

# Nicht nur ich bin krank - meine Familie leidet mit!

## Angehörigenbetreuung bei Brustkrebs.

### MEDIZIN IN SALZBURG

**Eine Krebserkrankung belastet nicht nur** den Erkrankten und dessen relevanten bzw. nahen Bezugspersonen, sondern hat auch unmittelbare Auswirkungen auf das ganze Familiensystem. Sowohl für den Patienten als für sein gesamtes soziales Umfeld bedeutet eine Krebserkrankung eine drastische Veränderung und Belastung besonders in der Alltagsbewältigung als auch in Bezug auf die damit verbundenen Sorgen, Ängste, Gedanken und Gefühle bzw. Emotionen. Sie zwingt alle Betroffene, Veränderungen vorzunehmen und erfordert gleichzeitig vielfältige familiäre Anpassungsleistungen und Bewältigungsmechanismen.

**Angehörige und nahe Bezugspersonen** durchlaufen, ähnlich wie die PatientInnen, verschiedenen Verarbeitungsphasen während einer Krebserkrankung. Bei der Diagnostikstellung müssen auch Angehörige nun lernen, über die Erkrankung zu sprechen und mit der eigenen Verletzbarkeit in Bezug auf die Erkrankung des Betroffenen umzugehen.

**In der Behandlungsphase** bzw. in der Phase der medizinischen Therapien müssen die betroffenen Angehörigen lernen, sich an die körperlichen Veränderungen des Erkrankten anzupassen. Während dieser Phase müssen Angehörige meistens, zusammen mit dem Erkrankten die Machtlosigkeit und Hilflosigkeit aushalten, die besonders wenn Wirkungen und Nebenwirkungen der Behandlung spürbar und sichtbar werden, entsteht.

**In der Remissionsphase** (Heilungsphase) werden die Angehörigen meistens damit konfrontiert, dass der Erkrankte trotz momentaner Heilung ein „Anderer“ geworden ist. Nach Tschuschke et al. (2007) erfordert diese Phase besonders viel Flexibilität und Toleranz, Einfühlungsvermögen und auch die Fähigkeit, Einstellungen und Veränderungen zu überprüfen und gegebenenfalls zu verändern.

**In der Rezidivphase** sind auch bei den Angehörigen Emotionen wie Enttäuschung, Ärger,

Zorn und Wut vorherrschend. Besonders Gefühle der Verzweiflung und Hilflosigkeit werden sowohl bei den Angehörigen als auch beim Erkrankten zu diesem Zeitpunkt massiv verstärkt wahrgenommen. Zahlreiche Untersuchungen belegen jedoch, dass ein stützender Familienverband maßgeblich zur Lebensqualität von Krebspatienten beitragen und psychosozialen Distress sowie Angst und Depressionen bei Betroffenen und Angehörigen reduzieren kann. (Dorfmueller & Dietzfelbinger; Hrsg., 2009).

## PSYCHOONKOLOGISCHE RATSCHLÄGE FÜR ANGEHÖRIGE

**Trauen Sie sich**, Ihre Anteilnahme zu zeigen, bieten Sie Zuwendung an: Ziehen Sie sich nicht aus der Furcht heraus zurück, Sie könnten etwas falsch machen. Reden Sie offen und ehrlich miteinander. Vermitteln Sie dem Betroffenen das Gefühl, dass er weiterhin als ein wichtiges Mitglied Ihrer Familie oder Ihres Freundeskreises geschätzt wird: Schließen Sie Betroffene nicht von Ihren Überlegungen oder Entscheidungen aus, um sie - vermeintlich - zu schonen, sondern beziehen Sie sie wie gewohnt mit ein. Respektieren und erhalten Sie die Selbstbestimmtheit von Patienten, soweit irgendwie möglich: Übernehmen Sie nicht überfürsorglich Aufgaben, die der Kranke selbst erledigen könnte und möchte. Handeln Sie nicht über seinen Kopf hinweg. Achten Sie darauf, wie es Ihnen geht. Nehmen Sie eigene Bedürfnisse ernst. Für sich selbst sorgen. Ruhepausen gönnen und eigene Interessen wahren. Richten Sie sich Zeiten zum „Auf tanken und Erholen“ ein. Nehmen



**Mag. Dr. Lucie  
Rambauske-Martinek**



**Mag.  
Alain Nickels**



**Primar Univ.-Prof.  
Dr. Richard Greil**

Sie Hilfe an und suchen Sie für sich selbst rechtzeitig nach Entlastung.

*Mag. Nickels Alain*

*Literatur: Tschuschke V. Schütze-Kreilkamp U. Angenendt G. (2007): Praxis der Psychoonkologie. Stuttgart: Hippokrates Verlag. Literatur Empfehlungen: Peneder P: Wie ein kalter Griff an mein Herz – Tagebuch einer Leukämiekranken. Droemersch Verlagsanstalt, T. Knaur Nachf., München (1996) / Schnurre M: Sprich mit mir, damit ich mich fühle. Wie Krebskranke und Angehörige eine neue Beziehung finden können. Herder, Freiburg (1991) / Zachert I, Zachert C: Wir sehen uns in meinem Paradies. Gustav Lübbe, Bergisch Gladbach (1993)*

## KINDER KREBSKRANKER ELTERN

**Kinder als Angehörige körperlich erkrankter Eltern** finden im Bereich der Psychoonkologie erst in jüngere Zeit professionelle Beachtung. Im deutschsprachigen Raum sind jährlich ca. 200.000 Kinder neu von der Krebserkrankung eines Elternteils betroffen. Jedes zehnte dieser Kinder wird im Verlauf psychisch auffällig (Heinemann & Reinert, Hrsg., 2011). Neben den medizinischen Anforderungen, die eine Krebstherapie an die PatientInnen stellt, darf die psychische Belastung durch die schwere Erkrankung für Betroffenen selbst, aber auch für die gesamte Familie einschließlich Kinder, nicht außer acht gelassen werden. Kinder erkrankter Eltern sind speziellen Problemen ausgesetzt, z. B. (Angst um Mama/Papa; Kinder glauben manchmal an der Krebserkrankung der Eltern schuld zu sein, etc.). Eine bedeu-

tende Rolle im Umgang mit der Krebserkrankung eines Elternteils spielt das Alter. Je nach Altersstufe können Kinder und Jugendliche unterschiedlich auf die Krebserkrankung eines Elternteils reagieren, sie entwickeln spezielle Bedürfnisse und Bewältigungsstrategien, um mit dem Kummer und Schmerz zurechtzukommen.

**Nicht nur für die betroffenen Kinder**, sondern auch für die Eltern kann die psychoonkologische Beratung notwendig sein. Die Betroffenen werden dabei unterstützt, wie sie mit ihren Kindern in dieser für alle belasteten Zeit am besten umgehen können und dadurch ihre Kinder und sich selbst ein Stück entlasten. Im Rahmen der Krebserkrankung tauchen für Eltern meistens diverse Fragen hinsichtlich des Umgangs mit ihren Kindern auf: Sollen Kinder informiert werden? Was sollten Kinder erfahren? Was vermeide ich besser, um meinem Kind nicht zu schaden? Wie informiere ich Kinder altersgerecht? Wie können Kinder und Jugendliche in ihrer Trauer begleitet werden? Wann muss ich mir Sorgen um mein Kind machen? Wie erkläre ich meinem Kind den Tod? Und natürlich vieles mehr. Mangelnde Kommunikation und Auseinandersetzung mit den Kindern kann in deren Rückzug und „stummen Hilfescreien“ resultieren und zu psychischen Symptomatik sowie Verhaltensänderungen führen (s. Tab. 1). Bei der Beantwortung

dieser Fragen kann eine psychologisch-psychotherapeutische Unterstützung angebracht und sehr wirkungsvoll sein.

Die moderne Psychoonkologie bietet eine Vielfalt an Interventionsansätzen, die in der psychologisch-psychotherapeutischen Arbeit mit Kindern krebskranker Eltern präventiv und therapeutisch angewendet werden, in Form von Einzelbegleitung, Gruppenangeboten, Kinderpsychodrama, Kunsttherapie oder tiergestützte Psychotherapie.

*Mag. Dr. Lucie Rambauske-Martinek*

*Literatur: Tschuschke V. (2011). Psychoonkologie. Schattauer. / Heinemann, C. & Reinert, E. (Hrsg.) (2011). Kinder krebskranker Eltern. Kohlhammer. Literatur für Angehörige: Mein wunderschöner Schutzengel – Als Nellys Mama Krebs bekam, Dr. Kerstin Hermelink, Diametric Verlag / Kinder trauern anders: Wie wir sie einfühlsam und richtig begleiten, HERDER spektrum / Wann kommst du wieder, Mama?, Martine Hennuy, Sauerländer / Tabuthema Trauerarbeit: Kinder begleiten bei Abschied, Verlust und Tod, Margit Franz, Don Bosco Verlag*

**TABELLE 1:**  
**VERHALTENSÄNDERUNGEN UND SYMPTOME VON KINDERN, DIE IM STILLEN LEIDEN**  
(angelehnt an Heußler, 2009, vgl. Tschuschke, 2011)

Verhaltensänderung	Beispiele
Regression	Daumenlutschen; Trennungsangst, Klammern; Enuresis; Einschlafstörungen
Aggression	ggü. anderen Kindern; gegen das erkrankte Elternteil
Somatisierung	Kopfschmerzen; Bauchschmerzen; Übelkeit; Durchschlafstörungen
Schulschwierigkeiten	Lernschwierigkeiten; Leistungsabfall
Sozialer Rückzug	Vernachlässigung von Freunden, Hobbys; äußerliche Verwahrlosung
Überanpassung	Negieren von Schulstress oder Auseinandersetzungen mit Freunden; Übernahme der Verantwortung für andere Familienmitglieder; komplette Übernahme des Haushaltes