

Was hilft der Seele?

Grundlagen der Psychoonkologie

Eine Krebsdiagnose ist ein Sturz aus der normalen Wirklichkeit

Zitat: M.Gerdes

Aussagen von Krebspatienten:

„Mir hat es den Boden unter den Füßen weggezogen....“



Aussagen von Krebspatienten:

„Am schlimmsten war, dass der Arzt mich alleine gelassen hat...“

Aussagen von Krebspatienten:

„Am schlimmsten war, dass der Arzt mich alleine gelassen hat...“

„Es war gut, dass sich die Ärztin Zeit genommen und mit mir gesprochen hat.“

Aussagen von Krebspatienten:

„Nach drei Sätzen konnte ich dem Arzt nicht mehr folgen,
nicht mehr zuhören, ich war wie benebelt“

!!! Dies hat nichts mit der Intelligenz der Pat. zu tun!!!!

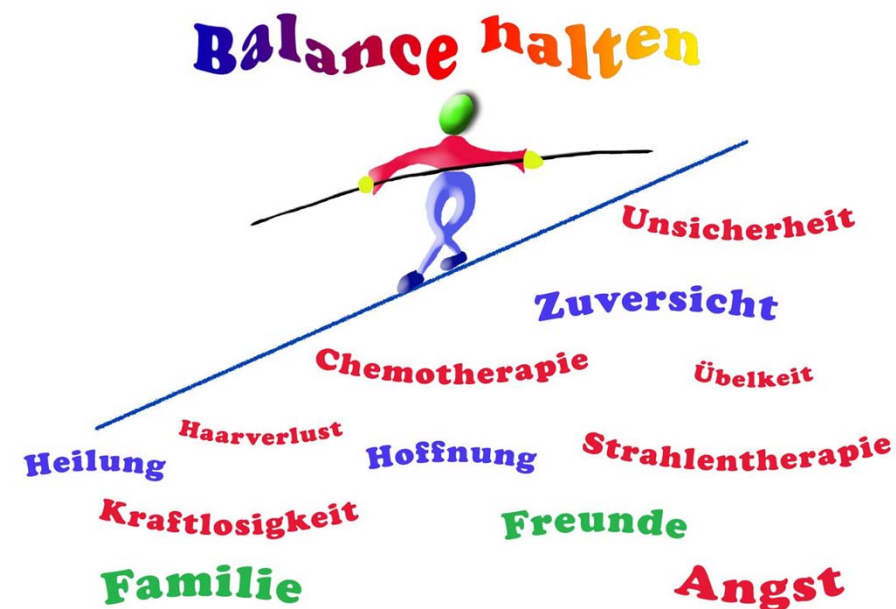
Belastungen

- **Todesangst**
 - **Angst vor den Behandlungen**
 - **Lebenspläne verändern sich**
- **Familienleben gerät durcheinander**
 - **Soziales Umfeld ist betroffen**
- **Beruf/krank geschrieben/Rente**
 - **Finanzielle Sorgen**

Belastungen

- Ereignis tritt unerwartet und unvorbereitet ein
 - Vorerfahrungen fehlen
 - Möglicherweise keine vollständige Wiederherstellung möglich
 - Latente Angst vor Rezidiven
- Geringe Handlungs- und Entscheidungsspielraum
 - Eingeschränkte Fluchtmöglichkeiten

Mit Belastungen leben – inneres Gleichgewicht herstellen



Was ist wichtig zu wissen?

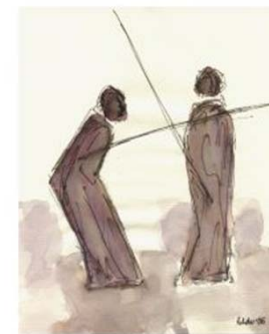


Erkenntnisse psychoonkologischer Forschung

Fighting Spirit / Kampfgeist

Vorsicht!!!

Es ist wissenschaftlich nicht erwiesen, dass nur die „Kämpfer“ gegen den Krebs, ihn auch besiegen.



Erkenntnisse psychoonkologischer Forschung

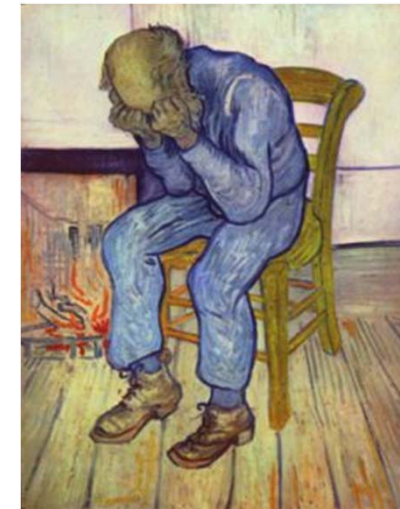
Vorsicht!!!

Es gibt keine Krebspersönlichkeit!!!!

Nachgewiesen ist, dass kein Mensch wegen seiner Persönlichkeitseigenschaften an Krebs erkrankt.

Depressive Episoden gehören zum normalen
Verarbeitungsprozess der Patienten.

Tränen nähren den Krebs nicht.



Untersuchungen:

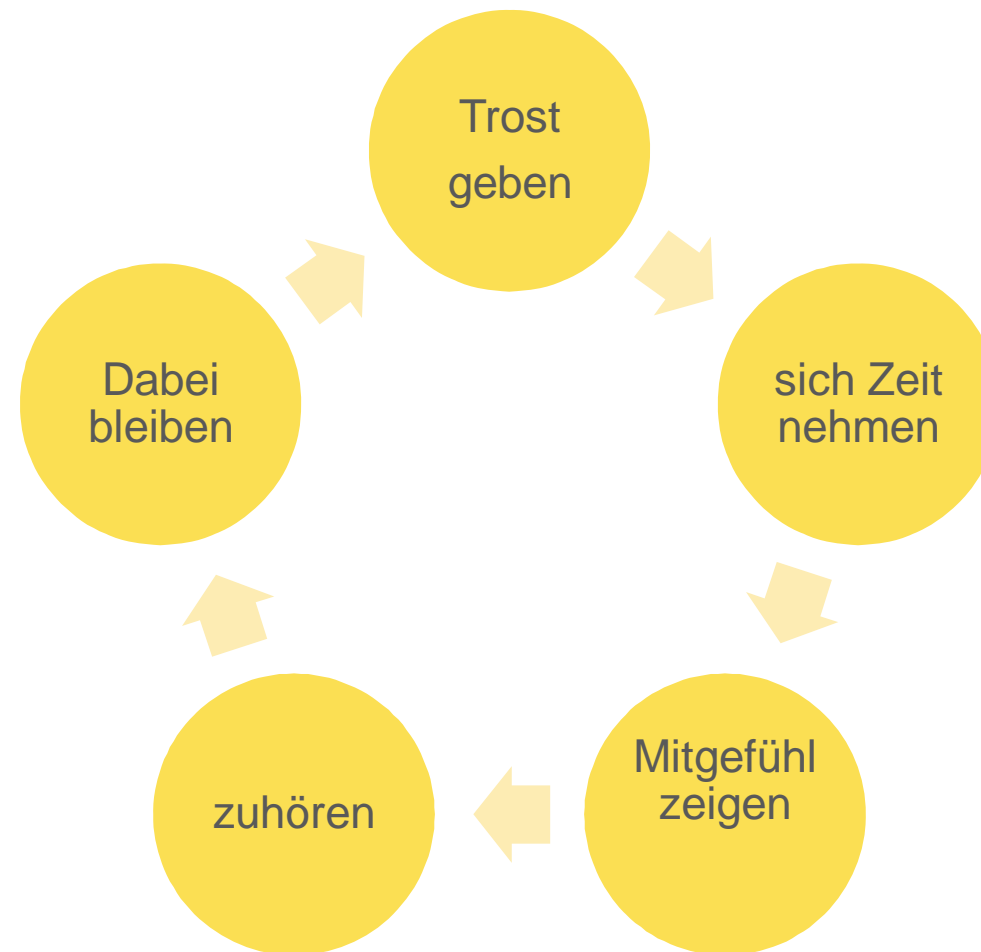
Krebspatienten entwickeln **nicht häufiger** eine depressive Störung als die Durchschnittsbevölkerung (Sellick & Crooks, 1999)

Was brauchen Menschen in diesen Grenzsituationen?



..eine/n sichere/n Begleiter/in an der Seite haben - das ist sehr häufig der Wunsch der Patienten...





Die Zeit spielt eine große Rolle

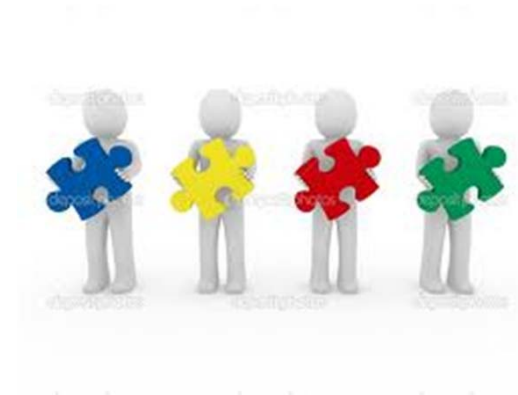


Der Psychische Prozess der Krankheitsverarbeitung:

Verena Kast

- Schock zu Beginn, wenig Aufnahmefähigkeit;
- Emotionen: Gefühlschaos , Angst, Dünnhäutigkeit, Euphorie, Zweifel, Schuld
- Kognitionen: Beschäftigung mit der Erkrankung – Zeit der Fragen, der Informationssuche;
- Leben lernen mit der Erkrankung

...und die Persönlichkeit ist wichtig



Menschen in Krisen reagieren mit ihren „altbewährten“ langjährig eingeübten Strategien, die einen:

- Wollen anfänglich viel wissen, informieren sich, legen Excel-Tabellen an und führen Tagebücher,
- Die anderen geben die Verantwortung ab, vertrauen den Ärzten ihr Leben, ihre Gesundheit an
- Wieder andere sind skeptisch und hilflos und diese Mischung ist nicht einfach im Umgang.....

Subjektive Situationsbewertung ist entscheidend!

- Herausforderung
- Bedrohung
- Schaden oder Verlust

Entsprechend unterschiedliche Copingstrategien

...und die Lebensumstände sind zu berücksichtigen



Situation der Krebspatienten: Lebensumstände

- Herr L. wie soll ich es meinen Kindern sagen, dass ich sterben werde
- Frau L. hat Probleme, sie will auf keinen Fall ein Stoma (warum? Ihre Nachbarin hat ihr abgeraten...)
- Frau H. hat Angst vor der Narkose
- Herr W ist selbständig, Vertreter für asiatisches Lebensmittel
- und vieles mehr

Alle haben ein Leben vor der Krebserkrankung, dies hat sich rapide geändert seit der Diagnose....

**...und die Situation der Familie ist
wichtig zu beachten**



Diese Sätze kennen Sie:

- „Das schaffst Du schon!“
- „Da musst Du durch!“
- „Die Therapie musst Du machen“
- „Positiv denken, damit der Krebs nicht mehr kommt.“
- „Du musst aktiv sein, darfst Dich nicht hängen lassen.“

Eine Krebsdiagnose betrifft die gesamte Familie!

**Eltern, Kinder, Geschwister, Bekannte, Kollegen,
Vereinsmitglieder,.....**

Alle sind verunsichert – haben Angst

...und was braucht ein/e Krebspatientin von Seiten des Arztes?



© 3poD * www.ClipartOf.com/86494

Was gehört zu einer guten medizinischen Betreuung?

Eine/n Begleiter/in an seiner/ihrer Seite !!!!!!!

Lit.: M Wirtz, 2005

- Zu einer der wichtigsten direkten Informationsquellen des Pat. gehört Gespräch mit dem Arzt.
- Laut Studien erwarten Patienten vor allem von ihren Ärzten dass sie sie über komplizierte medizinische Zusammenhänge aufklären
- Bei Komplikationen eine Erklärung
- Aushalten und sprechen, nicht weggehen

Was gehört zu einer guten medizinischen Betreuung?

Einen Arzt

- der sich einmal ein bisschen mehr Zeit nimmt
- sich auf einen Stuhl zum Patienten setzt
- Ihn aufklärt, informiert - mit Pausen dazwischen

Einen Oberarzt, der dies als eine Leistung seiner Assistenzärzte wertschätzt

Einen Chefarzt, der dies ebenso als wichtiges Element der Behandlung von Patienten ansieht und dies fördert

Was tun PsychoonkologInnen?

Was ist die Aufgabe von PsychoonkologInnen?

- Teilgebiet der Onkologie / interdisziplinär
- Psychologische Begleitung von Pat. und Angehörigen
- Schwerpunkt; Krankheitsverarbeitung
- Erstreckt sich von der Diagnose bis zur Palliativsituation
- Bindet das Familien- Beziehungsnetz mit ein.
- Krisenintervention

Was ist die Aufgabe von PsychoonkologInnen?

- Kontaktaufnahme, Dasein, Begleiten, Ermutigen
- Strukturierung
- Inhalte, die auftauchen ernst nehmen
- manchmal kreative Lösungen suchen
- Gut durch die Therapie begleiten
- Bodenständigkeit
- Humor, Leichtigkeit immer wieder einbringen



Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit