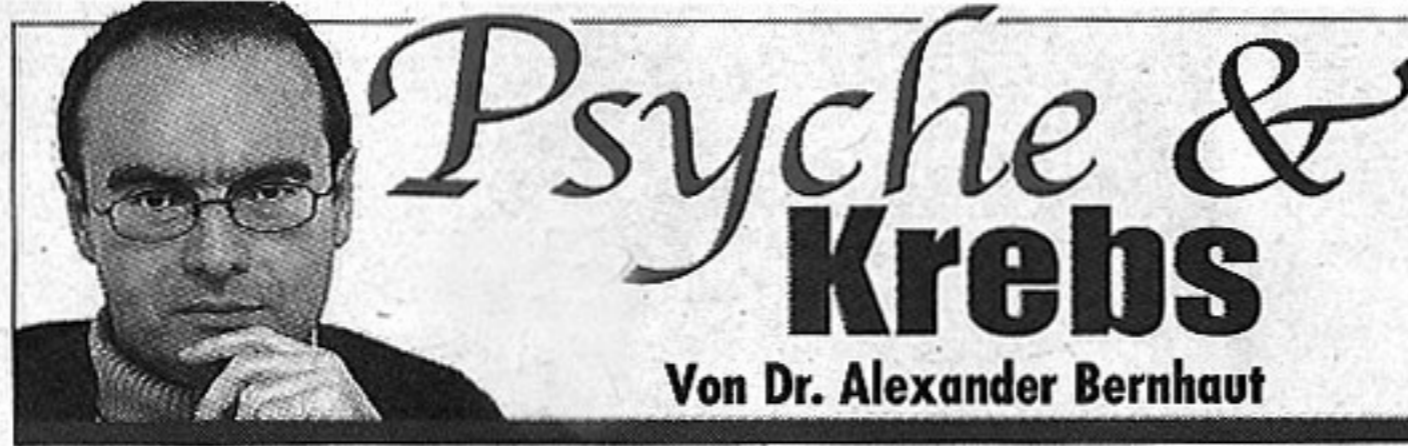


Ein gut funktionierendes, größtmöglich harmonisches familiäres Umfeld ist natürlich „Goldes wert“, wenn ein Mensch an Krebs erkrankt ist. Zumeist erweist sich nämlich ein – vor der Diagnosestellung vorhandenes! – intaktes Familienleben als eine der wichtigsten Stützen im Verlauf einer solchen Krankheit. Allein das Wissen um das Dasein von einem oder mehreren Menschen, die dem Patienten einfach „nur“ menschliche Wärme entgegen bringen, gibt dem Betroffenen vielfach schon Willen und Kraft „es zu schaffen“.

Dabei ist aber ein Aspekt besonders wichtig: Immer wieder kommt es bei Angehörigen oder Freunden von Krebskranken im Verlauf ihrer Bemühungen zu Überforderung, Überschätzung der eigenen Möglichkeiten, Erreichen und Überschreiten von persönlichen Grenzen. Die Folgen sind psychische und körperliche Erschöpfung mit Symptomen wie z. B. Schlafstörun-



Psyche & Krebs

Von Dr. Alexander Bernhaut

Wie kann ich helfen?



gen, Gereiztheit, depressive Verstimmungen.

Die psychoonkologische

Arbeit des „professionellen Begleiters“ hat daher auch die Stützung und Entlastung

der Betreuer zum Ziel. Nehmen Sie die Möglichkeit an, dies kommt in direkter Weise auch dem Patienten zugute!

Eine „Faustregel“, die in sehr vielen Fällen – sicher nicht in allen – ihre Berechtigung hat: Versuchen Sie den Betroffenen weder zu über- noch unterfordern. Oft wird der Fehler begangen, dass der Kranke sozusagen mit „Glacée-Handschuhen“ angefasst wird, und man ihm nichts mehr zutraut. Andererseits kommt es immer wieder zu Situationen wo der Krebskranke sich nicht genügend schont und auch noch durch sein Umfeld dazu ermutigt wird. Hier ist es meist hilfreich, fachlichen Rat einzuholen.

Transparenz und Offenheit ist jedenfalls einer „Vogel-Strauss-Politik“ vorzuziehen und bringt weit weniger Sorgen als Probleme nicht anzusprechen und zu verdrängen.

Dr. Alexander Bernhaut ist Facharzt Psychiatrie und Neurologie sowie Psychoonkologe in Wien.