



8. Symposium Multiples Myelom für PatientInnen und Angehörige

Psychologische Betreuung für Patienten und Angehörige- wann ist der rechte Zeitpunkt?

lic. phil. Pamela Loosli
Hämatologie, Universitätsspital Basel

Wann ist der richtige Zeitpunkt?!?



Psychoonkologie

- Die **Diagnose Krebs** verändert das Leben von Betroffenen und Angehörigen oft fundamental.
- Körperliche Symptome oder Begleiterscheinungen einer Krebsbehandlung schränken ein.
- Ängste, Verunsicherung und viele Fragen prägen den Alltag, die Beziehungen und die Lebensgestaltung sind stark überschattet.

Psychoonkologie

- Vieles kann von den Patienten selber bewältigt werden, allein oder mit Unterstützung der somatisch Behandelnden.
- Ist die psychische Belastung durch die Krebserkrankung hoch, kann sie zu psychischen Symptomen und Krankheiten führen.

Symptombelastung bei Krebspatienten

„Cancer is not like one disease, it's like having ten diseases“



Ziele der Psychoonkologie

Die übergeordneten Ziele **psychoonkologischer Betreuung** bestehen in der

- *Förderung der Krankheitsverarbeitung durch die Entwicklung adäquater Bewältigungsstrategien,*
- *der Stärkung von Ressourcen,*
- *der Erhaltung oder Verbesserung der Lebensqualität*

Ziele der Psychoonkologie

- *sowie dem **Erkennen** und der Behandlung psychischer Belastungsreaktionen bei den Patienten wie auch bei den Angehörigen und Mitgliedern des Behandlungsteams (Sperner-Unterweger, 2011).*

Schweizerische Gesellschaft für Psychoonkologie: *Leitlinien zur psychoonkologischen Betreuung von erwachsenen Krebskranken und ihren Angehörigen. 2015*

Psychoonkologie: Gründe für Inanspruchnahme aus Sicht der PatientInnen

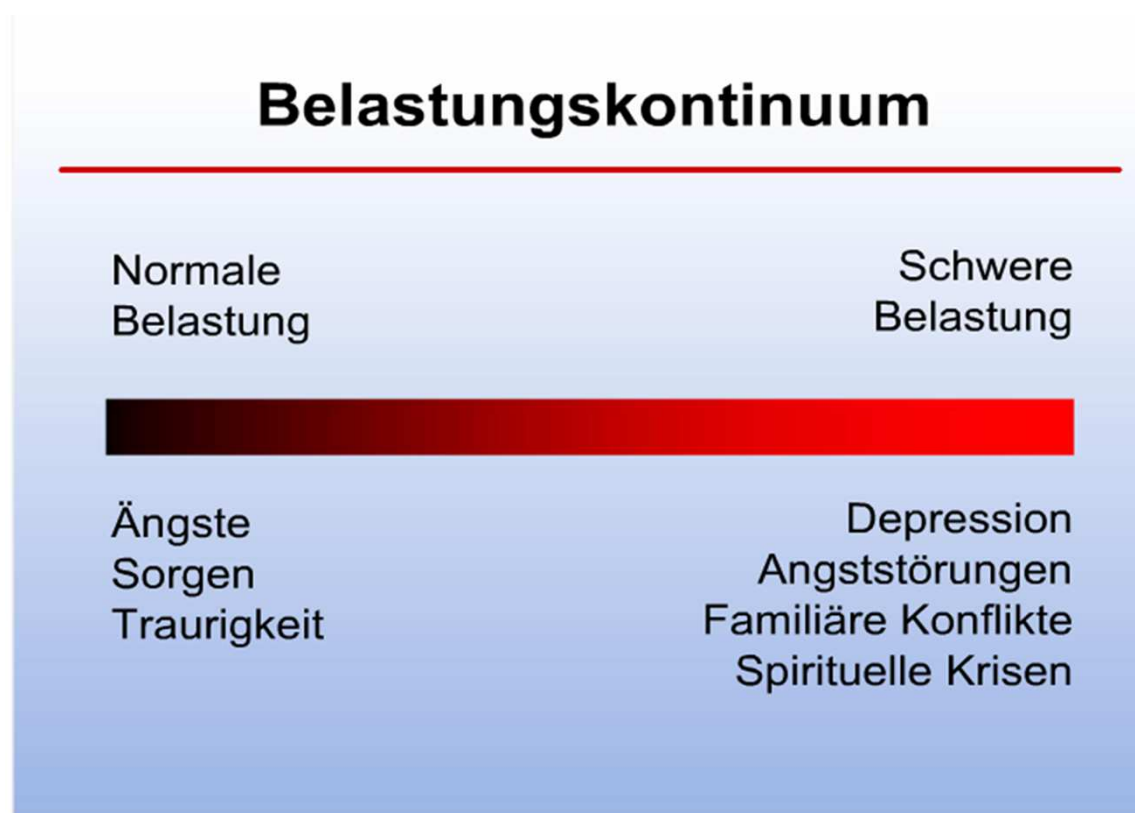
- Empfehlung der Ärzte
- Angebot und seine Wirkung ausprobieren
- Gute frühere Erfahrungen
- Klärung von Fragen und Sorgen
- Bedürfnis zu sprechen
- Familie und Freunde nicht belasten
- Mit unabhängiger, diskreter Person sprechen
- Halt und Sicherheit durch konstante Gesprächspartner

Psychoonkologie: Gründe für Inanspruchnahme aus Sicht der PatientInnen

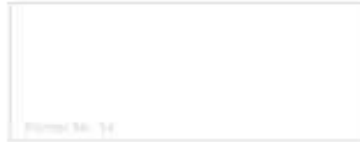
- Um das Wohlbefinden und die Bewältigung zu fördern
- Input durch professionelle Fachpersonen
- Die Psychoonkologin kennen lernen (für später)
- Hilfe in der Entscheidungsfindung
- Unterstützung bei psychischer Belastung z. B. durch schlechten Verlauf
- Praktische Unterstützung suchen

Interimsdaten aus *The Who und the Why*, 2016

Wann braucht man Hilfe?



Belastungsthermometer



Belastungs-Thermometer

Anleitung:

1.) **THERMOMETER:** Bitte kreisen Sie am Thermometer (rechts) die Zahl ein (0-10), die am besten beschreibt, wie belastet Sie sich in der letzten Woche einschliesslich heute gefühlt haben.

2.) **PROBLEMLISTE:** Bitte geben Sie an, ob Sie in einem der folgenden Bereiche in der letzten Woche einschliesslich heute Probleme haben. Kreuzen Sie für jeden Bereich JA oder NEIN an.



JA	NEIN		JA	NEIN	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Praktische Probleme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Körperliche Probleme
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Wohnsituation	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Schmerz
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Versicherung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Übelkeit
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Arbeit/ Schule	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Erschöpfung
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Behörden (Transporte)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Schlaf
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kinderbetreuung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bewegung/Mobilität
		Familiäre Probleme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Waschen, Ankleiden
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Im Umgang mit dem Partner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Äusseres Erscheinungsbild
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Im Umgang mit den Kindern	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Atmung
		Emotionale Probleme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Entzündungen im Mundbereich
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sorgen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Essen/ Ernährung
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Ängste	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Verdauungsstörungen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Traurigkeit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Verstopfung
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Depression	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Durchfall
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Nervosität	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Veränderungen beim Wasser lassen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Verlust des Interesses an	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Fieber
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Alltäglichen Aktivitäten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Trockene/ juckende Haut
		Spiritualität/ religiöse Belange	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Trockene/ juckende Nase
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	In Bezug auf Gott	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kribbeln in Händen/ Füssen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Verlust des Glaubens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Angeschwollen/ aufgedunsen fühlen
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Gedächtnis/ Konzentration
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sexuelle Probleme

Sonstige Probleme: _____

Wünscht Gespräch mit Psychoonkologin Wünscht kein Gespräch

Andere Interventionen (Eigene Massnahmen, Sozialarbeit, Seelsorge etc): _____



Belastungsfaktoren Angehöriger

Äussere Belastungsfaktoren	<ul style="list-style-type: none">• Rollenveränderungen• Bedrohte Zukunftsplanung• Einschränkungen eigener positiver Aktivitäten und Kontakte, Umgang mit Erschöpfung• Finanzielle Schwierigkeiten• Karrierebezogene Nachteile
Emotionales Erleben	<ul style="list-style-type: none">• Ungewissheit bezüglich Krankheitsverlauf• Angst vor Trennung, Verlust, Zukunft, Existenzangst• Gewissensbisse, auftretende Klärungsbedürfnisse• Hilflosigkeit, Schuldgefühle, Wut• Konfrontation mit eigener Sterblichkeit, Sinnfragen
Mögliche Probleme im Umgang mit Patient	<ul style="list-style-type: none">• Schwierigkeiten, eigene Belastung einzugestehen• Vernachlässigen eigener Bedürfnisse• Schwierige (ev. unterdrückte) Gefühle (Wut Angst Trauer)• Unsicherheit im Umgang mit dem Patienten• Kommunikationsprobleme, gegenseitiges Schonen• Unterschiedliche Stufen der Akzeptanz

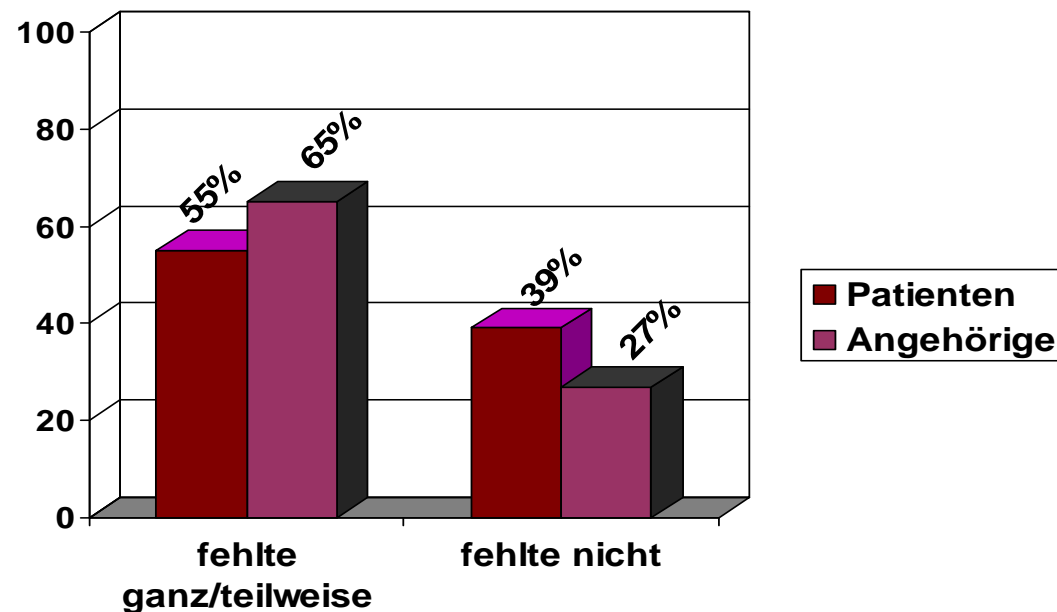
Welche psychosozialen Bedürfnisse von Krebspatienten und ihren Angehörigen sind schlecht abgedeckt?

Resultate der Zürcher Evaluationsstudie

D. Zwahlen, St. Büchi, 2008

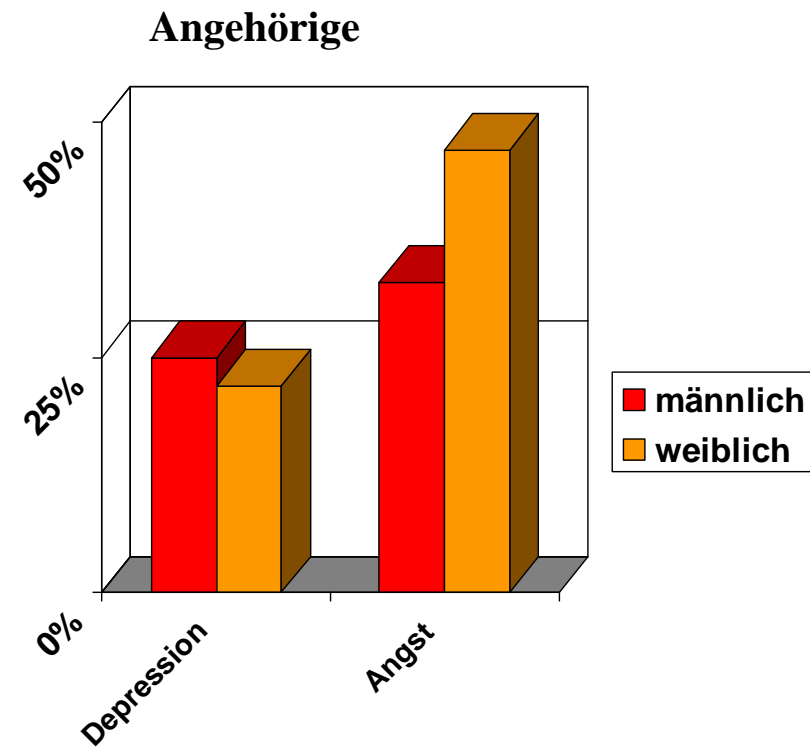
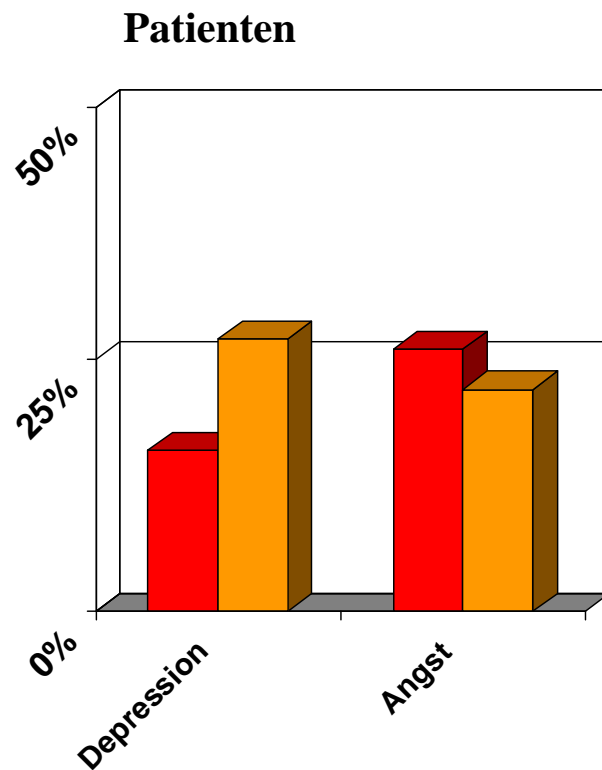
Beachtung psychischer/seelischer Aspekte

Haben Sie mit dem Arzt besprochen, was Sie für Ihr seelisches Wohlbefinden tun können? (N = 741)



Klinisch relevante Belastung von Angehörigen

A. Krähenbühl, D. Zwahlen, A. Knuth, U. Schnyder, J. Jenewein, Ch. Kuhn, S. Büchi (2007) Praxis 96: 973–979.

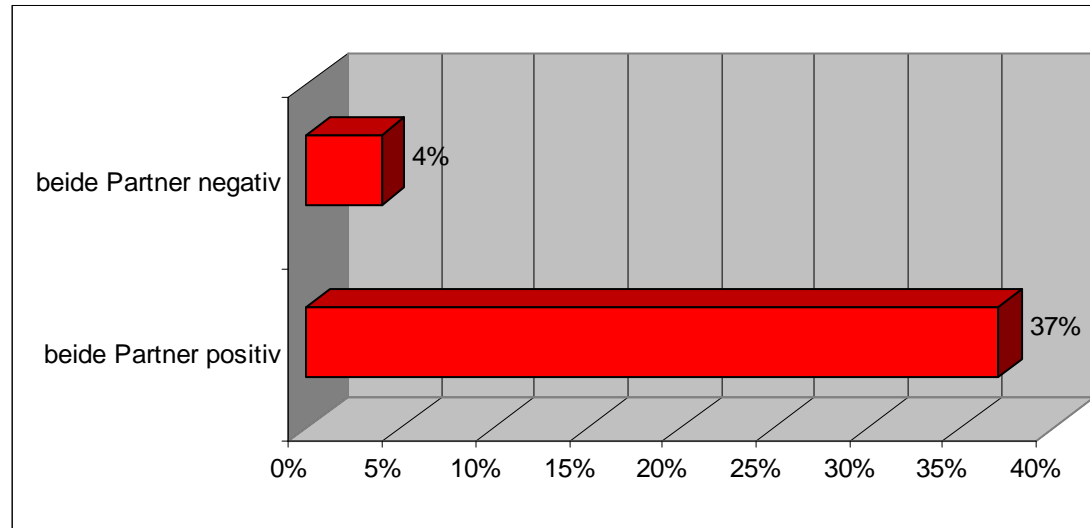


Paarbeziehungen bei Krebserkrankungen

Wieviele Prozent der Paare schätzen die Beziehung als schlechter ein?

Wieviele Prozent der Paare schätzen die Beziehung als verbessert ein?

Veränderung der Ehebeziehung bei einer Krebserkrankung (N = 224 Paare)



Warum Psychoonkologie?

- Ein unterstützendes, beratendes Gespräch in einer Krise kann **ENTLASTEN** und innere **STABILITÄT** wieder herstellen
- Besprechen von Möglichkeiten des Umgangs mit Ängsten oder mit Niedergeschlagenheit kann **ENTLASTUNG** bringen und den **ZUGANG** zu eigenen **STÄRKEN** wieder zu finden
- Unterstützung und Beratung Fragen wie sage ich den Kindern oder wie gehe ich mit chronischer Müdigkeit um, kann **SICHERHEIT** geben

Warum Psychoonkologie?

- Durch Gespräche mit einer professionellen und gleichzeitig menschlichen Fachperson kann man sich **GETRAGEN** fühlen
- Gespräche in der Familie können helfen, gemeinsame **WORTE** zu finden und einen **AUSTAUSCH** zu haben darüber, wo jeder steht

Empfehlung für PatientInnen und Angehörige

- Sprechen Sie über Ihr Befinden, Ihre Stimmung und Ihre Ängste.
- Wenn Art und Umfang Ihres Befindens, Ihrer gedrückten Stimmung und Angst Sie subjektiv stark und nachhaltig in Ihrer Lebensqualität bzw. Alltagbewältigung einschränkt, sollten Sie Hilfe in Anspruch nehmen.
- Fragen Sie nach psychoonkologischer Betreuung

Wie finde ich Hilfe?

The screenshot shows the website of the Swiss Cancer League (Krebsliga Schweiz). The header features the logo and the tagline "Gemeinsam gegen Krebs". The main content area is titled "Wegweiser" (Wayfinder) and describes an "Internet-Verzeichnis für psychosoziale Angebote" (Internet directory for psychosocial services). It explains that these services are non-medical and aimed at maintaining or improving the quality of life for cancer patients and their families. Below this, there are suggestions for search terms (A B C E F G H I K M N O P R S T U V) and a search bar with "Suchen" and "Erweiterte Suche" buttons. On the right side, there is a sidebar with links for "So suchen Sie ein Angebot", "Nutzungsbedingungen", "Anleitung für Anbieter", "Aufnahmekriterien", "Anbieter Anmeldung" (with a login form for username and password), "Neuer Anbieter", "Passwort vergessen?", and "Kontakt".

krebsliga
Gemeinsam gegen Krebs

Homepage
Krebsliga Schweiz
Suchbegriffe

Wegweiser

Wegweiser

Internet-Verzeichnis für psychosoziale Angebote

Psychosoziale Angebote sind nicht-medizinische Dienstleistungen, Kurse etc., die geeignet sind, die Lebensqualität von Krebsbetroffenen und ihren Nächsten zu erhalten oder zu fördern.

Vorschläge für Suchbegriffe:

A B C E F G H I K M N O P R S T U V

Suchbegriff [Erweiterte Suche](#)

So suchen Sie ein Angebot

Nutzungsbedingungen

Anleitung für Anbieter

Aufnahmekriterien

Anbieter Anmeldung

Benutzername

Passwort

[Neuer Anbieter](#)

[Passwort vergessen?](#)

Kontakt

Danke für Ihre Aufmerksamkeit

