

Inhalt

Verzeichnis der Autorinnen und Autoren	14
I Einführung	
1 Vorwort und Einleitung	21
Christa Diegelmann und Margarete Isermann	
Vorwort zur ersten Auflage	21
Vorwort zur dritten Auflage	25
II Trends, Konzepte und Perspektiven in der Onkologie	
2 Trends und Perspektiven in der Onkologie	29
Jörg Beyer	
2.1 Epidemiologie	29
2.2 Biologie von Krebserkrankungen	30
2.3 Früherkennung	30
2.4 Therapie	31
2.5 Palliativmedizin und Begleitung Sterbender	35
2.6 Zusammenfassung	36
Literatur	36
3 Neue Entwicklungen in der Palliativmedizin und Schmerztherapie	37
H. Christof Müller-Busch	
3.1 Grundlagen von Palliative Care und neue Entwicklungen ...	37
3.2 Schmerztherapie in Palliativmedizin und Onkologie	43
3.3 Begleittherapie	50
Literatur	51
III Ressourcenorientierte Konzepte für die Psychoonkologie	
4 Psycho-somatik und Somato-psychik – Die untrennbare Einheit von Körper und Gehirn	55
Gerald Hüther	

4.1	Die wechselseitige Abhängigkeit körperlicher und psychischer Prozesse	56
4.2	Somato-Psychik: Von der Körpererfahrung zum Selbstbild...	58
4.3	Psycho-Somatik: Vom Gehirn zum Körper	59
4.4	Reaktivierung von Selbstheilungskräften	62
	Literatur	64
5	Krebs und Stress: Hinweise aus der Psychoneuroimmunologie für therapeutisches Handeln	65
	<i>Margarete Isermann</i>	
5.1	Psychische Einflüsse auf den Körper und das Immunsystem	65
5.2	Angst- und Stressreaktionen	67
5.3	Wirkungen auf das Immunsystem	69
5.4	Stress – Genauer betrachtet	74
5.5	Konsequenzen für die psychoonkologische Praxis	77
	Literatur	81
6	TRUST: Impulse für einen integrativen Behandlungsansatz – Salutogenese, Resilienz und Positive Psychologie als Fundament	85
	<i>Christa Diegelmann</i>	
6.1	Behandlungsansätze aktivieren Ego-States	85
6.2	Salutogenese – Warum bleiben Menschen trotz extremer Belastungen gesund	86
6.3	Resilienz – Psychische Widerstandskraft, Störungstoleranz für Belastungen	89
6.4	Positive Psychologie – Die Wissenschaft vom sinnerfüllten Leben	94
6.5	TRUST: Vertrauen als Haltung und Ermutigung zu ressourcenorientierten Interventionen	99
	Literatur	100
7	Integration psychosomatischer Aspekte in die medizinische Behandlung	103
	<i>Friederike Siedentopf</i>	
7.1	Zum Stellenwert psychoonkologischer Betreuung in einem Brustzentrum	103
7.2	Die Diagnosemitteilung	104
7.3	Der stationäre Aufenthalt	104
7.4	Zusätzliche Versorgungsangebote im stationären Setting ...	105
7.5	Entlassung und adjuvante Therapie	106
7.6	Was tun wir für uns? – Die Bedeutung des Teams	107
	Literatur	108

8	Auf dem Weg zu einer Ressourcen- und Resilienzdiagnostik	110
	<i>Christa Diegelmann und Margarete Isermann</i>	
8.1	Ressourcen und Positive Psychologie	110
8.2	Resilienz, Lebensqualität, PatientInnenkompetenz und Wohlbefinden	111
8.3	Neue Tools zur Ressourcen- und Resilienzanalyse	112
	Literatur	118
9	Krebs und Migration: Transkulturelle Sensibilisierung für die psychoonkologische Arbeit	120
	<i>Ibrahim Özkan und Maria Belz</i>	
9.1	Besondere Probleme und Missverständnisse – Sprachbarrieren	121
9.2	Besondere Probleme und Missverständnisse – Krankheitskonzepte	123
	Literatur	124
IV	Psyche ermutigen	
10	Vom Umgang mit eigenem Schmerz in der Begleitung von schwerkranken Menschen	129
	<i>Luise Reddemann</i>	
10.1	Würde, Mitgefühl und Respekt	131
10.2	Was geschieht mit dem Schmerz?	132
	Literatur	134
11	Sinnbasierte Interventionen	135
	<i>Anja Mehnert</i>	
11.1	Existenzielle Belastungen bei einer Krebserkrankung	135
11.2	Sinnfindung im Kontext der Belastungsverarbeitung	136
11.3	Interventionen mit dem Fokus auf Lebenssinn	137
11.4	Fazit	141
	Literatur	141
12	TRUST-Interventionen zur Ressourcenförderung und Resilienzstärkung in der Psychoonkologie	143
	<i>Christa Diegelmann</i>	
12.1	Wesentliche Merkmale von TRUST-Interventionen	143
12.2	Anamnesediagramm: Ressourcenperspektive von Anfang an	147
12.3	TRUST-Protokoll zur Resilienzstärkung	148
12.4	CIPBS® als Weg einer schonenden Krisenbearbeitung und Traumakonfrontation	152
12.5	Stärkung der Resilienz mit der Baumübung	157

12.6	Erfahrung verändert: Mut zu ressourcen- und resilienzfördernden Interventionen	160
	Literatur	161
13	Psychoonkologische Akutinterventionen: Die Anwendung von TRUST im stationären Setting innerhalb eines zertifizierten Brustzentrums	164
	<i>Caroline Heinle</i>	
13.1	Allgemeine Voraussetzungen	164
13.2	Spezielle Interventionstechniken	165
	Literatur	168
14	Singen als Ressource	170
	<i>Urs Münch</i>	
14.1	Warum Singen?	170
14.2	Wirkungen von Singen	171
14.3	Einsatz in der psychoonkologischen Arbeit: Heilsames Singen	173
	Literatur	175
15	Von Buchstaben und Bildern – Hilfreiche Werkzeuge in der Psychotherapie mit TRUST	176
	<i>Matthias Brieger und Hanna Wollschläger</i>	
15.1	Hilfreiche Geschichten für Psychotherapie und Psychoonkologie	176
15.2	Wie alles begann	178
15.3	Zu Anwendung, Risiken und Nebenwirkungen	178
15.4	Anregungen und konkrete Interventionsmöglichkeiten	179
	Literatur	181
16	Sprechende Steine im Ritual als Ressource bei Schwerkranken	183
	<i>Hannelore Eibach</i>	
16.1	Was ist ein Ritual?	183
16.2	Der »sprechende Stein«	183
17	Woher nehmen Sie Ihre Kraft? Spiritualität im Alltag	185
	<i>Petra Moser</i>	
17.1	Geistig-spirituelle Beziehungsnetze	185
17.2	Atmung als Mittel zur unmittelbaren Selbstwahrnehmung ...	186
17.3	Anleitung zu einer »alltagstauglichen« Übung	188
	Literatur	189

18	Wenn das Buffet abgeräumt wird ... – Hoffnung vermittelnde Metaphern	190
	<i>Daniela Tausch</i>	
18.1	Bilder für die Auseinandersetzung mit dem Sterben	190
18.2	Bilder für die Begleitung	191
18.3	Bilder für das, was nach dem Tod kommt	192
	Literatur	193
19	Erkrankung, Sinnfragen und Spiritualität	194
	<i>Brigitte Dorst</i>	
19.1	Gesundheit und Spiritualität	194
19.2	Erkrankung als Lebenskrise und die Frage nach dem Sinn ...	195
19.3	Sinnfragen und Spiritualität heute	196
19.4	Sinnfindung und Selbstwerdung in der Analytischen Psychologie	197
19.5	Wiedergewinnung der Kräfte der Heilung	199
	Literatur	200
V	Körper ermutigen	
20	Psychoonkologische Beratung und Begleitung von PatientInnen mit tumorbedingter Fatigue	205
	<i>Susanne Ditz</i>	
20.1	Was bedeutet Fatigue?	205
20.2	Prävalenz	205
20.3	Erklärungsmodell	206
20.4	Symptome und Erfassung	206
20.5	Fatigue und/oder Depression behandeln	210
20.6	Zusammenfassung	215
	Literatur	215
21	Die Rolle von Ernährung, Sport und Bewegung bei Krebs in Prävention, Therapie und Rehabilitation	217
	<i>Anke Kleine-Tebbe</i>	
21.1	Einleitung	217
21.2	Ernährung und Krebs-Prävention	217
21.3	Ernährungsintervention und Krebs	218
21.4	Mangelernährung und Krebs	219
21.5	Sport und Krebs: Prävention	220
21.6	Sport und Krebs: Intervention während der Erkrankung ...	220
	Literatur	222

22	Krebs und Sexualität: Mut zu Zärtlichkeit und Lust	223
	<i>Ulrike Völkel</i>	
22.1	Den Blick auf das Hier-und-Jetzt ermöglichen	224
22.2	Sexualität ist ein Beziehungsthema	225
23	GuoLin-Qigong	227
	<i>Kerstin Schwabe</i>	
23.1	Krebs als Folge eines Prozesses	227
23.2	Wirkungsweise des GuoLin-Qigong	228
23.3	Die GuoLin-Übung	231
23.4	Noch eine Bitte	235
	Literatur	236
24	Mit Feldenkrais Körper und Psyche ermutigen: Die bewusste Körperwahrnehmung in den Alltag integrieren	237
	<i>Gabriele Schilling</i>	
24.1	Die Feldenkraismethode	237
24.2	Für wen eignet sich Feldenkrais?	238
24.3	Bewegungsbeispiele für die bewusste Körperwahrnehmung und zur Integration in den Alltag	240
	Literatur	241
25	Einführung in zapchen – Entwicklung von Wohlbefinden inmitten von allem, was ist: Sanfte Übungen mit dem Körper aus tibetisch/westlichen Heilweisen	242
	<i>Cornelia Hammer</i>	
25.1	»Wohl-Sein« als Ressource	242
25.2	Was ist Zapchen?	242
25.3	Zapchen in der Onkologie	244
	Literatur	246
26	Energetische Psychotherapie – Bifokale multisensorische Neurostimulation: Techniken und Strategien im Umgang mit Angst, Schmerz und Trauma bei KrebspatientInnen	247
	<i>Servatia Geßner-van Kersbergen</i>	
26.1	Was ist Energetische Psychotherapie – Bifokale multisensorische Neurostimulation?	247
26.2	Einsatz von Energetischer Psychotherapie – Bifokaler multisensorischer Neurostimulation bei KrebspatientInnen ...	250
26.3	Standard-Protokoll einer Behandlung mit EFT	252
	Literatur	254

27	Hypnotherapeutische Interventionen zur Symptomlinderung in der Onkologie	256
	<i>Elvira Muffler</i>	
27.1	Hypnotherapeutische Aspekte in der Kommunikation	256
27.2	Interventionsbeispiele	257
27.3	Hypnotherapeutische Konzepte in der Onkologie	262
	Literatur	262
28	Dann nehmen wir die Höhe dazu: Körpererfahrung durch Morgen- und Abendritual	263
	<i>Hannelore Eibach</i>	
28.1	Öffnen der Sinne – Ein Morgenritual	263
28.2	Navajo Segen – Ein Abendritual	265
29	Vom verantwortungsbewussten Umgang mit komplementären Therapieempfehlungen	266
	<i>Jutta Hübner</i>	
29.1	Komplementäre und alternative Medizin – Ein Versuch einer Definition	266
29.2	Wurzeln der Komplementären Therapie	266
29.3	PatientInnenwunsch nach Autonomie	267
29.4	Wie viele PatientInnen nutzen Komplementäre Therapien? ...	268
29.5	Die Kommunikation mit PatientInnen	268
29.6	Komplementäre und evidenzbasierte Medizin	270
29.7	Ziele der Komplementären Therapie	271
29.8	Komplementäre Therapie zur Unterstützung	272
	Literatur	273
30	Vom Umgang mit Vorsorge- und Nachsorgeuntersuchungen	275
	<i>Carsten Mohr</i>	
30.1	Vorsorge	275
30.2	Nachsorge	277
31	Immer ist JETZT die beste Stunde – Die Gegenwart als Ressource!	279
	<i>Christa Diegelmann</i>	
	Literatur	282
	Stichwortverzeichnis	283