

# 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

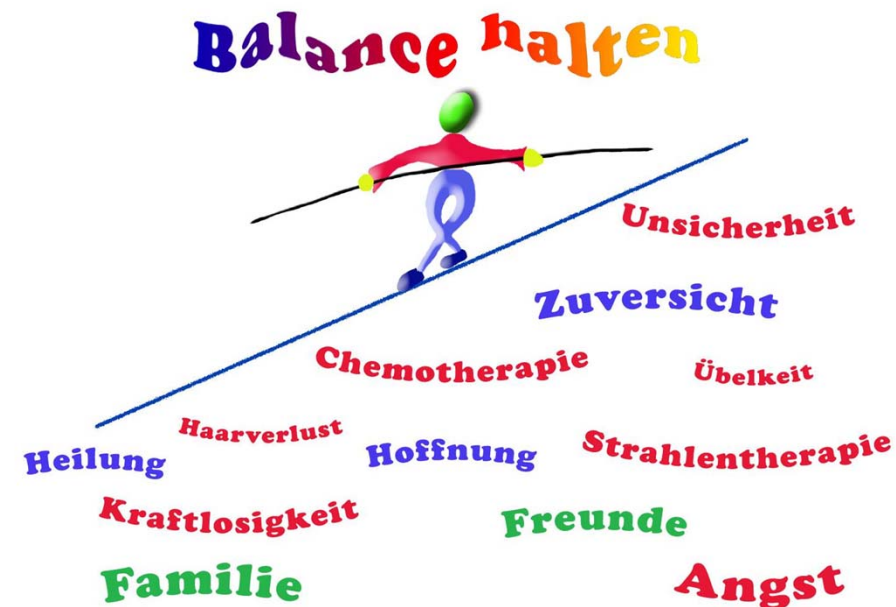
- **Todesangst**
  - **Angst vor den Behandlungen**
  - **Lebenspläne verändern sich**
- **Familienleben gerät durcheinander**
  - **Soziales Umfeld ist betroffen**
- **Beruf/krank geschrieben/Rente**
  - **Finanzielle Sorgen**

# 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?

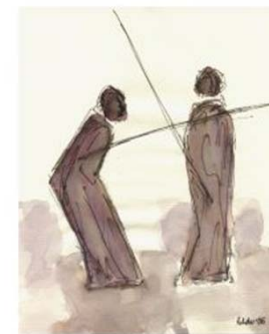


## Erkenntnisse psychoonkologischer Forschung

### Fighting Spirit / Kampfgeist

Vorsicht!!!

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



## Erkenntnisse psychoonkologischer Forschung

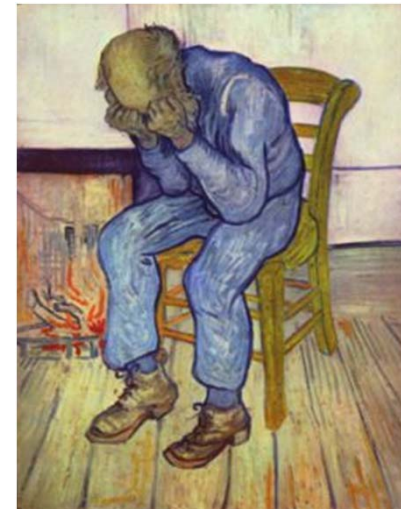
# Vorsicht!!!

**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:**

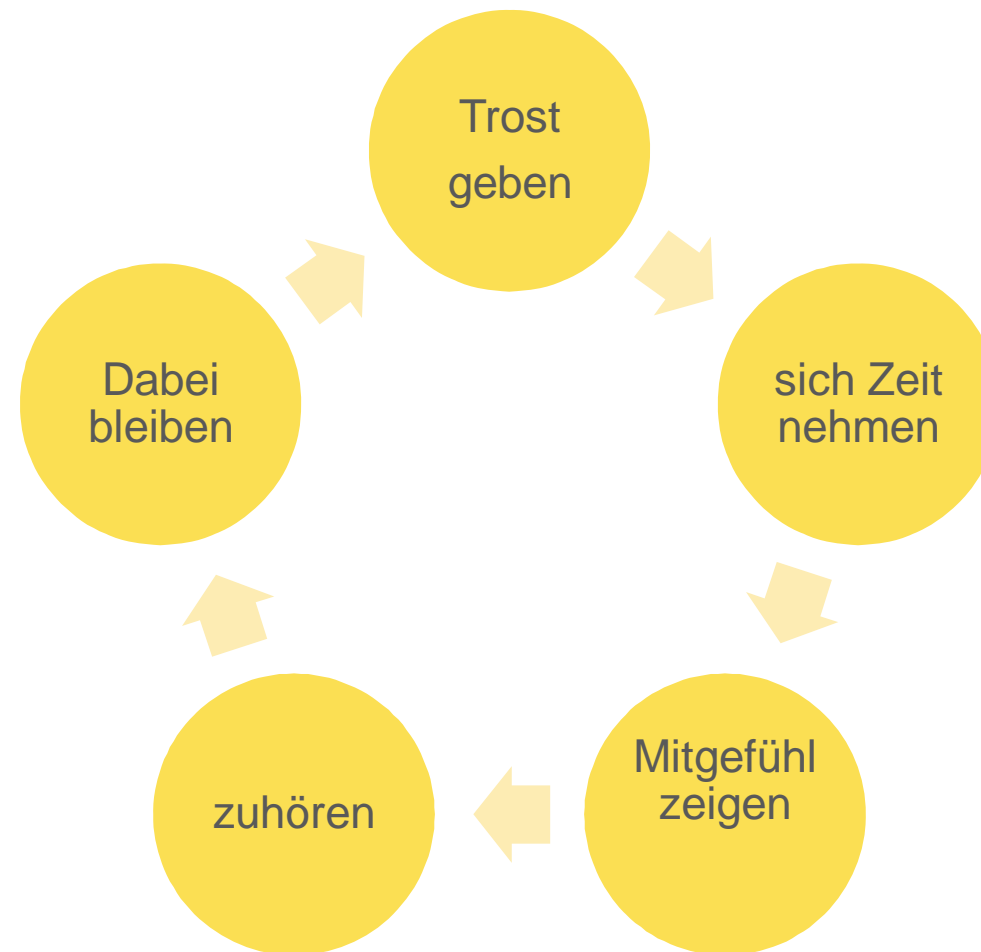
Krebspatienten entwickeln **nicht häufiger** eine depressive Störung als die Durchschnittsbevölkerung (Sellick & Crooks, 1999)

# 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

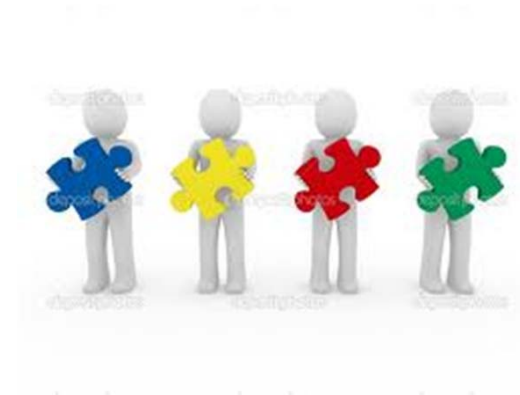


# Der Psychische Prozess der Krankheitsverarbeitung:

## 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