



## Die Krebshilfe OÖ informiert – Mama/Papa hat Krebs

Krebs ist eine der häufigsten, schweren Erkrankungen weltweit. Aber Krebs ist kein Schicksal mehr – immer öfter werden Patienten geheilt oder leben mit einer „chronischen Erkrankung“ ein – fast – normales Leben. Immer noch wissen viele Menschen zu wenig über seine Entstehung, seine Risiken und die Möglichkeit, Krebs zu vermeiden.

Dies möchten wir gemeinsam mit dem Freien Radio Freistadt mit der monatlichen Reihe „Die Krebshilfe OÖ informiert“ ändern. Heute mit dem Thema Mama/Papa hat Krebs.

### 1. Österreichische Krebshilfe Oberösterreich

Die Krebshilfe gibt in Österreich seit 1910 – in Oberösterreich seit 1966 mit den drei Säulen Forschung, Beratung und Information.

Der Verein zur **Forschungsförderung** der Krebshilfe OÖ organisiert klinische Projekte. Ziel ist es, dabei mitzuwirken, dass es für PatientInnen neue und bessere Behandlungsmethoden gibt.

Die Krebshilfe OÖ als mildtätiger Verein hat **14 Beratungsstellen**, um Patienten und Angehörige in dieser Lebenssituation zu begleiten und Unterstützung für die Seele zu geben. Dabei helfen Psychologen, Psychotherapeuten bei allen Fragen und Ängsten rund um die Krebserkrankung – anonym und kostenlos. Denn zusätzlich zur medizinischen Behandlung ist auch die Mobilisierung der Selbstheilungskräfte sehr wichtig, um rascher gesund zu werden. Und gerade darauf sind die Beraterinnen und Berater der Krebshilfe OÖ spezialisiert.

Eine Beratungsstelle gibt es auch in Ihrer Nähe. Eine Beratungsstelle gibt es auch in Ihrer Nähe. Jeder kann sich mit Harald Schierer Gespräche und Beratungen ausmachen, die dann im Roten Kreuz stattfinden.

Alle Fragen können hier Thema sein – von der Diagnoseverarbeitung, über Alltagsfragen bis zur Trauerbegleitung für Angehörige.

Die Krebshilfe informiert auch über jene Schritte, die mithelfen, das Krebsrisiko zu senken - eine gesunde, abwechslungsreiche und hochwertige Ernährung, viel Bewegung im Alltag und natürlich regelmäßig Sport, Schutz vor der (Mittags-)Sonne sowie ein rauchfreies Leben – aktiv und passiv!

Dazu organisieren wir konkrete Projekte. So gehen unsere Sonnenfeen in Kindergärten, um den Kleinsten den richtigen Umgang mit der Sonne näher zu bringen. Schulen werden Vorträge und Seminare angeboten, um auf eine gesunde Lebensweise – vor allem ohne Zigarette - hinzuweisen. Bei den Vorsorge- & Tastseminaren lernen Frauen das richtige Abtasten der Brust und alle wichtigen Früherkennungsschritte. Zusätzlich zum gesunden Lebensstil informieren wir auch über alle Früherkennungsuntersuchungen – Darmspiegelung, Mammografie, Prostata-Tastuntersuchung, PSA-Test usw.

All dies kann auch in unseren kostenlosen Broschüren nachgelesen werden.

### 2. Krebserkrankung generell

Der menschliche Körper besteht aus 100.000.000.000.000 Zellen. Bei der einfachen Zellteilung, verdoppelt sich die DNS. Die Chromosomen werden kürzer und dicker, bis sie sich schließlich in der Mitte spalten und nun zweifach vorhanden sind. Es entsteht eine neue Zelle! Dieser Vorgang der Zellteilung geschieht beim Menschen 50.000.000 Mal pro Sek.! Dabei können sogenannte „Kopierfehler“ auftreten.

Diese „Kopierfehler“ werden durch Reparaturmechanismen „korrigiert“ oder – wenn dies nicht möglich ist, schaltet sich die Zelle ab. Die „innere Polizei“ versucht mit „Killerzellen“ diese Krebszellen zu erkennen und deren Tod herbeiführen.



Krebszellen teilen sich rascher weiter und sterben nach der Zellteilung nicht mehr ab. Das heißt, dass die Wachstumsgene der Zelle stark und die Bremsgene nicht mehr arbeiten. Umgelegt auf eine Autofahrt bedeutet es „Vollgas ohne Bremsen“. Dabei es entstehen Zellwucherungen im befallenen Organ und oftmals kommt es zur Metastasenbildung, also Absiedlungen in anderen Organen. Der Grund für den möglichen Tod ist multiples Organversagen und allgemeiner Kräfteverfall sowie Infektionen.

In Österreich erkranken über 39.000 Menschen jährlich an Krebs – meistens an Brustkrebs (5.500), Prostatakrebs (4.800), Darmkrebs (4.600) und Lungenkrebs (4.400). Leider sterben auch fast 20.000 Menschen daran, meistens an Lungenkrebs (3.620) Darmkrebs (2.180), Brustkrebs (1.500) und Prostatakrebs (1.150).

### **3. Mama/Papa hat Krebs – generelle Punkte**

Die Diagnose „Krebs“ stellt für die meisten Menschen und ihre Familien eine große Lebenskrise dar, besonders wenn Kinder und Jugendliche mitbetroffen sind. Fragen wie „Werde ich mein Kind aufwachsen sehen, wie sage ich es meinem Kind, wie nimmt es möglichst wenig Schaden?“ kommen automatisch. Kinder merken sehr bald, dass in ihrer Familie etwas Wichtiges nicht stimmt: Mama/Papa sind oft weg, im Spital, telefonieren viel öfter, weinen. Seine kleinen alltäglichen Probleme werden viel weniger beachtet und es weiß nicht warum. Das macht Angst!

Kinder wollen die Informationen von den Eltern als die wichtigsten Bezugspersonen. Dabei gibt es vier Punkte zu beachten:

**Wann soll ich mit dem Kind über meine Krankheit reden?** Lassen Sie sich Zeit, bis Sie die nötige Sicherheit für sich haben. Nehmen Sie eine vertraute Person dazu, die für Sie und Ihr Kind wichtig ist.

**Wie soll ich mit dem Kind reden?** Kinder brauchen Informationen in einer ganz einfachen Sprache. Beachten Sie die Besonderheiten der einzelnen Kinder und nehmen Sie Rücksicht auf die alltäglichen Unterschiede. Die Frage, wer das Kind in die Schule bringt, ist für Sechsjährige wichtiger als für Zwölfjährige.

**Wo gibt es gute Bedingungen für ein Gespräch?** Führen Sie Gespräche wenn möglich in der gewohnten, geschützten, ungestörten Atmosphäre; das kann in der Wohnung sein, aber z.B. auch bei einem Spaziergang. Danach braucht es Rückzugsmöglichkeiten, um die Information zu verarbeiten, „lustige“ Aktivitäten sind nicht sinnvoll.

**Was ist wichtig im Gespräch?** Sprechen Sie von sich aus Gefühle an und „erlauben“ Sie ihren Kindern Gefühle spürbar zu machen und zu zeigen. Trauer, Zorn, Angst, Wut und ihr Ausdruck sind in schwierigen Situationen angemessen. Informieren Sie auch, Kindergärtner, Lehrer, Hortbetreuer über Ihre Krankheit, damit diese ungewöhnliche Reaktionen Ihres Kindes verstehen können.

**Themen, an die man oft nicht denkt!** Kinder sind nicht schuld an der Krebserkrankung der Eltern, fühlen sich aber sehr oft schuldig. Stellen Sie das unbedingt klar! Und es darf auch mehrere Anläufe brauchen oder danebengehen. Jede/r kann es nur so gut machen, wie er kann – entscheidend ist, es zu versuchen.

### **4. Mama/Papa hat Krebs – der Verdacht auf Krebs**

Mit dem Verdacht auf Krebs stellt sich Ihr ganzes bisheriges Leben auf den Kopf und auch für Ihr Kind beginnt ein neuer und ungewohnter Lebensabschnitt. Stress und Unruhe prägen das Familienklima.



Schon ganz kleine Kinder spüren die Bedrohlichkeit der Situation, auch wenn sie diese Gefahr gedanklich nicht einordnen können. Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, sonst glaubt es, dass dieses ungewisse und bedrohliche „etwas“ mit ihm zu tun hat.

Führen Sie das Gespräch am besten dann, wenn sowohl Sie als auch Ihr Kind offen dafür sind. Aber zögern Sie es nicht hinaus, sonst erfährt es das Kind durch andere oder zufällig. Verwenden Sie einfache Worte ohne Fachausdrücke und geben Sie kurze Erklärungen. Bei mehreren Kindern, können einzelne Gespräche besser sein.

Ob sich ihr Kind durch das Gespräch verändert, kann nicht gesagt werden – alles ist möglich. Wichtig ist, dass Sie Ihr Verhalten Ihrem Kind gegenüber nicht verändern. Weder eine Überverwöhnung noch ein ausweichendes Verhalten Ihrem Kind gegenüber machen Sinn. Wichtig ist allerdings, dass sich Ihr Kind darauf verlassen kann, dass Sie es über alle wesentlichen Veränderungen und alle Angelegenheiten, die es persönlich betreffen, informieren.

### **5. Mama/Papa hat Krebs – die Diagnose**

Sprechen Sie sich mit Ihrem Partner ab, wann und wie Sie Ihr Kind informieren wollen. Haben Sie Kinder in unterschiedlichem Alter, ist es unter Umständen sinnvoll, mehrere Gespräche getrennt mit den einzelnen Kindern zu führen. Wenn Sie miteinander sprechen, sollte Ihr Kind die Möglichkeit haben, Fragen zu stellen; nehmen Sie Rücksicht auf das individuelle Tempo Ihres Kindes.

Kinder geben sich jedoch meist schon mit einer kurzen Erklärung zufrieden, die lauten kann: „Mama ist im Krankenhaus, weil sie Krebs in der Brust hat. Der muss herausgenommen werden.“ Signalisieren Sie Ihrem Kind, dass die Ärzte alles tun, um Ihnen zu helfen und führen Sie eventuell ein gemeinsames Gespräch mit dem behandelnden Arzt.

Wenn das Kind das Gespräch abbricht oder verweigert, ist das auch in Ordnung. Auch das Kind sollte die Möglichkeit haben, über den richtigen Zeitpunkt des Gespräches mit zu entscheiden. Es kann vielleicht die Angst im Moment übermächtig sein. Suchen Sie zu einem anderen Zeitpunkt erneut ein Gespräch.

Oftmals beschäftigen das Kind konkrete Fragen, wie „Bin ich schuld an der Erkrankung meiner Mutter/meines Vaters? Ist Krebs ansteckend?“

Vermitteln Sie Ihrem Kind unbedingt, dass es nicht schuld ist und dass es Sie natürlich gefahrlos weiterhin küssen und kuscheln darf.

Ihr Kind spürt sehr genau, dass etwas nicht stimmt. Ihre eigene Offenheit im Ausdruck von Gefühlen erleichtert es auch Ihrem Kind, Angst, Trauer oder Zorn zu zeigen. Es lernt dabei, dass traurige Situationen eben traurige Gefühle machen; das ist ein normaler, gesunder Lernprozess. Vergessen Sie nicht auf Körperkontakt. Nehmen Sie Ihr Kind in den Arm und kuscheln, kuscheln, kuscheln. Für ein Kind ist es von existenzieller Bedeutung zu wissen, dass es von Vater und Mutter geliebt wird.

Kinder reagieren oft unterschiedlich auf die Nachricht. Sie können in einem Moment sehr traurig sein, sich große Sorgen machen und im nächsten Moment ganz fröhlich in ein Spiel vertieft sein. Und erlauben Sie ihm, dass es fröhlich sein darf. Sollte es sich zu sehr zurückziehen, dann sprechen Sie es direkt an. Besonders wichtig für Kinder ist der Alltag, denn er gibt Kindern viel Sicherheit. Vielleicht können Sie gemeinsam mit Ihrem Kind klären, welche Termine in nächster Zeit anstehen und wie dies geregelt werden könnte (Bsp.: „Zur Klavierstunde bringt dich nun immer Tante Klara“, ...).

Einige Kinder suchen Erholung außerhalb der eigenen Familie. Sie wollen nun vermehrt zu Freunden, Verwandten oder Nachbarn gehen. Das ist verständlich, denn Ihr Kind braucht zwischendurch die unbeschwerte Umgebung, in der alles „ganz normal“ abläuft.



Es kann sich aber der Kontakt mit Gleichaltrigen verändern. Die Erkrankung Krebs ist für Kinder meist schambesetzt, sie haben Angst, nun anders zu sein als die anderen. Informieren Sie Kindergärtnerinnen, Lehrerinnen und Eltern der engsten, damit diese ein verändertes Verhalten der Kinder einordnen und für sie da sein können.

## **6. Mama/Papa hat Krebs – die Behandlung**

Kinder, deren Wünsche, Bedürfnisse und Dringlichkeiten bisher an wichtigster Stelle in der Familie gestanden sind, erleben nun häufig, dass Eltern mit ihrer Aufmerksamkeit nicht bei ihnen sind, auch wenn sie sich bemühen. Auch die Bezugspersonen des Kindes ändern sich: Oma holt es vom Kindergarten ab, niemand geht zum Elternabend, Freunde dürfen nicht kommen, weil „die Mama Ruhe braucht“. Dadurch verändert sich die Routine im Alltag – Orientierung für das Kind geht verloren, neue Strukturen sind nötig, damit die Familie den Alltag bewältigen kann.

Wichtig ist jedoch, aufmerksam dafür zu sein, was das Kind braucht. Ratsam ist, Zeitfenster für gemeinsame Aktivitäten zu definieren („Wenn die Mama von der Chemotherapie heimkommt, dann ist sie in den nächsten drei Tagen sehr müde und will viel schlafen; da bist du bis vier Uhr im Kindergarten, der Papa holt dich ab und geht mit dir einkaufen und die Mama kuschelt am Abend noch ganz fein mit dir, bevor du schlafen gehst“. Kinder müssen sich auskennen, wie der „Plan für den Tag“ ist, damit sie sich sicher fühlen können und sagen Sie Ihrem Kind immer wieder, dass Sie es – trotz aller Veränderung – ganz lieb haben.

Es ist auch sinnvoll, Dinge für das Kind zu planen, um ihm in dieser schwierigen Zeit auch ein Stück Lebensfreude zu schenken (z.B. einen Urlaub mit den Großeltern oder einen Ausflug mit Freunden).

Kinder thematisieren oft die Erkrankung ihrer Eltern im Kindergarten oder in der Schule. Die Lehrerin kann sich informieren und vielleicht auch in der Klasse zum Thema machen.

Grundsätzlich gilt: Das Kind darf mitkommen, muss aber nicht. Manchmal ist es anfangs leichter, Kontakt übers Telefon zu halten, zu erzählen, wie es einem geht und das Kind so einzubinden. Ihr Kind sollte aber auf den Spitalsbesuch gut vorbereitet werden. Das heißt, möglichst genau zu beschreiben, was das Kind sehen wird. Es empfiehlt sich auch eine Begleitperson mitzunehmen, die sich um das Kind kümmert, wenn es einfach vom Krankenbett weg will.

Erklären Sie dem Kind Ihre Therapien und Nebenwirkungen kindgerecht, in kleinen Häppchen. Beschreiben Sie auch, was passieren kann (z.B. Übelkeit, Haarausfall, starke Müdigkeit, verändertes Essverhalten). Kinder dürfen aber keinesfalls in Entscheidungsprozesse über Therapien und Behandlungsabläufe miteinbezogen werden. Besonders bei allein erziehenden Eltern oder bei Paaren in einer schwierigen Partnerschaft darf das Kind nicht der einzige Tröster oder Ansprechpartner für die Erkrankung sein; es würde dadurch in eine Erwachsenenrolle gedrängt werden, der es weder organisatorisch noch emotional gewachsen ist.

Auch wenn Sie im Spital sind und sich dadurch die Familienroutine ändert, sollte Ihr Kind weiterhin seine eigene Welt, seine Probleme, Wünsche, Träume und Freunde haben; sein Leben sollte so normal weitergehen können wie es unter diesen Umständen möglich ist.

## **7. Mama/Papa hat Krebs – die Behandlung**

Während der Therapie leben Sie – so gut es geht - mit Ihrer Erkrankung. Dabei erscheint es manchmal so, als wäre Ihre Erkrankung für Ihr Kind mittlerweile „ganz normal“. Ihr Kind weiß, dass Sie jetzt öfters für gewisse Zeit ins Spital müssen. Freunde oder Verwandten kümmern sich um Ihr Kind. Der vermeintliche Gewöhnungseffekt hat eine wichtige Schutzfunktion und ermöglicht es Ihrem Kind, seinen Alltag



weiterzuleben. Tatsächlich hat Ihr Kind aufgrund Ihrer Erkrankung jedoch höchstwahrscheinlich weniger emotionale Ressourcen als sonst. Es ist durchaus möglich, dass Ihr Kind seinen Kummer über Ihre Erkrankung nicht direkt zeigt, sondern bei Nebensächlichkeiten scheinbar überreagiert.

Wichtig ist, den Zeithorizont Ihrer Erkrankung in kindgerechten Abschnitten verständlich zu machen. Sie geben Ihrem Kind eine anschauliche Perspektive, wenn Sie beispielsweise erklären, dass Ihre Behandlung zu Ostern, zu Weihnachten, zu Schulbeginn oder zu einem anderen Zeitpunkt abgeschlossen sein wird, der für Ihr Kind von Bedeutung ist.

Wenn Sie es selbst noch nicht wissen, teilen Sie das auch Ihrem Kind so mit. Sie werden sehen, Ihr Kind erlebt Ihre Aufrichtigkeit und Wertschätzung wohlthuend.

Sollte sich im Lauf Ihrer Behandlung ein längerer oder anderer Therapieverlauf abzeichnen, bringen Sie das offen und ehrlich zur Sprache. Ihr Kind kann mit ehrlicher Information sicher am besten umgehen und freut sich über das Vertrauen, mit dem Sie ihm begegnen.

Es ist in den wenigsten Familien möglich, dass sich der gesunde Elternteil karenzieren lässt. In vielen Fällen unterstützt Sie dann ein ganzes Netzwerk an unterschiedlichen Bezugspersonen (Nachbarn, Schulkollegen, Freundeskreis, Verwandte, etc.). Natürlich wird es für viele Kinder zunächst irritierend sein, oft auswärts zu essen, Aufgabe zu machen etc. Wenn es möglich ist, hilft hier eine gewisse Regelmäßigkeit, an der sich Ihr Kind orientieren kann: jeden Montag zu Schulfreundin „X“ Aufgabe machen, jeden Dienstag kümmert sich Oma um Ihr Kind etc. Oft ist die Normalität der anderen Familien, in denen Ihr Kind nun teilweise mitlebt, auf längere Sicht aber auch ein Stück willkommene Abwechslung und Erleichterung.

Vor allem kleinere Kinder vergessen sehr schnell. Sollte sich Ihr Kind nicht mehr daran erinnern können, wie es war, als Sie gesund waren, könnten Sie sich zum Beispiel gemeinsam Fotos aus einer Zeit vor Ausbruch Ihrer Erkrankung ansehen. Oder sie erzählen Ihrem Kind von Unternehmungen, die Sie früher miteinander gemacht haben (ein Schiauslug, ein Urlaub, etc.). Das können sehr schöne und auch innige Stunden sein, wo jeder vielleicht ein bisschen etwas aus der eigenen Erinnerung beitragen kann.

Und jetzt zum Thema Fröhlichkeit. Natürlich kann – und soll – Ihr Kind auch schöne und fröhliche Stunden haben, trotz Ihrer Erkrankung. Für eine gewisse Zeit alle Sorgen und Lasten zu vergessen tut Ihrem Kind – und vielleicht auch Ihnen selber - sicher gut. Wichtig ist, dass die Fröhlichkeit authentisch ist. Wahrscheinlich werden sich bei Ihrem Kind Phasen, in denen es lustig und unbekümmert ist, mit solchen Phasen abwechseln, in denen es ernster und trauriger oder auch aggressiver ist. Je nach Typ und Temperament.

Es kann auch vorkommen, dass Ihr Kind jetzt überall lieber ist, als zu Hause. Lassen Sie Ihrem Kind die Möglichkeit, sich aus seinem Umfeld Kraft und Energie oder einfach nur Entspannung zu holen. Ihr Kind liebt sie deswegen nicht weniger und sorgt sich deshalb auch nicht weniger um Sie.

## **8. Mama/Papa hat Krebs – nach der Behandlung**

Eine lange und anstrengende Zeit liegt hinter Ihnen. Sie sind dabei, sich von einer schweren Krankheit zu erholen und sich auf Ihren ganz normalen Alltag einzustellen. Gerade das belastet Sie aber oft physisch und psychisch viel heftiger, als Sie erwartet hätten.

Wenn bei Ihnen noch nicht alles „wie früher“ ist und ihr Kind das nicht verstehen will, sehen Sie diese Ratlosigkeit oder auch diesen Ärger möglichst als normale Reaktion und nicht als persönliche Kritik ab. Es ist verständlich, dass Ihr Kind sich jetzt wünscht, dass alles endlich wieder so wie früher ist, aber so ist es eben in den meisten Fällen nicht. Dazu kommt, dass sich ihr Kind wieder an Ihre Anwesenheit gewöhnen muss.



Nach der anstrengenden Zeit der medizinischen Behandlung und Therapie sind Sie wahrscheinlich müde und ausgelaugt. Jetzt beginnt für Sie die Zeit der Rekonvaleszenz und die sollten Sie sich auch gönnen. Lassen Sie sich dabei nicht vom Verhalten Ihrer Umwelt, den Erwartungen Ihrer Familie oder dem Rückzug der „Helfer“ überrollen, sondern beginnen Sie in aller Ruhe, Ihren Alltag neu aufzubauen und zu organisieren.

Im Umfeld Ihres Kindes werden Sie möglicherweise nicht auf allzu viel Verständnis dafür stoßen, dass Sie auch jetzt nicht voll einsatzfähig sind. Daher ist besonders wichtig, dass Sie nicht nur in Ihrem engeren Umfeld, sondern auch im weiteren Umkreis – der auch Kindergarten, Schule etc. einschließt – klar zum Ausdruck bringen, dass der Druck, sofort wieder „normal funktionieren“ zu müssen, für Sie und damit auch für Ihr Kind kontraproduktiv wäre.

Vielleicht ist es möglich, dass das bisherige Netzwerk an Helfern, auch jetzt noch für Ihre Familie – für Ihre Kinder – da ist. Doch nicht jedem ist es möglich, auf privater Basis ein ausreichendes Netzwerk von Helfern zu organisieren. Greifen Sie dann ruhig auf professionelle Unterstützung zurück und holen Sie sich Hilfe!

Viele Menschen meinen es gut mit Ihnen und Ihren Kindern und möchten Ihnen helfen. Sagen Sie daher konkret, welche Art der Hilfe für Sie wichtig und interessant ist. Oft liegt es nur an einem Mangel an Kommunikation, dass Sie nicht das bekommen, was Sie brauchen. Nur wenn Sie auf Ihre eigenen Bedürfnisse achten, können Sie auch auf die Ihrer Kinder Rücksicht nehmen.

### **9. Mama/Papa hat Krebs – alles wie früher?**

Jetzt endlich haben Sie die lang ersehnte Ruhe und Entspannung doch noch erreicht. Viele Dinge des Lebens laufen wieder in altgewohnten Bahnen, manche auch in ganz neuen und trotzdem ist wieder eine Art Alltag eingeleitet.

Besonders in Zeiten eigener Verunsicherung reagiert auch mein Kind unsicher. Denn - Kinder brauchen Klarheit. Sie vermitteln Ihrem Kind allerdings Sicherheit, indem Sie ihm zu erkennen geben, dass Ihnen Ihre eigene Verunsicherung bewusst ist und Sie daran arbeiten, sich wieder sicherer zu fühlen. Leider gibt es keine allgemein gültigen Merkmale, ob sich ihr Kind in einer krisenhaften Situation befindet. Sie selbst kennen Ihr Kind am längsten und wissen daher am besten, ob es in Zeiten der Verunsicherung eher mit Rückzug, also unauffälligem Verhalten, reagiert oder mit dem Versuch, mehr Aufmerksamkeit zu bekommen.

Kinder bis zu einem Alter von circa 8 Jahren erleben sich immer als Mittelpunkt der Welt. Was immer um sie herum passiert, wird von ihnen so interpretiert, als hätten sie das Geschehen verursacht. Entlasten Sie Ihr Kind, indem Sie klar die Verantwortung für alle Veränderungen in der familiären Struktur und Atmosphäre auf sich nehmen und sich selbst für die Beseitigung etwaiger Unklarheiten zuständig erklären. Sie können Ihrem Kind gar nicht oft genug sagen, dass es an Ihrer aktuellen Verunsicherung keine Schuld trägt.

Grundsätzlich gilt, dass Ihr Kind in erster Linie sein eigenes Leben bewältigen soll und nicht das seiner Eltern, also Ihres. Wenn Ihr Kind Ihnen gerne und freiwillig Zuwendung gibt und mit Ihnen über die neue Lebenssituation sprechen will, mit Ihnen kuscheln, alte Fotos anschauen oder was auch immer will, ist das sicher in Ordnung und tut allen Beteiligten gut. Kinder dürfen aber keinesfalls systemerhaltende Funktion haben. Ihr Kind darf sich beispielsweise nicht dafür zuständig fühlen müssen, dass ausreichend Essen im Kühlschrank ist.

Nach Behandlungsende brechen gelegentlich schwere Krisen aus. Oft handelt es sich dabei um Probleme, die die familiären Strukturen im weiteren Sinn betreffen. Vergessen Sie dabei aber bitte nie auf die Entlastung Ihres Kindes. Gerade jetzt kann es für Sie sehr hilfreich sein, sich von Psychologen oder Psychotherapeuten bei der Problemlösung professionell unterstützen zu lassen.



## Zusammenfassung

Sie hörten „Die Krebshilfe OÖ informiert“, zu Thema Sexualität und Krebs. Die ganze Sendung können Sie auf der Homepage [www.frf.at](http://www.frf.at) im Archiv nachhören.

Eine Krebserkrankung trifft die ganze Familie. Wenn die Kinder noch klein sind, ist es für diese oft schwierig, mit dieser veränderten Situation zugehen: sie stehen nicht mehr im Mittelpunkt, die Freude und die Lustigkeit sind weg, mein Lebensalltag verändert sich usw.

Wichtig ist es, von Anfang mit den Kindern zu reden, ihnen die Wahrheit sagen und Angst und Schuldgefühle zu nehmen. Ein geregelter Tagesablauf hilft im Alltag die Normalität zu stärken.

Die Krebshilfe bedankt sich für die tolle Kooperation mit dem Freien Radio Freistadt – ein herzliches Dankschön, dass diesem wichtigen Thema Raum gegeben wird.

Sollten Sie noch Fragen haben oder genauere Informationen wollen, steht die Krebshilfe OÖ gerne zur Verfügung – Tel. 0732 777756 bzw. [office@krebshilfe-ooe.at](mailto:office@krebshilfe-ooe.at).

Dabei dürfen wir Sie noch auf unsere Seminarangebote hinweisen. Wir versuchen – zusätzlich zur Beratung – mit Entspannung, Musizieren, Malen sowie vielen Informationsveranstaltungen allen Patienten und Angehörigen zu helfen.

Die Beratungsstelle in Freistadt, Herrn Harald Schierer erreichen Sie unter 0664 / 452 76 34. Bitte reden Sie auf das Band Herr Schierer ruft verlässlich zurück.

Österr. Krebshilfe OÖ  
November 2016