

Was ist Psychoonkologie?

Wie Krebskranken und deren Angehörigen auch seelisch geholfen werden kann

einige „Wie's“. Zum Beispiel: Wie ist die Persönlichkeit des Betroffenen beschaffen? Ist er als grundsätzlich diszipliniert, eher optimistisch, klar denkend einzustufen? Oder neigt er zu Pessimismus und zum Grübeln?

Oder: Wie stellt sich sein persönliches Umfeld dar? Herrschen Harmonie und Geborgenheit oder gibt es Konflikte bzw. Einsamkeit? Wie sehr ist ein Krebspatient überhaupt für Unterstützung empfänglich? Beispiel: Wenn Frau/Herr X ohnedies schon viele Medikamente schlucken muss, hält sich die Begeisterung für Antidepressiva und/oder

Schlafmittel vielleicht in recht engen Grenzen...

Der Psychoonkologe muss daher vorerst durch gutes Zuhören Vertrauen gewinnen. Er muss genau darüber aufklären, was von der psychoonkologischen Betreuung zu erwarten ist und was nicht. Er muss die Hauptbelastungen herausfinden (Angst? körperliche Beschwerden? Traurigkeit? Schlafstörungen, usw.?).

Weiters ist es notwendig, Trost zu spenden und die Behandlungsziele klar zu definieren. Um Patienten und Angehörige mit Rat zu begleiten, ist ausreichend Zeit nötig. Gemeinsam werden „Kochrezepte“ zur Bewältigung der schwierigen Lage erarbeitet.

In der Psychoonkologie,



die nur von Ärzten durchgeführt wird, kommen je nach Bedarf auch Medikamente zum Einsatz:

▷ Antidepressiva. Dazu

zählen „klassische“ Arzneimittel, die den Serotonin-Stoffwechsel steuern ebenso wie pflanzliche Helfer (etwa das Johanniskraut).

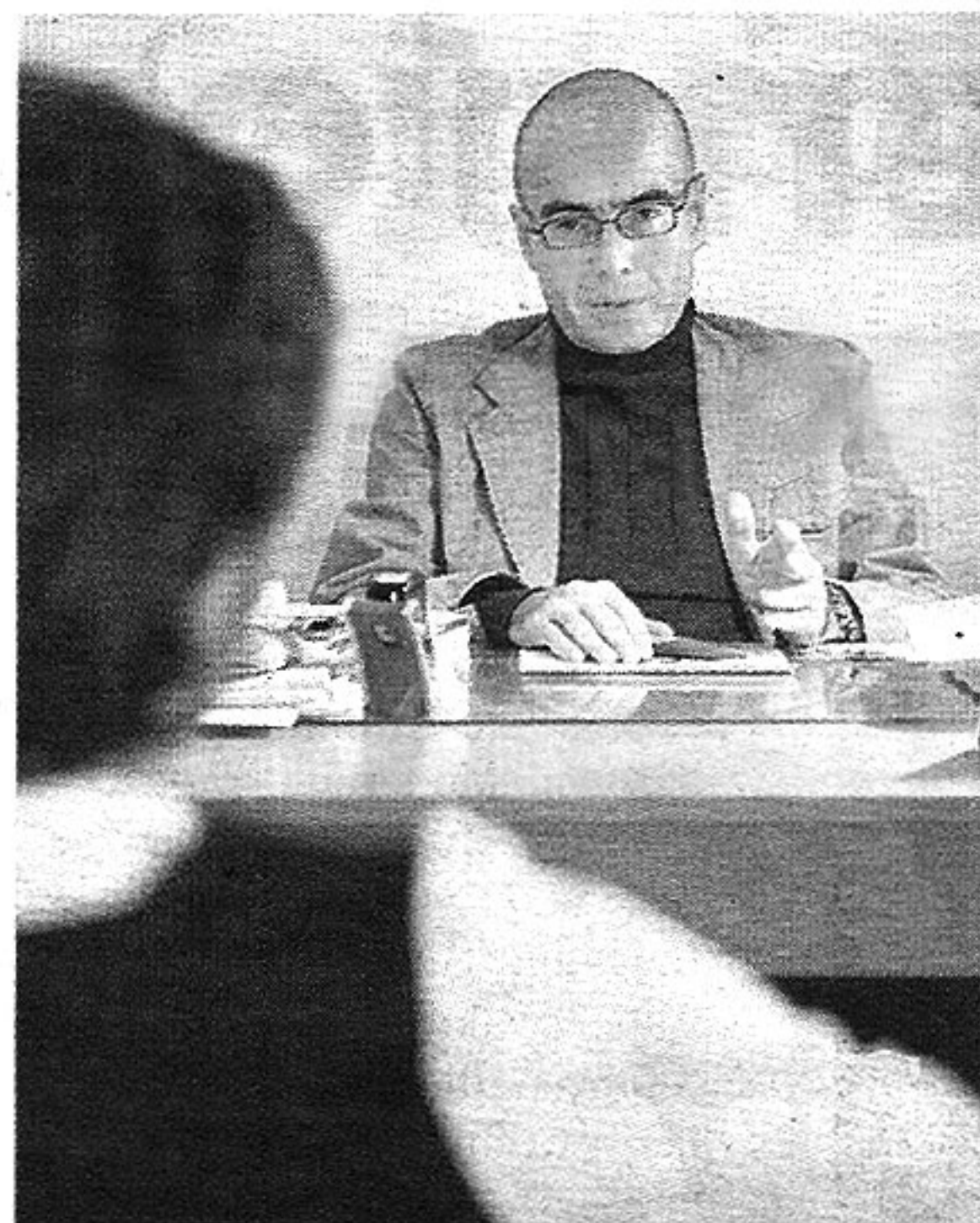
▷ Beruhigungsmittel. Richtig dosiert und zeitlich begrenzt eingesetzt, bringen sie rasch Linderung bei massiven Angstzuständen.

▷ Schlafmittel. Ausgeruht zu sein, ist ein wesentlicher Punkt für die Krankheitsbewältigung. Moderne Präparate sorgen für erholsamen Schlaf und Stimmungsaufhellung ohne Suchtgefahr.

▷ Neuroleptika. Das sind Substanzen, die für verschiedene Zustände eingesetzt werden, wenn die anderen Mittel nicht wirken.

Abschließend möchte ich noch anmerken, dass der Zusammenhang zwischen Körper und Seele bei Krebs mittlerweile unbestritten ist. Ich appelliere also an Betroffene, Angehörige und Behandler gleichermaßen, der Psyche gebührende Aufmerksamkeit zu schenken.

**OA Dr. Alexander Bernhaut,
Facharzt für Psychiatrie/
Psychoonkologie aus Wien.
Info: www.dr-bernhaut.at
bzw. 0664/3411251.**



Der Psychoonkologe kann viel mithelfen

Vorweg: Der Medizin gelingt es immer besser, Krebs zu heilen. Besonders bei Früherkennung. Dennoch stellt alleine die Diagnose eine enorme seelische Belastung dar. Die Psychoonkologie befasst sich speziell mit dieser Situation.

Krebs löst bei Betroffenen und Angehörigen zunächst Angst und Verzweiflung aus. Auch erfolgreiche Behandlung befreit nicht völlig von der Verunsicherung, womöglich doch nicht geheilt zu sein oder einen Rückfall zu erleiden. Also ist seelische Weiterbetreuung sehr hilfreich.

Dafür gibt es Spezialisten, eben die Psychoonkologen. Im Grunde vereint diese Sparte psychiatrische, psychotherapeutische, aber auch internistische und soziale Elemente. Der Arzt legt seine Strategie anhand der konkreten Voraus-

Der Arzt legt die genaue Strategie fest

setzungen fest. Zum Beispiel liegt es auf der Hand, dass einem Patienten nach der x-ten Chemotherapie andere Vorgehensweisen helfen als einem, der eben erst von der Diagnose erfahren hat.

Natürlich entscheiden auch