechselnder Gesprächsführung: Ärzte und Pflegefachpersonal gemeinsam“, erklärt Andreas Schmitt: „Die Mediziner beraten zu Arzneimitteln, ergänzender Phytotherapie, möglichen Wechselwirkungen und Sinnhaftigkeit von Nahrungsergänzungsmitteln.“ Die Pflegefachpersonen brächten ihr Wissen zu naturheilkundlichen Pflegeinterventionen ein. Und schließlich sei die Sprechstunde mit Beratung zu Lebensstilthemen wie Ernährung und Bewegung sehr umfassend: „Viele der Maßnahmen haben erwiesenermaßen großen Einfluss auf die Lebensqualität und fördern das Selbstmanagement und die Selbstwirksamkeit. Durch die Beratung bekommen die Patienten praktische Möglichkeiten zur Auswahl und können sich entscheiden, was davon sie für sich umsetzen möchten und wo.“

INSIGHT: Wissenschaftliche Weiterbildung zur integrativen Gesundheitsversorgung

Während viele Patienten komplementärmedizinische Angebote nachfragen, stünden Mediziner diesen häufig kritisch gegenüber. „Sie fühlen sich auf diesem Terrain nicht sicher“, erläutert Prof. Dr. Cornelia Mahler: „Bevor sie etwas Falsches sagen, beraten sie lieber gar nicht dazu. Unter den Pflegefachpersonen herrscht eine deutlich positivere Einstellung gegenüber integrativ-naturheilkundlichen Interventionen.“ Das Ziel von CCC-Integrativ sei es daher auch, Health Care Professionals zum Thema zu qualifizieren – mit dem „Interprofessionellen evidenzbasierten Schulungsprogramm für integrative Gesundheitsversorgung in der onkologischen Beratung“ (INSIGHT), das inzwischen als wissenschaftliche Weiterbildung am Universitätsklinikum Tübingen angeboten werde.⁵ Zumindest es noch Untersuchungen gebe, wonach „etwa die Hälfte aller Patienten, die komplementäre Medizin und Pflege nutzen, dies ihren konventionellen Behandlern nicht sagen“, so die Pflegewissenschaftlerin.⁶ „Unser Angebot schafft Offenheit und Vertrauen, reduziert potenzielle Wechsel- und Nebenwirkungen und dient damit letztlich auch der Genesung.“ Ihr Tübinger Kollege Andreas Schmitt kann sich vorstellen, „dass entsprechende Maßnahmen irgendwann Teil der Regelversorgung sein werden.“

Über „Gesunde Vielfalt“

Die Initiative „Gesunde Vielfalt“ ist ein unabhängiger Zusammenschluss von Experten und Expertinnen unterschiedlicher Therapieformen. Unser Ziel ist, das Zusammenwirken von konventionellen und komplementären Therapien – sprich: die Integrative Medizin – stärker in den Vordergrund der Diskussion zu rücken, um notwendige Verbesserungen des Gesundheitssystems anzustoßen. Wir stehen dabei für den gegenseitigen Respekt der Therapieformen und Heilberufe. Es geht nicht um ein Entweder-oder, sondern ein Sowohl-als-auch. Wir setzen uns für einen Paradigmenwechsel ein: Der Patient, die Patientin muss zum gleichberechtigten Akteur neben dem Arzt, der Ärztin werden, um das Gesundheitswesen nachhaltig zu reformieren. Der Schwerpunkt unserer Arbeit liegt auf der Information und Aufklärung der Öffentlichkeit, der Nähe zur Praxis und Vernetzung von Ärztinnen, Ärzten, Apothekerinnen und Apothekern und Heilberufen im Sinne der Patientinnen, der Patienten. Wir verstehen uns als Plattform und Impulsgeber für einen ideologiefreien, offenen Diskurs um die Verbesserung des Gesundheitswesens in Deutschland.

- Folgen Sie uns auf **X** <https://x.com/GesundeVielfalt>,
auf **LinkedIn** <http://www.linkedin.com/company/gesundevielfalt> und
auf **Instagram** <https://www.instagram.com/gesunde.vielfalt>

Ihr Kontakt: presse@gesundevielfalt.org

Quellen:

¹ Horneber M, Bueschel G, Dennert G, Less D, Ritter E, Zwahlen M. How many cancer patients use complementary and alternative medicine: a systematic review and metaanalysis. *Integr Cancer Ther.* 2012 Sep;11(3):187-203. doi: 10.1177/1534735411423920. Epub 2011 Oct 21. PMID: 22019489 / Boon HS, Olatunde F, Zick SM. Trends in complementary/alternative medicine use by breast cancer survivors: comparing survey data from 1998 and 2005. *BMC Womens Health.* 2007 Mar 30;7:4. doi: 10.1186/1472-6874-7-4. PMID: 17397542; PMCID: PMC1851951.

² <https://www.leitlinienprogramm-onkologie.de/leitlinien/komplementaermedizin/>

³ <https://www.hogrefe.com/de/shop/integrative-interventionen-in-der-onkologie-99584.html>

⁴ <https://www.medicin.uni-tuebingen.de/de/ccc-integrativ>.

<https://www.uniklinik-freiburg.de/medizin1/behandlung/projekt-freiburg-integrativ-1.html>

<https://www.uniklinik-ulm.de/allgemein-und-viszeralchirurgie/forschung-studien/fachbereich-integrative-medicine/benefit-und-innovationspotential-der-projekte/projektbeschreibung/ccc-integrativ-studie.html>

<https://www.nct-heidelberg.de/das-nct/vorstellung/onkologisches-spitzenzentrum.html>

⁵ <https://www.medicin.uni-tuebingen.de/de/insight>

⁶ Shalom-Sharabi I, Samuels N, Lev E, Lavie O, Keinan-Boker L, Schiff E, Ben-Arye E. Impact of a complementary/integrative medicine program on the need for supportive cancer care-related medications. *Support Care Cancer.* 2017 Oct;25(10):3181-3190. doi: 10.1007/s00520-017-3726-4. Epub 2017 Apr 22. PMID: 28434097

Gesunde Vielfalt
Rahel-Hirsch-Straße 10, OG 3, 10557 Berlin
M.: presse@gesundevielfalt.org
T.: 030 – 590 0838 11
www.gesundevielfalt.org

