

**Internationales Multiples Myelom Symposium
für PatientInnen und Angehörige
5.Mai 2007
Kardinal König Haus in Wien**

**Ein Vortrag von Mag. Andrea Prokesch-Egger
Medizinische Universität Wien**



Universitätsklinik für Innere Medizin I
Vorstand: Univ.-Prof. Dr. Christoph Zielinski
Psychoonkologie
Währinger Gürtel 18-20
A-1090 Wien
T: + 43 1 40 400 6130



Krankheit kennt keine Grenzen...

Psychoonkologie
*...Psychosoziale Aspekte
der Hilfe für Betroffene
und Angehörige*

Andrea Prokesch-Egger



Universitätsklinik für Innere Medizin I
Vorstand: Univ.-Prof. Dr. Christoph Zielinski
Psychoonkologie
Währinger Gürtel 18-20
A-1090 Wien
T: + 43 1 40 400 6130

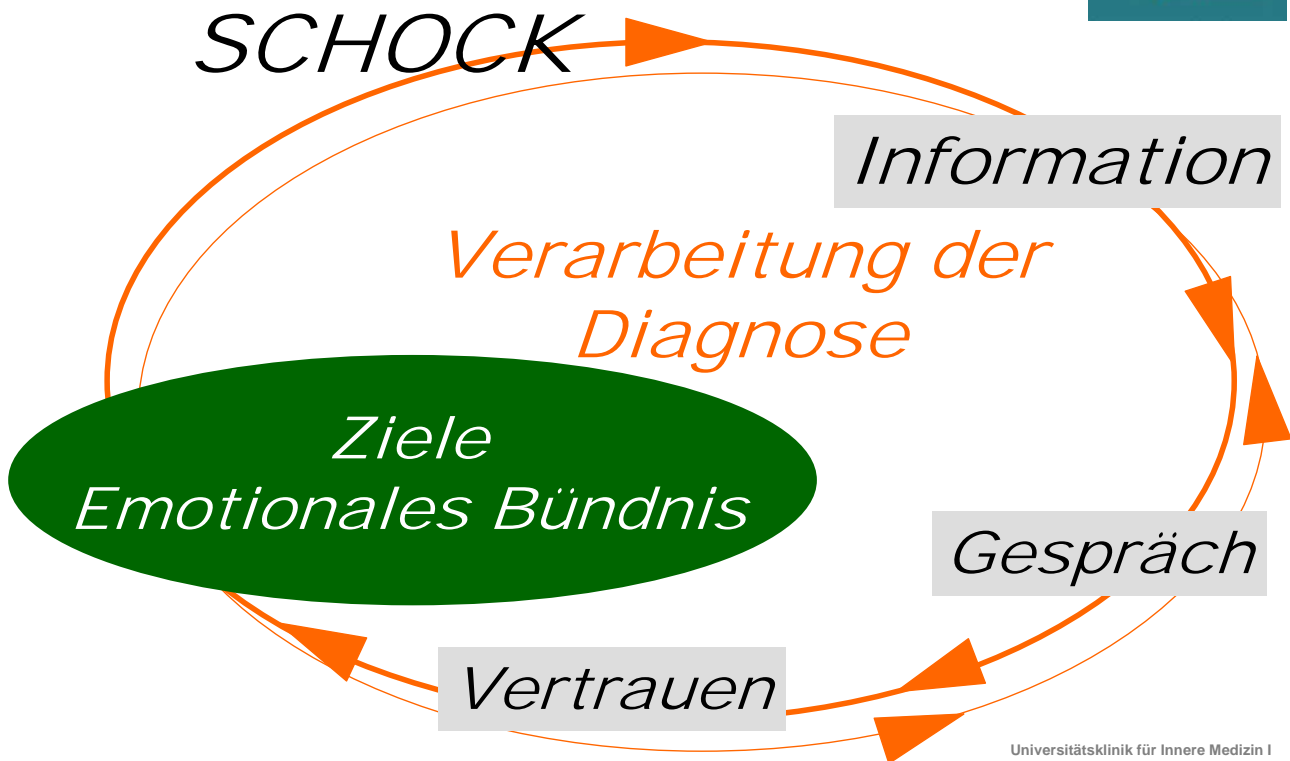
Inhalt

- Verarbeitung der Diagnose
- Die Behandlung
- Nachsorge
- Lebensqualität
- Herausforderungen
- Studien
- Literatur

Einleitung

- Bei der Behandlung von Krebserkrankungen gab es in den letzten 30 Jahren enorme (wissenschaftliche) Fortschritte
- breites Spektrum an psychologischen Hilfen
- Psychoonkologie als wesentlicher Bestandteil in der Behandlung. Beitrag in der Unterstützung der Angehörigen.

SCHOCK



Zusammenfassung I

- Die Diagnose Krebs ist ein Schock, es bedarf Zeit sich zu sammeln und Aktivität zu erzeugen
- Informationen einholen, verringert Angst und Unsicherheit
- Kein Rezept für eine richtige Hilfestellung oder den richtigen Umgang mit Krebs – klären Sie, was Sie brauchen!

Zusammenfassung I

- Grenzen ausloten
- Alles was gut tut, hat seine Berechtigung – und kann gerade jetzt eine wichtige Kraftquelle für sich selbst und die ganze Familie sein
- Bei Paaren: verleugnen Sie die Krankheit nicht, machen sie diese zum gemeinsamen Anliegen!

Gespräche

Behandlungsplan

Die Zeit der Behandlung

Normalität fördern

Psyche

Der Alltag

Zusammenfassung II

- Überlegungen, ob Angehörige bei den Gesprächen mit dem Arzt oder bei Behandlungen dabei sein sollen/wollen
- Ärzte und Helfer sind gleichwertige Gesprächspartner, aktiv am Entscheidungsprozess teilnehmen
- Das Einholen von Zweitmeinungen ist in Ordnung

Zusammenfassung II

- Ein Mehr an Aufgaben sollte aber auch wieder einen zusätzlichen Ausgleich ermöglichen
- Gesunde Anteile beachten
- Was gibt Halt und Struktur, um die neue Situation (Ungewissheit, Nicht planen können) auszuhalten

Rückkehr in den Alltag

Stimmung

Die Nachsorge – das
Ende der Behandlung

Gedankenkreisen

Ursachen-
forschung

Lebensstil

Universitätsklinik für Innere Medizin I
Vorstand: Univ.-Prof. Dr. Christoph Zielinski
Psychoonkologie
Währinger Gürtel 18-20
A-1090 Wien
T: + 43 1 40 400 6130

Zusammenfassung III

- Zeit für Regeneration
- Erschöpfung ist eine normale Reaktion
- Was braucht man?
- Freiraum für sich selbst wichtig
- Nachsorge ist wichtig, der normale Alltag sollte wieder einkehren können
- Ängste vor einem Rezidiv sind häufig

*Blick nach
vorne!*

*Bedürfnis-
befriedigung*

Lebensqualität

*Funktions- und
Leistungsfähigkeit*

*psychische
Befindlichkeit*

*Soziale
Funktion*

Zusammenfassung IV

- Pausen/Regeneration
- Eigenen Hobbies nachgehen
- Ernst nehmen der eigenen Gefühle
- Hilfe annehmen
- Offenheit

Rezidiv

*Erinnerung
Versagensängste*

Herausforderungen

*Alternativen
Offenheit*

Kontrollverlust

Zweifel

Zusammenfassung V

- Offene Gespräche suchen, zwecks Ordnung und um weiteres Vorgehen zu planen
- Schuldzuweisungen und –vorwürfe lähmen und erschweren die Auseinandersetzung mit dem Aktuellen
- Was hat schon einmal geholfen?
- Als Angehöriger: sich nicht zurückziehen.
- Einsamkeit mit eigenen Gefühlen!

Distanzierung

*Angst, Schwäche
Einsamkeit*

Die letzte Lebensphase

Grenzen erkennen

Schmerzen

Schwankungen

Universitätsklinik für Innere Medizin I
Vorstand: Univ.-Prof. Dr. Christoph Zielinski
Psychoonkologie
Währinger Gürtel 18-20
A-1090 Wien
T: + 43 1 40 400 6130

*Neue
Situation*

*Einsamkeit
Trauer*

Nach dem Tod

*Zeit und Raum
geben*

Druck

Erledigungen

Universitätsklinik für Innere Medizin I
Vorstand: Univ.-Prof. Dr. Christoph Zielinski
Psychoonkologie
Währinger Gürtel 18-20
A-1090 Wien
T: + 43 1 40 400 6130

— Studien

- Neben der medizinischen Versorgung breites Spektrum an psychosozialen Hilfen, die darauf abzielen, die Lebensqualität und das Befinden der Betroffenen zu verbessern.
- Psychoonkologie zu einem wesentlichen Bestandteil in der Behandlung und Betreuung von KrebspatientInnen.

— Studien

- Der Begriff „Psychoonkologie“ umschreibt eine interdisziplinäre Form der Psychotherapie bzw. klinischen Psychologie, welche alle Aspekte der *Prävention, Entstehung, Diagnostik, Therapie* und *Rehabilitation* von Krebserkrankungen umfasst.

— Studien

- Dabei wird zum einen der Einfluss einer Krebserkrankung im Hinblick auf psychische Veränderungen der PatientInnen, der Angehörigen sowie des behandelnden Personals untersucht und zum anderen der Frage nach dem Einfluss psychischer Variablen auf das Erkrankungsrisiko und den Verlauf der Erkrankung nachgegangen.
- Angehörige

— Studien

- ***Imbalance: Anforderungen/ Ressourcen!***
- Ängste
- Flexibilität und Neuorientierung
- *emotionales Spannungsfeld*

— Studien

- Je eher Angehörige ihre eigenen Bedürfnisse ernst nehmen, umso positiver wirkt sich dies auch auf die Ressourcen der Betroffenen aus.
- Metaanalyse von Rehse und Purkop (2003): familiäre Unterstützung stellt neben der genauen medizinischen Aufklärung die wichtigste Interventionsform dar, um Lebensqualität und Befinden zu fördern.

— Studien - Fazit

Ergebnisse verdeutlichen einerseits den immens wichtigen Stellenwert der Unterstützung von Betroffenen durch die Angehörigen, andererseits aber auch die dringliche Notwendigkeit, Angehörige in ihrer schwierigen Situation zu unterstützen!

— Studien - Fazit

Der Fokus liegt dabei auf der Tatsache, dass nicht vorrangig die kranken Anteile eines solchen Schicksals, sondern vor allem die gesunden mit Hilfe psychosozialer Maßnahmen betrachtet werden sollen!

So wird eine wichtige Ressource für das Leben von Betroffenen und Angehörigen geschaffen!

— Literatur

- Broeckmann, S.: Plötzlich ist alles ganz anders – wenn Eltern an Krebs erkranken. Klett-Cotta, Stuttgart, 2002.
- Jellouschek, H.: Bis zuletzt die Liebe. Als Paar im Schatten einer tödlichen Krankheit. Herder, Freiburg, 2002.
- Krebs trifft auch die Nächsten. Ratgeber für Angehörige und Freunde. Hrsg. Krebsliga Schweiz. Bern, 2000.
(Zu beziehen über die Krebsliga Schweiz, Effingerstraße 40, Postfach 819, 3100 Bern, Tel. 0041 31 3899100)
- Schnurre, M.: Die Melodie des Lebens finden. Eine Krebs-therapeutin erzählt, worauf es ankommt. Herder, Freiburg, 2002.
- Tanneberger, S. u.a.: Jemand in meiner Familie hat Krebs. Was kann ich tun? Zuckerschwerdt, München, 1995.
- Verres, R.: Die Kunst zu leben. Krebs und Psyche. Herder, Freiburg, 2003.
- Wie kann ich helfen? Leben mit einem an Krebs erkrankten Menschen. Hrsg. Hoffmann-La-Roche AG, 42003 Grenzach-Whylen.
(Zu beziehen über: Hoffmann – La-Roche AG, 79630 Grenzach-Whylen, Deutschland)
- Wilber, K.: Mut und Gnade. In einer Krankheit zum Tode bewährt sich eine große Liebe. Goldmann, München, 1996 (Goldmann Tb 42740).
- Zettl, S./Hartlapp, J.: Krebs und Sexualität. Ein Ratgeber für Krebspatienten und ihre Partner. Weingärtner, Berlin, 2002