



Die Krebshilfe OÖ informiert – Beratung & Begleitung bei Krebs

In der monatlichen Sendung „Die Krebshilfe OÖ informiert“ geht es heute um die Beratung und Begleitung bei Krebs. Dazu werden Experten Frau Gisela Moser MSc, Beratungsstellensprecherin der Krebshilfe OÖ und Harald Schierer, der die Beratungsstelle in Freistadt betreut, Fragen zu diesem Thema beantworten. Die ganze Sendung können Sie auf der Homepage www.frf.at im Archiv nachhören.

1. Wer kommt in die Beratungsstellen und was kann erwartet werden?

In die Beratungsstelle kommen sowohl Erkrankte als auch Angehörige. Die Menschen kommen manchmal gleich nach Diagnosestellung genauso kann es sein, dass jemand zu Behandlungsbeginn, am Ende der Behandlung beim Wiedereinstieg ins Berufsleben oder im traurigen Fall auch anlässlich des Versterbens eines nahen Angehörigen.

2. Ist die Beratung nur für Patientinnen und kommen diese immer alleine?

Die Beratung können sowohl Erkrankte als auch Angehörige in Anspruch nehmen, ob jemand alleine kommt oder seinen Partner mitnimmt, entscheiden die Menschen selbst.

3. Ein Ziel der Krebshilfe-Beratung ist es, Angst durch Wissen zu ersetzen – wie funktioniert das?

Wir machen immer darauf aufmerksam, dass eine Krebserkrankung leider in jedem menschlichen Leben vorkommen kann, dass viele Menschen eine Krebserkrankung bereits gut bewältigt haben und dass es wichtig ist, sich mit der jeweiligen Diagnose und den Behandlungsmöglichkeiten auseinander zu setzen, denn Wissen ermöglicht auch Handlungsoptionen.

4. Was versteht man eigentlich unter Psychoonkologie und wann ist diese sinnvoll?

Mit Psychoonkologie bezeichnet man die psychologische oder psychotherapeutische Begleitung/Beratung von Erkrankten und Angehörigen. Sie zielt darauf ab, dass die Menschen ihre eigenen Kräfte gut einsetzen und trotz aller Herausforderung mit Zuversicht an die konkreten Aufgaben heran gehen. Der Fokus liegt auf der Bewältigung der gegenwärtigen Herausforderungen und gräbt nicht in der Vergangenheit.

5. Sind die Themen der Patienten und Angehörigen gleich?

Die Fragen von Patienten und Angehörigen sind oftmals sehr unterschiedlich. Patienten beschäftigen sich mit Fragen rund um die Behandlung, Angehörige machen sich sehr oft Sorgen darüber, wie sie die Erkrankten hilfreich unterstützen können.

6. Wenn man den Bogen der Erkrankung spannt – zu Beginn steht ja die Diagnoseverarbeitung. Was steht da im Vordergrund?

Zum Zeitpunkt der Diagnoseverarbeitung steht meist der Schock schwer erkrankt zu sein im Vordergrund. Hier ist es wichtig, die Menschen dabei zu unterstützen, dass sie trotz der schweren Erkrankung die Zuversicht bekommen und ihre Herausforderung als bewältigbar betrachten.

7. Der zweite entscheidende Schritt ist dann die Behandlung – und hier ist ja weniger die Operation das Problem, sondern die nachfolgenden Behandlungen wie Chemo- oder Strahlentherapie. Was beschäftigt hier die Patientinnen?

Erkrankungen, die ausschließlich mit einer Operation behandelt werden können, werden in der Regel als leichter bewältigbar betrachtet, hingegen löst eine Chemotherapie oder Bestrahlung oftmals Ängste aus. Hier geht es darum, darauf hinzuweisen, dass chemotherapeutische Behandlungen inzwischen weniger



Nebenwirkungen haben als noch vor 10 Jahren, dass selbst unangenehme Nebenwirkungen trotzdem nur vorübergehende Belastungen sind und im Lauf der Zeit wieder Normalität eintritt.

8. Was brauchen Angehörige um diese schwierige Phase in ihren Alltag zu integrieren?

Angehörige brauchen vor allem Erlaubnis dafür, dass Sie den Erkrankten nichts abnehmen können und dass Sie für sich selbst genug Zeit einplanen dürfen, um genügend Kraft zu tanken. Denn - die Begleitung eines Erkrankten kann bei einer intensiven Behandlung einen langen Zeitraum beanspruchen.

9. Was brauchen Patienten um diese schwierige Phase in ihren Alltag zu integrieren?

Erkrankte brauchen vor allem Ermutigung um in der Gegenwart für Lebensqualität sorgen zu können. Ebenso ist es wichtig, dass Erkrankte sich selbst erlauben, auch Unterstützung erbitten zu dürfen.

10. Die nächste Phase ist dann die „Wiedereingliederung“ also die „Normalität“ nach der Erkrankung. Kann es auch hier Fragen und Themen zur Begleitung geben oder ist eh alles dann „paletti“?

Beim Wiedereinstieg in die Normalität oder in das Berufsleben ist es wichtig, darauf hinzuweisen, dass nach Abschluss einer Behandlung eine große Ermüdung einsetzen kann und dass man dieser auch Zeit und Raum geben soll, anstatt etwas zu erzwingen.

11. Nicht immer gibt es ein positives Ende, was macht die Krebshilfe im Falle eines Verlustes eines lieben Menschen für die Hinterbliebenen?

Eine Krebserkrankung kann leider auch zum Tod führen. Das Angebot der Krebshilfe richtet sich auch an Menschen, die mit dem Versterben eines nahen Angehörigen zurecht kommen müssen.

12. Gibt es zu dem Beratungsangebot noch weitere Projekte für die Zukunft?

Das Angebot der Krebshilfe umfasst zusätzlich zur Beratung und Begleitung auch regelmäßige Informationsveranstaltungen z.B. für Angehörige oder zu bestimmten Themenkreisen. Darüber hinaus gibt es im Vorsorgebereich Angebote zur Brustkrebs-Vorsorge, zum rauchfrei Leben, zur Bedeutung von Bewegung im Rahmen zur Gesundheitsvorsorge – aber auch für Erkrankte und Sonnenfeen erarbeiten mit Kindern in Kindergärten den richtigen Umgang mit der Sonne.

13. Wo finde ich – zusätzlich zu Freistadt noch Beratungsstellen der Krebshilfe OÖ?

Beratungsstellen gibt es in fast allen Bezirken in Oberösterreich, die jeweiligen Telefonnummern finden Sie auf Foldern im Krankenhaus oder im Internet unter www.krebshilfe-ooe.at.

14. Wie bekommt man in der Beratungsstelle Freistadt einen Termin?

Die Beratungsstelle in Freistadt wird von Herrn Harald Schierer betreut. Die Kontakt-Telefonnummer ist **0664/452 76 34**. Man braucht einfach anzurufen bzw. auf das Band zu sprechen (Hr. Schierer ruft sicher zurück). Der vereinbarte persönliche Termin findet im Roten Kreuz in der Zemanstraße statt.

Sollten Sie noch Fragen haben oder genauere Informationen wollen, steht die Krebshilfe OÖ gerne zur Verfügung – Tel. 0732 777756 bzw. office@krebshilfe-ooe.at oder www.krebshilfe-ooe.at. Es gibt auch eine kostenlose Broschüre „Diagnose Krebs“ sowie Ratgeber zu vielen anderen Themen.

Das war Peter Flink mit der Serie „Die Krebshilfe informiert“ – eine Kooperation mit dem Freien Radio Freistadt – ein herzliches Dankschön, dass es diesem wichtigen Thema Raum gibt.