

Psychoonkologische Unterstützung in der Krebserkrankung

Mit der Diagnose Krebs stellen sich unzählige Fragen. Das Claraspital bietet ergänzend zu den medizinischen Therapien verschiedene Möglichkeiten der psychologischen Unterstützung an. Die Psychoonkologie unterstützt den Patienten bei seinen Schritten auf dem Weg durch die Erkrankung.

Elisabeth (42) stellt morgens im Badezimmer beim Abtasten ihrer Brust eine Verhärtung fest. Erschrocken meldet sie sich direkt bei ihrer Gynäkologin zur Untersuchung an. Nach ein paar Tagen steht fest: Es ist Brustkrebs. Elisabeth ist schockiert und weiss nicht, wie sie das ihrem Mann und ihren Kindern mitteilen soll. Sie möchte ihre Familie nicht belasten. Sie hat Angst, ihre Kinder nicht weiter aufwachsen zu sehen.

Mit der Diagnose Krebs stellen sich unzählige Fragen. Es sind Fragen nach der medizinischen Behandlung, aber auch Fragen nach dem weiteren Leben. Manche Patienten erleben durch die Diagnose Krebs zum ersten Mal die eigene Endlichkeit hautnah, für andere ist die Ungewissheit, was alles auf sie zukommen wird, schwierig zu ertragen und macht ihnen Angst. Andere wiederum sind traurig oder empört, dass ausgerechnet sie Krebs haben sollen, wo sie doch schon so viel im Leben getragen oder es einfach nicht verdient haben. Für viele Betroffene bedeutet die Diagnose einen Bruch mit ihrem bisherigen Leben, wenn sie längere Zeit nicht arbeiten können oder Freundschaften sich durch die Diagnose verändern.

RESSOURCEN INDIVIDUELL FÖRDERN

Die Psychoonkologie hält nicht für alle neuen Fragen und Lebenssituationen Antworten bereit. Doch sie bietet dem Patienten und seinen Angehörigen die Möglichkeit, seine Fragen und sein Erleben an- und auszusprechen, um wieder Fuss zu fassen, einen Überblick zu gewinnen oder Schritt für Schritt den Anschluss an das «alte Leben» zu finden.

Psychoonkologische Angebote stellen kein vorgefertigtes Konzept bereit, wie man mit einer Krebserkrankung umgehen muss. Vielmehr steht das eigene, subjektive Erleben und Empfinden im Zentrum von unterstützenden Gesprächen. Ziel ist es, die Wahrnehmung und den Umgang mit körperlichen und psychischen Belastungen zu beeinflussen und zu



Einmal in der Woche trifft sich das Team der Psychoonkologie.

verbessern, eigene Ressourcen, eigene Fähigkeiten und Stärken zu fördern. Die psychoonkologischen Angebote umfassen auch das persönliche Umfeld des Patienten, denn die Beziehungen zu ihm nahestehenden Personen bleiben nicht unberührt. Familie und Freunde sind wichtige Partner für die Bewältigung der Erkrankung. Sie können trösten, Halt geben, Sicherheit und Geborgenheit schenken. Häufig bedeutet es für die Angehörigen ebenfalls eine grosse Erleichterung, wenn sie ihrem Erleben in Gesprächen Ausdruck verleihen können, einbezogen werden und ihre Ängste, Sorgen und Ohnmachtsgefühle Gehör finden.

UMFASSENDES ANGEBOT AN UNTERSTÜTZUNG

Zur psychoonkologischen Beratung gehört im Claraspital auch die Abklärung und Vermittlung von weiteren Hilfsangeboten bei finanziellen, arbeitsrechtlichen und juristischen Fragen oder anderen sozialen Problemen.

Über Gespräche hinaus bieten wir im Claraspital Kunst- und Musiktherapie an, zwei wichtige, be-

währte und hilfreiche therapeutische Möglichkeiten. In den beiden «kreativen» Therapien steht das unmittelbare Erleben von Farbe und Klang im Mittelpunkt; besondere künstlerische Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Die Kunsttherapie ermöglicht dem Patienten, seine Empfindungen, Gedanken und inneren Bilder gestalterisch mit unterschiedlichen Materialien darzustellen. Aus dem Gestalten und Betrachten des geschaffenen Werkes ergeben sich neue Kräfte und Perspektiven zur Bewältigung; es öffnen sich neue Wege und Blickwinkel. In der Musiktherapie wird Musik ganz gezielt eingesetzt, um Gefühle wahrzunehmen, auszudrücken und zu verändern. Musik bedeutet Klang, Harmonie, Rhythmus, Dynamik oder Stille. Musik geht direkt ins Gefühlszentrum, löst Emotionen aus, und kann helfen, Trost und Geborgenheit zu finden.

PSYCHOONKOLOGIE STEHT ALLEN PATIENTEN OFFEN

Was wem in welcher Phase der Erkrankung helfen kann, unterscheidet sich von Mensch zu Mensch sehr. Die aktuellen Bedürfnisse zu klären, ist Ziel

der ersten, unverbindlichen Kontaktnahme. Das Angebot der Psychoonkologie versteht sich als Ergänzung zur medizinischen Behandlung und steht allen onkologischen Patienten und ihren Angehörigen offen – egal, ob sie ambulant oder im Spital behandelt werden. Sie sind Leistungen der Grundversicherung und werden von der Krankenkasse übernommen.

Elisabeth hat inzwischen eine Operation mit anschliessender Bestrahlung hinter sich gebracht. Die Kontrolluntersuchungen zeigen gute Ergebnisse. In den psychoonkologischen Gesprächen geht es jetzt noch um die Angst, der Krebs könnte wiederkommen, wenn es im Körper weh tut oder in den Tagen vor der nächsten medizinischen Kontrolle. Elisabeth ist aber zuversichtlich, dass sie dies zusammen mit ihrer Familie meistern wird.

ZU DEN AUTOREN

Andreas Dörner

Diplom-Psychologe, Leiter psychoonkologische Therapien am Claraspital Basel

Andreas Schmid

FMH Psychiatrie, ärztlicher Leiter Psychoonkologie am Claraspital Basel

CLARASPITAL TUMORZENTRUM BASEL

Die Verbindung moderner Therapiekonzepte mit hoher fachlicher Kompetenz, exzellenter Pflege, menschlicher Wärme und Fürsorge sind die Grundlage einer erfolgreichen Behandlung und Betreuung. Im Claraspital Tumorzentrum bieten wir unseren Patienten eine umfassende onkologische und hämatologische Diagnostik, kurative und palliative Therapien sowie psychoonkologische Unterstützung. Das Wohl und die Würde der Patienten und die gemeinsam abgestimmten Behandlungsziele leiten unser Handeln.

Claraspital Tumorzentrum Basel

T: +41 (0)61 685 84 00

www.claraspital.ch/tumorzentrum