GEMEINSAM MEHR CHANCEN Tumorzentrum

BEI TUMORERKRANKUNGEN LEIDET AUCH DIE PSYCHE

Wenn die Diagnose Krebs auf die Psyche schlägt, hilft die Psychoonkologie am Tumorzentrum des Universitätsspitals Basel. Eine Psychologin und ein Psychologe geben Auskunft.

Eine Tumorerkrankung stellt für Betroffene und ihre Angehörigen eine starke psychische Belastung dar. Schätzungsweise 20% der Tumorerkrankten nehmen das psychoonkologische Angebot in Anspruch. Wie finden die Patientinnen und Patienten den Weg zu Ihnen?

Dr. phil. Marcel Delahaye, Psychoonkologe in den Kliniken für Urologie und HNO: Natürlich ist die Diagnose eines Tumors für alle ein Schock. Deshalb bieten wir im Tumorzentrum bereits direkt nach der Diagnose psychoonkologische Unterstützung an. Dieses Angebot machen wir unseren Krebspatient*innen sogar mehrfach während des Verlaufs der Krankheit und auch noch bei Nachkontrollen – entweder im persönlichen Gespräch oder über einen standardisierten Fragebogen, so dass sie immer wieder niederschwellig das Angebot aufgreifen können, wenn sie es doch noch wünschen.

> *«Tumorerkrankungen verändern auch das Leben der Angehörigen.»*
>
> Sabrina Elia

Besteht eine Schwellenangst? Man will doch kein «Psycho-Fall» sein.

Delahaye: Betroffene sind ja auch keine «Psychofälle». Wir gehen mit der Haltung auf sie zu, dass Belastung in einer derartigen Situation normal ist und sprechen die Sorge vor Stigmatisierung direkt an, wenn diese im Raum ist. Damit kommen wir mit den meisten Menschen gut in Kontakt.

MSc Sabrina Elia, Psychoonkologin in den Kliniken für Neurochirurgie und Dermatologie: Nicht alle Patient*innen nehmen unser Gesprächsangebot an. Wir versuchen im Gespräch mit dem Behandlungsteam zu eruieren, ob es eventuell Vorurteile gibt, die wir auflösen können. Manchmal ist es einfach nicht der passende Zeitpunkt. Für uns steht im Vordergrund, dass Patient*innen wissen, dass es die psychoonkologische Unterstützung gibt und sie auch später in Anspruch genommen werden kann.

Sabrina Elia arbeitet als Psychologin in den Kliniken für Neurochirurgie und Dermatologie.

Fotos: Mimmo Muscio

> *«Man kann Ängsten und Ohnmachtsgefühlen Raum geben.»*
>
> Marcel Delahaye

Der Psychologe Marcel Delahaye betreut Patient*innen der Kliniken für Urologie und HNO und ihre Angehörigen.

Wie läuft eine Therapie ab?

Elia: Da gibt es kein Patentrezept. Unsere Gespräche gehen vom einmaligen Kontakt bis zu längeren psychotherapeutischen Begleitungen. Inhalte sind dabei u.a. Themen wie der Umgang mit Ängsten vor dem weiteren Verlauf, die Auswirkungen der Krankheit im täglichen Leben, während, aber auch nach dem Abschluss einer Behandlung, und die Aktivierung bereits vorhandener Ressourcen. Häufig stehen auch konkrete Beratungsfragen im Vordergrund, etwa «wie spreche ich über meine Krankheit im familiären und sozialen Umfeld?» oder «was bewährt sich in der Kommunikation mit dem Arbeitgeber?»

Delahaye: Bei uns kann man Ängsten oder Ohnmachtsgefühlen Raum geben, in Worte fassen, was einen am meisten belastet. Daraus können wir vielleicht konkrete Vorschläge erarbeiten. Es wird u.a. geschaut, was den Betroffenen in anderen Krisensituationen geholfen hat und welche Personen sie einbezogen haben.

Der Einbezug von Angehörigen ist wichtig. Ab wann bieten Sie das an?

Elia: Möglich ist es von Anfang an, manchmal entsteht das Bedürfnis aber erst im Laufe der Krankheit oder wird auch gar nicht gewünscht. Tumorerkrankungen verändern auch das Leben der Angehörigen, was zu einer starken Belastung führen kann. Neue Herausforderungen gemeinsam oder in Einzelkontakten (nur mit Angehörigen) zu besprechen, kann da sehr hilfreich sein.

Delahaye: Manchmal müssen wir den Angehörigen Mut machen, sich abzugrenzen und nicht dauernd am Krankenbett zu sitzen. Angehörige müssen sich bewusst sein: Onkologische Behandlungen sind oft ein langer und beschwerlicher Marathon.

Was ist die Stärke des psychoonkologischen Angebots am Universitätsspital Basel?

Delahaye: Unser psychoonkologisches Angebot ist sehr eng mit dem medizinischen verflochten, d.h. wir sind dann rasch und unkompliziert in den jeweiligen Abteilungen verfügbar, wenn sich bei Betroffenen die psychologische Dimension der Erkrankung in den Vordergrund drängt. Wir gehen bei Betroffenen vorbei, wenn sie stationär im Spital liegen oder bieten ambulante Termine an.

Elia: Wir richten uns nach den Bedürfnissen der Betroffenen, begleiten pragmatisch und bringen gleichzeitig eine spezifische Expertise mit. Die einzelnen Psycholog*innen in unserem Team sind alles psychologische Psychotherapeutinnen und durch die Zuständigkeit für bestimmte Abteilungen spezialisiert auf bestimmte Erkrankungen, sie haben damit ein noch fundierteres Wissen darüber.

Psychoonkologie am Tumorzentrum

Wie erkläre ich meinem Umfeld, dass ich einen Tumor habe? Wie gehe ich damit um, dass mir jede und jeder sagt: «Das kommt schon gut: Ich kenne auch jemanden, der das hat.» Bei solchen und ähnlichen Fragestellungen hilft die Psychoonkologie am Tumorzentrum des Universitätsspitals Basel. Je nach Bedürfnis reicht die psychoonkologische Betreuung von einer kurzfristigen Beratung mit wenigen Gesprächen bis zu längerfristigen Psychotherapien. Ein wichtiger Schwerpunkt der Psychoonkologie ist die Schulung der psychosozialen Kompetenz der onkologisch tätigen Ärztinnen und Ärzte und Pflegenden durch Kommunikationstrainings.

Universitätsspital Basel

Tumorzentrum Universitätsspital Basel
Petersgraben 4, 4031 Basel
unispital-basel.ch/tumorzentrum