



# **Krebspatienten und ihre Angehörige als Gesprächspartner in der Apotheke**

**Constanze Schäfer, Mülheim/R.**

# Diagnose Krebs

- **Massiver Einschnitt in Lebensplanung**
- **Krankheitsbewältigung**
- **Lebensqualität**
- **Versorgungssicherheit**



# Umgang mit Krankheit, Trauer, Tod

- **Biographie des Menschen wichtig**
  - Erziehung, Ausbildung
  - Lebenserfahrung
  - Religion
- **Wie geht er mit Krisen um**
  - Tod von Verwandten
  - Scheidung
  - ...
- **Empathiefähigkeit**

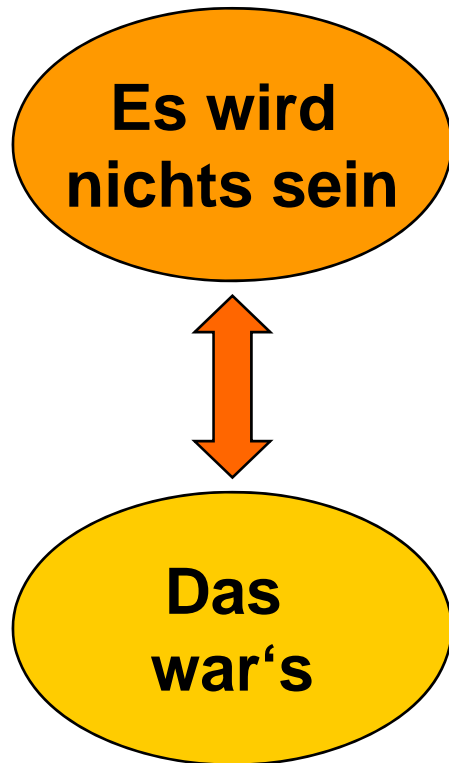
# Umgang mit Krankheit, Trauer, Tod

**Wer sich von der Trauer beherrschen lässt, der getraut sich bald nicht mehr zu lachen, das Tageslicht zu genießen oder an geselligen Mahlen teilzunehmen.**

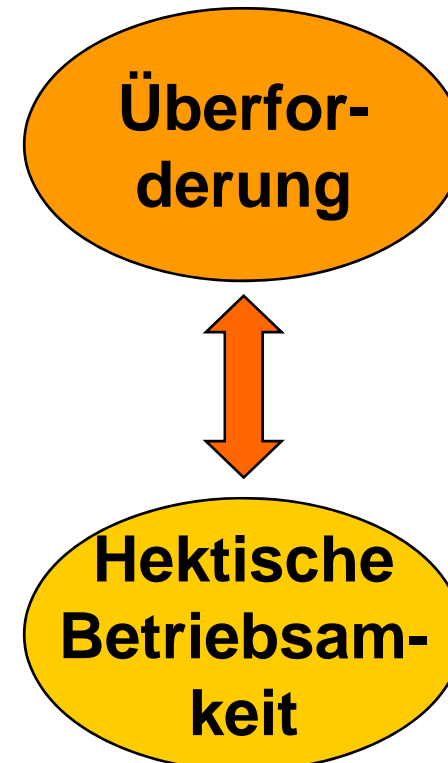
**Plutarch von Chäronea,  
etwa 50 - 120 n. Chr.,  
griechischer Philosoph**

# Phase der Diagnosestellung

**Psyche**



**Wahrnehmung durch die Außenwelt**



# Verarbeiten der Diagnose

## Selbstwahrnehmung

- **Fühlt sich eigentlich gesund**
- **Widerspricht dem Lebensgefühl**
- **Keine Empfindungen**

## Umweltwahrnehmung

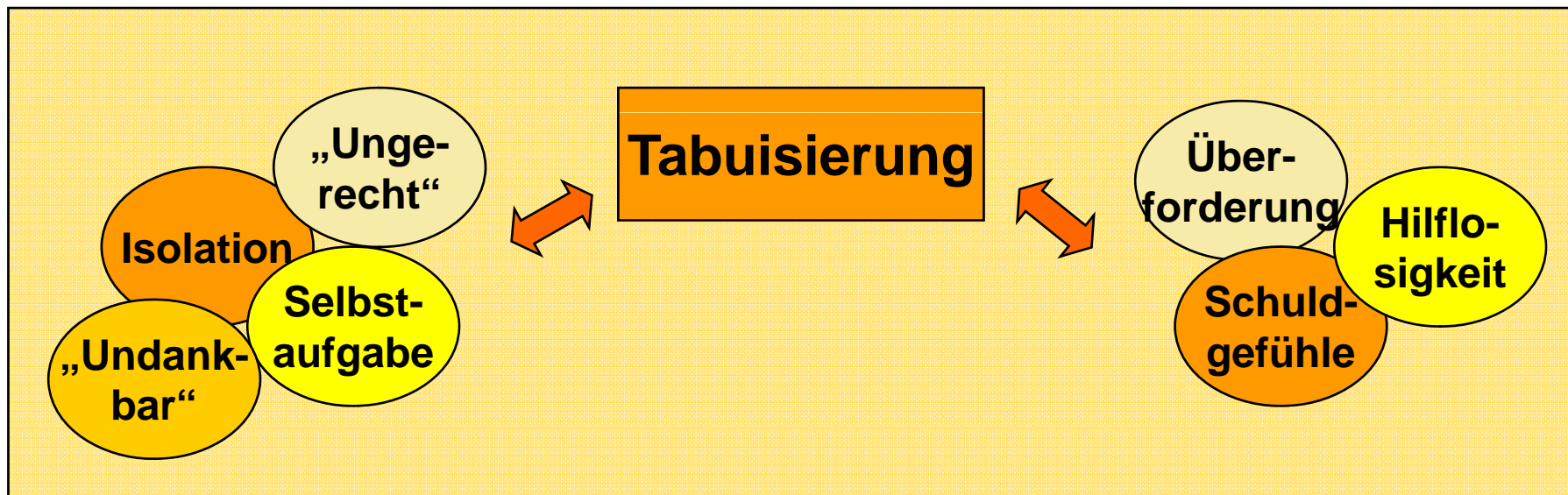
- **In Watte gepackt**
- **Im falschen Film**
- **Funktionieren**



# Angehörige von Krebspatienten

- **Durchlaufen ähnliche Phasen**
  - Schock
  - Angst
  - Hoffnung
  - Verzweiflung
- **Persönlich betroffen**
  - Haben eigene Bedürfnisse
  - Verarbeiten auf ihre Weise

# Patient – Angehörige



# Tipps für den Angehörigen

## Zur Vermeidung von Burn-out

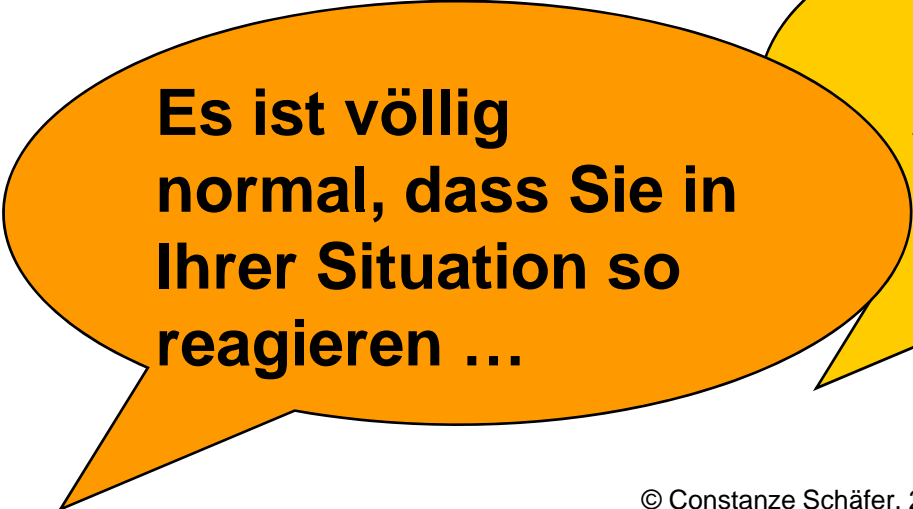
- **Selbstanalyse**
  - Was kann ich?
  - Was will ich?
  - Was tut mir gut?
  - Was mache ich sicher nicht?
  - Was überfordert mich?
  - Wo benötige ich Hilfe?

# Tipps für Angehörige

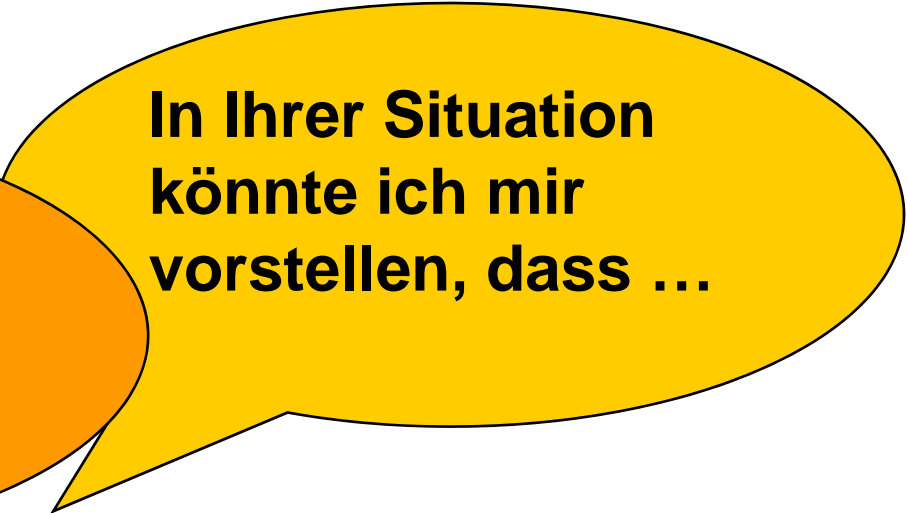
- **Patient ist jeden Tag anders**
- **Dies bewusst wahrnehmen**
  - **Wie fühlt er sich heute?**
  - **Ist er heute eher krank oder eher gesund?**

# Gespräche

- **Gefühlsäußerungen aushalten**
- **Alle Reaktionen als „normal“ auffassen**
- **Bei Verdrängung Gesprächsangebot**



**Es ist völlig normal, dass Sie in Ihrer Situation so reagieren ...**



**In Ihrer Situation könnte ich mir vorstellen, dass ...**

# Behandlungsphase

## Patient

- Körperlicher Abbau
- Müdigkeit
- Übelkeit
- Schmerzen
- Appetitlosigkeit
- Psychische Störungen
- Verstimmungen
- Gefühlsschwankungen
- „Dünnhäutigkeit“

## Angehöriger

- Erschöpfung
- Psychische Störungen
- Verstimmungen
- Gefühlsschwankungen
- Verzweiflung
- Ohnmacht
- Hoffnungslosigkeit

# Tipps für die akute Behandlungsphase

- **Kleine Ziele setzen**
- **Wie können wir uns gegenseitig unterstützen, um**
  - **Nicht mutlos zu werden**
  - **Nicht überfordert zu werden**

# Gefühlswelt der Betroffenen

## Angst vor

- **Siechtum**
- **Tod**
- **Schmerzen**
- **Operation**
- **Chemo**
- **Metastasen**
- **weiterleben**

## Hoffnung auf

- **Ärzte**
- **Rückhalt der Familie**
- **Freunde**

# Phase der Ursachenforschung

**Warum?**

- **Persönlichkeitsstrukturen**
  - Psyche
- **Lebensereignisse**
  - Stress
  - Unterdrückung
- **Verhaltensmuster**
  - Rauchen, Alkohol
  - Ernährung
- **Gene**

# Phase der Ursachenforschung

- **Persönlichkeitsstrukturen**
  - Psyche
- **Lebensereignisse**
  - Stress
  - Unterdrückung
- **Verhaltensmuster**
  - Rauchen, Alkohol
  - Ernährung
  - Umwelt
- **Gene => ca. 5-8 %**



multifaktoriell

# Unterstützungsangebote

- **Information**
- **Therapie**
  - **Psychotherapie**
    - **Unterstützend evtl. medikamentöse  
Behandlung**
  - **Musik-/Kunsttherapie**
- **Bewegung**
- **Entspannungstechniken**

# Psychosoziale Betreuung

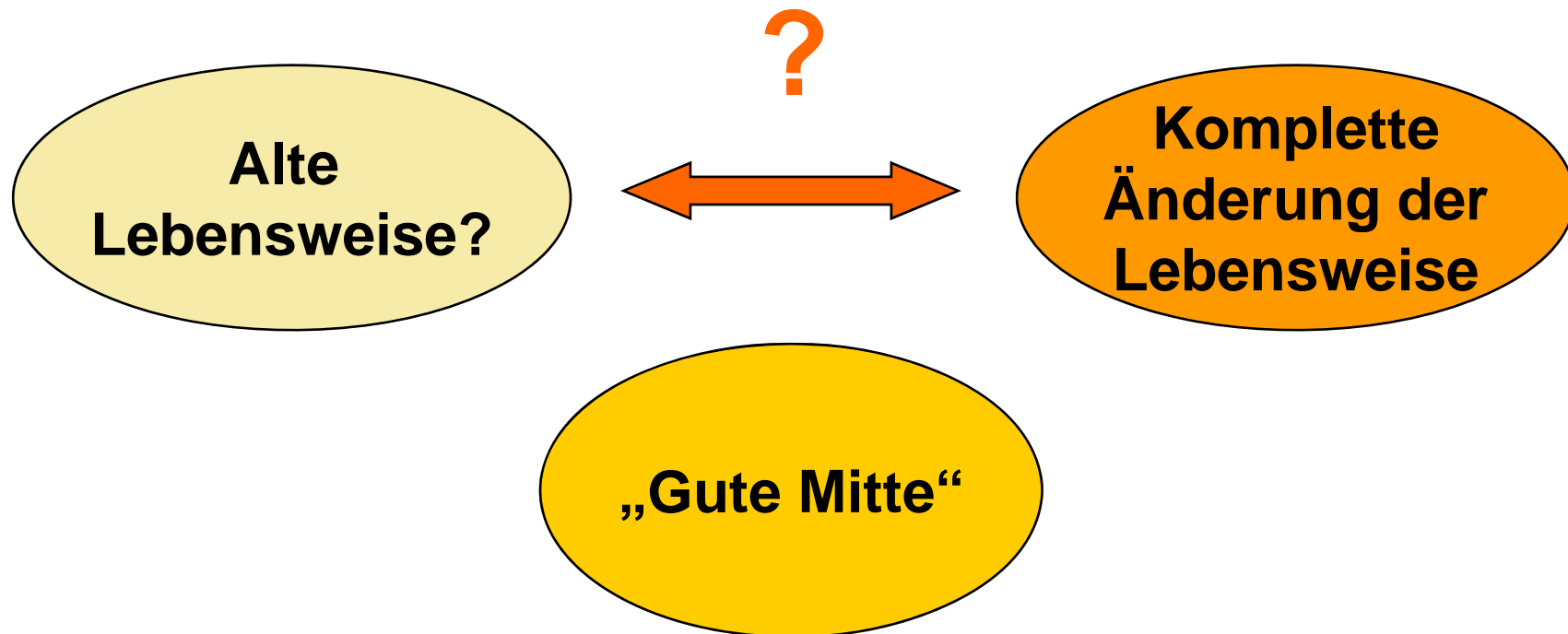
- **Anlaufmöglichkeiten:**
  - **Psychosozialer Dienst der Krankenkassen**
  - **Krebsberatungsstellen**
  - **Familien-/Jugendhilfe**
  - **Kirchliche Einrichtungen**
  - **Selbsthilfe**
  - **betacare**

# Nach der akuten Behandlung

- **In den (neuen) Alltag finden**
  - Rollen und Aufgaben haben sich verändert
- **Oft jetzt erst Bewältigung von Ängsten, Gefühlen, der neuen Lebenssituation**
  - Depressionen
  - Verletzlichkeiten
  - Tabus?
- **Weiterführen therapeutischer Maßnahmen**

# Nach der Behandlung

- Ernährung
- Selbstwert
- Work-Life-Balance
- Lebensziele



# Angst als Begleiter

- **Angst vor Nachsorgeterminen**
- **Angst vor Rezidiv**
- **Für Patient und Angehörige oft belastende Phasen**

# Diagnose eines Rezidivs

## Gefühlswelt des Betroffenen

- Enttäuschung
- Erschütterung
- Resignation
- Hoffnungslosigkeit
- Besiegt
- Verloren

## Erkennbare Symptome

- Stärkere Erschöpfung
- Schnelle Ermüdung
- Mangelnder Antrieb
- Appetitlosigkeit

# Begleitung im Rezidiv

- **Was hat beim letzten Mal gut geklappt?**
- **Darauf aufbauen**
- **Wieder kleine Ziele stecken**
- **Besonders wichtig:**

**LEBENSQUALITÄT**

# Sterben

- **Meist langer Prozess**
- **Geprägt durch**
  - **Krankheit**
  - **Verlust an persönlicher Freiheit**
  - **Endgültiger Verlust an Selbstbestimmung**
  - **Angst**

# Phasen des Sterbens

- **Nicht wahr haben wollen**
  - **Auflehnung**
  - **Schicksal – Verhandeln?**
  - **Depression**
  - **Akzeptanz**
- 
- **Wechselspiel zwischen Gefühl und Verstand**

# Begleitung Sterbender

- **Sterbenden als Mensch wahrnehmen**
- **Was möchte er geregelt haben?**
- **So weit möglich in alles einbeziehen**
- **Nichts über seinen Kopf hinweg**

# **Trauerphasen**

- **Nicht wahr haben wollen**
- **Emotionsphase**
- **Trennen**
- **Aufbruch ins Neue**

# Reaktionen von Trauernden

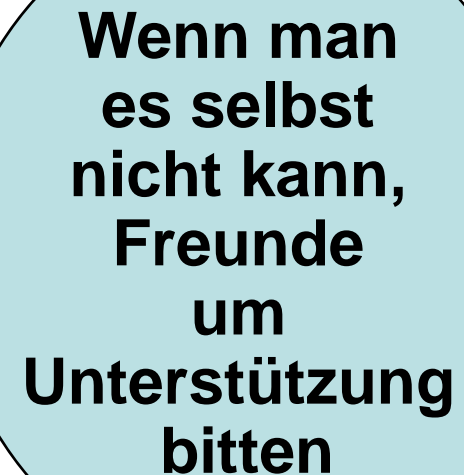
- **Depressionen**
- **Isolation**
- **Tablettenkonsum**
- **Alkohol**
- **Selbstaufgabe**

# Wenn Angehörige zurückbleiben

- **„Das Leben geht weiter!“**
- **Geduld!**
  - **Mit sich**
  - **Mit Betroffenen**

# Kinder

- **Ehrlich sein!**
- **Bewusst Freiraum für Kinder schaffen**
- **Kindern Brücken bauen, wenn sie reden wollen**
- **Dann immer sofort dafür Zeit nehmen!**
- **Aber wenn sie nicht reden, nicht nachfragen**



**Wenn man  
es selbst  
nicht kann,  
Freunde  
um  
Unterstützung  
bitten**

# Kinder

- **Kinder trauern akut massiv**
- **Trauern anders als Erwachsene**
- **In Beerdigung usw. einbeziehen**
- **Kinder finden aber schnell wieder Zugang zur „Normalität“**
- **Verarbeitung oft erst Jahre später**
  
- **Erinnerungen???**

# Für alle Begleitenden

**Es geht nicht um Perfektion!**

**Es zählen**

- **Offenheit**
- **„Compassion“**
  - „Professionelles Mitgefühl“
- **Menschlichkeit**

A photograph of a sign with a globe and the word 'Hoffnung' (Hope) in German. The sign is partially obscured by a spiderweb in the foreground. The globe is blue and yellow, and the word 'Hoffnung' is written in a simple, sans-serif font below it.

**Hoffnung**