

Psychische Bewältigung von Krebs

Diagnose: Krebs! Wie damit umgehen?

Die Diagnose „Krebs“ und die nachfolgende Therapie sind für jeden Patienten eine erhebliche psychische Belastung, unabhängig von den Fortschritten in der Krebsdiagnostik und -behandlung. Etwa ein Drittel aller Krebs-Patienten entwickeln behandlungsbedürftige psychische Störungen. Die psychosoziale Unterstützung von Krebs-Patienten ist daher von besonderer Bedeutung. Die behandelnden Ärzte und Therapeuten sollten die Suche der Betroffenen nach psychischen Bewältigungsstrategien fördern und unterstützen.

Das Trauma Krebs

Die Diagnose ‚Krebs‘ führt zu einem Gefühl existenzieller Bedrohung und kann ein schweres psychisches Trauma auslösen. Bereits 1930 legten Wissenschaftler dar, dass im Rahmen eines Traumas das Ich in eine Situation völliger Hilflosigkeit gerät, in der die bisherigen Abwehr- und Kompensationsformen nicht mehr funktionieren.

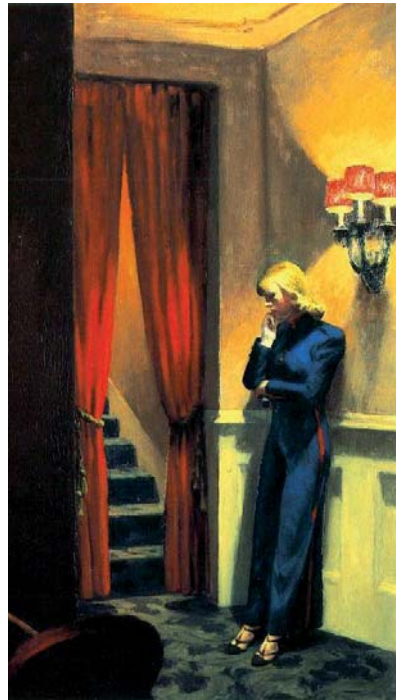
Lange Zeit wurde die Hypothese einer „krankheitsspezifischen Krebspersönlichkeit“ diskutiert. Dies gilt heute als klar widerlegt. Indirekt sind aber psychische Faktoren bei der Krebsentstehung beteiligt (zum Beispiel Risikoverhalten, psychoimmunologische Faktoren). Eine einseitige seelische Ursachenzuschreibung kann allerdings die Krankheitsbewältigung erschweren.



Edvard Munch: Der Schrei

Die Balance finden

Die psychische Anpassung bei einer Krebserkrankung erfordert eine Balance zwischen der Anerkennung der Erkrankung und ihrer „ausreichenden“ Verleugnung. So kann der Patient psychisch stabil und handlungsfähig bleiben.



Edward Hopper: New York Movie (Ausschnitt)

Die individuellen Möglichkeiten psychischer Anpassungen sind beeinflusst durch:

- medizinische Faktoren (Tumorstadium, Symptome, Schmerz, Verlauf der Erkrankung)
- patientenspezifische Faktoren (Persönlichkeit, Krankheitsverarbeitung, Ereignisse in der Lebensgeschichte, familiäre und soziale Unterstützung)
- soziokulturelle Faktoren (Einstellungen der Umwelt, Überzeugungen)

Ein Drittel der Krebs-Patienten entwickeln eine behandlungsbedürftige psychische Störung. Hierbei handelt es sich um:

- Anpassungsstörungen
- Posttraumatische Belastungsstörungen
- Depressionen
- Angststörungen

Ziele psychosozialer Behandlung sind daher:

- Verminderung von Verzweiflung und Depression, Verminderung behandlungsbezogener Angst
- Verbesserung der Zusammenarbeit zwischen Arzt und Patient bei der medizinischen Behandlung
- Verbesserung der Lebensqualität
- Aufbau von Bewältigungsstrategien

Die notwendigen psychosozialen Behandlungen werden zumeist durch den behandelnden Arzt im Rahmen der psychosomatischen Grundversorgung durchgeführt. Bei schweren psychischen Störungen ist eine psychotherapeutische Behandlung notwendig, in manchen Fällen auch eine medikamentöse Mitbehandlung.



Vertrauensvolle Gespräche mit der Ärztin sind wichtig für den Patienten.

Autoren:

¹Dr. med. Ute Kanwischer, ¹Dr. med. Dipl.-Psych. Ulrich Buss, ²Prof. Dr. med. Claudia Binder
¹Abteilung Psychosomatik und Psychotherapie,
²Abteilung Hämatologie und Onkologie
Bereich Humanmedizin der Georg-August-Universität
Göttingen