

EINE KREBSERKRANKUNG BETRIFFT *Körper* UND *Psyche*



Die Diagnose Krebs bedeutet für viele Betroffene einen Schock und trifft die meisten unerwartet. Oft wird die Nachricht erlebt, als stehe man «neben sich», und die Dimension der Krebserkrankung wird erst nach und nach erfasst.

Die körperliche Behandlung steht zunächst im Vordergrund mit Operation, Chemotherapie und Bestrahlung. Diese Therapien sind anstrengend und oftmals mit Schmerzen und Nebenwirkungen verbunden. Das Vertrauen in die eigene Gesundheit und den Körper ist nicht mehr dasselbe und muss nach und nach wiedergewonnen werden. Die psychische Verarbeitung der Erkrankung ist dadurch anfangs erschwert und findet häufig erst später statt. Bei etwa einem Drittel der Betroffenen kommt es im Verlauf zu psychischen Belastungsreaktionen. Sie leiden unter Ängsten, anfänglich meist betreffend des weiteren Krankheitsverlaufs und der möglichen Folgen der Therapien. Sorgen bereitet später auch der Wiedereinstieg in Alltag und Beruf. Auch wenn der Krebs gut auf die Therapien anspricht, ist die Angst vor einem Rückfall für die meisten Patienten sehr gross. Viele befürchten auch, die Familie sei zu belastet, es können Schuld- und Insuffizienzgefühle entstehen. Es kommt zudem häufig auch zu depressiven

Beschwerden mit dem Gefühl der Sinn- und Hoffnungslosigkeit und zu Antriebsstörungen. Viele Krebspatienten leiden ausserdem unter einem Erschöpfungssyndrom, der sogenannten Fatigue. Dieses kann sich sehr hartnäckig zeigen; die Betroffenen brauchen regelmässige Ruhepausen und der berufliche Wiedereinstieg und die Alltagsfähigkeit können dadurch erschwert werden.

Ängste auffangen

Frühzeitige psychologische Unterstützung ist in all diesen Situationen deshalb sinnvoll. Sie hilft den Betroffenen, die Krankheit zu verarbeiten und mögliche Ängste zu bewältigen. Es ist wichtig, dass sie sich dabei aufgehoben fühlen und ein Vertrauensverhältnis entstehen kann. Manchmal sind auch begleitende medikamentöse Therapien zur Unterstützung notwendig. Zum Beispiel zur Verbesserung der Schlafschwierigkeiten oder der Ängste. Deshalb wird in den meisten Tumorzentren heute bereits ab dem ersten Tag der Behandlung allen Patienten eine psychologische Unterstützung angeboten. Denn es sollen nicht erst Symptome abgewartet werden, bevor eine Behandlung erfolgt. So können auch erste Verunsicherungen und Ängste aufgefangen werden. Bei Bedarf können diese Gespräche begleitend zur Behandlung weitergeführt werden, manchmal

ist das auch über einen längeren Zeitraum sinnvoll. Auch die Angehörigen sind oftmals psychisch belastet durch die Erkrankung ihrer Nächsten; häufig haben sie jedoch Mühe, dies einzugestehen, weil sie die Betroffenen nicht zusätzlich belasten wollen. So kann es zu einer gegenseitigen Schonhaltung kommen, welche aber auf Zeit eher ungünstig ist. Dann kann es sinnvoll sein, auch Angehörige zu einem Gespräch einzuladen und ihnen so Raum zu geben, über ihre Sorgen und Ängste sprechen zu können. Krebs kann Menschen jeden Alters treffen – deshalb sind die Kinder der Betroffenen manchmal noch kleiner und bedürfen eines besonderen Schutzes und sorgfältiger, altersgerechter Erklärung. Auch dabei kann eine psychoonkologische Begleitung helfen und unterstützen.

Umfassende Therapie

Gelegentlich ist eine ambulante Behandlung nicht ausreichend oder kann eine Auszeit sinnvoll sein. Dann ist eine stationäre Therapie angezeigt. In einer auf Psychoonkologie spezialisierten Klinik, wie etwa der Klinik Schützen in Rheinfelden, werden die ärztliche und psychotherapeutische Behandlung mit Einzel- und Gruppenpsychotherapie, Körpertherapie und Spezialtherapien kombiniert. Somit ist eine umfassende Therapie möglich, wobei das Individuum und

seine Bedürfnisse im Zentrum stehen. Eine solche Behandlung ist in allen Krankheitsstadien möglich und bringt eine Verbesserung sowohl der körperlichen Befindlichkeit als auch eine Entlastung der psychischen Anspannung.



Dr. med. Christine Szinnai

Fachärztin für Innere Medizin
FMH, Psychosomatische u.
Psychosoziale Medizin
(SAPPM), Oberärztin der
Abteilung für Psychosomatik
und Psychoonkologie der
Klinik Schützen

Weitere Informationen:

Klinik Schützen Rheinfelden
Psychosomatik - Psychiatrie -
Psychotherapie
Bahnhofstrasse 19
4310 Rheinfelden
Telefon 061 836 26 26
Fax 061 836 26 20
info@klinikschoetzen.ch
www.klinikschoetzen.ch