

Bewältigungsstrategien im Umgang mit einer Krebserkrankung

Behandlungsmöglichkeiten in der Psychoonkologie für Patienten und Angehörige.



Dr. Christine Szinnai, Oberärztin der Abteilungen für körperzentrierte Psychosomatik und für Psychosomatik und Psychoonkologie in der Klinik Schützen Rheinfelden

Die Diagnose Krebs bedeutet für jeden Betroffenen eine Ausnahmesituation, die auf psychischer Ebene oft kaum fassbar ist. Die notwendige Behandlung erfolgt sehr schnell, sodass die Patienten diese belastende Zeit häufig als „neben sich stehend“ erleben. Krebs ist heute immer häufiger behandel- oder sogar heilbar. Was bedeutet dies für die Psyche der Betroffenen? Wie können sie nach Abschluss der Behandlungen wieder im Alltag und im Arbeitsleben Fuss fassen?

Manche Menschen erholen sich nach einer Krebserkrankung rasch und können das Geschehene gut verarbeiten. Bei einem Grossteil der Patienten kann es aber zur Entwicklung einer psychischen Belastungssituation, Depression oder Angststörung kommen. Zudem kann eine sogenannte chronische Fatigue (Erschöpfungssyndrom) auftreten.

Und auch für Angehörige bedeutet eine Krebserkrankung eine grosse Belastung. Sie fühlen sich ohnmächtig angesichts des Leidens des nahe stehenden Menschen oder sie werden geplagt von eigenen Verlustängsten. Sie möchten dem Patienten beistehen, wissen jedoch nicht, wie sie dies tun können. Oder sie geraten selbst in einen Erschöpfungszustand, weil sie Aufgaben

des Kranken übernehmen, die dieser nicht mehr bewältigen kann. Häufig fällt es ihnen schwer, über die eigenen Gefühle zu reden, da sie es vermeiden möchten, den Betroffenen zusätzlich zu belasten.

Betroffene fühlen sich oft mit ihren Problemen allein gelassen, da sich die Behandlung bisher nur auf die Tumorerkrankung fokussierte. Für solche Situationen bietet die Psychoonkologie gezieltes Wissen und eine breite Palette von Behandlungs- und Unterstützungsmöglichkeiten. Psychoonkologen helfen Betroffenen bei der Krankheitsverarbeitung, behandeln psychische Krankheiten und Symptome.

Wenn eine ambulante Behandlung nicht ausreicht, ist eine stationäre Therapie hilfreich. In einer auf Psychoonkologie spezialisierten Klinik, wie zum Beispiel der Klinik Schützen Rheinfelden, werden die ärztliche sowie die psychotherapeutische Behandlung mit Einzel- und Gruppenpsychotherapie, Körpertherapie sowie Spezialtherapien kombiniert. Und es besteht die Möglichkeit von Familiengesprächen, sodass auch das belastete Umfeld die nötige Unterstützung erhält. Mit einer stationären psychoonkologischen Betreuung kann in jeder Krankheitsphase eine nachhaltige Verbesserung der psychischen und körperlichen Beschwerden erreicht werden.