

Inhaltsverzeichnis

1	Diagnose Krebs – was heißt das eigentlich?	1
1.1	Welche Krebserkrankungen finden sich bei Frauen am häufigsten?	3
1.2	Was passiert bei der Krebsentstehung?	6
1.3	Wie wird Krebs eigentlich entdeckt?	6
1.4	Wie stehen die Überlebenschancen?	7
2	Was kommt nach der Diagnose?	11
2.1	Phase der Diagnosefindung und Tipps für Arztgespräche	12
2.2	Primärbehandlung im Krankenhaus	16
2.2.1	Exkurs: Fertilitätserhalt	17
2.2.2	Nebenwirkungen der medizinischen Behandlung	18
2.3	Anschlussheilbehandlung oder Rehabilitation	19
2.4	Die medizinische Behandlung ist vorbei – Rückkehr ins „normale“ Leben	20
2.5	Was ist, wenn der Krebs wiederkommt? – Die sogenannte Progredienzangst	21
2.5.1	Wann ist Progredienzangst nicht mehr „normal“?	22
2.5.2	Wie kann man mit Progredienzangst umgehen?	23

3	Krankheits- und Behandlungsfolgen: psychosoziale Aspekte . . .	31
3.1	„Bin ich selber schuld?“ – Die schwierige Suche nach den Ursachen	32
3.2	Krebs als besondere Erkrankung – Tabus, Mythen, Stigmatisierung.	35
3.3	Krebs als Stressor für Angehörige	39
4	Und wenn der Krebs doch wiederkommt? – Palliative Situation und Verlust.	41
4.1	Was bedeutet palliative Versorgung?	42
4.2	Stadien der Palliativversorgung	44
4.3	Mythen der Palliativversorgung	45
4.4	Belastungen am Lebensende	48
4.5	Was ist hilfreich am Lebensende?	52
4.5.1	Was ist ein „guter“ Tod?	52
4.5.2	Belastungen der Angehörigen.	53
4.5.3	Wie kann man über Tod und Sterben sprechen?	54
4.5.4	Rückblick auf das eigene Leben	55
5	Auswirkungen der Erkrankung auf die Partnerschaft und das soziale Umfeld	59
5.1	Krebs als „Wir-Erkrankung“ – Krebs ist immer eine Familienangelegenheit	60
5.2	Veränderungen in der Partnerschaft – und wie sollte der Partner reagieren?	62
5.3	Wie wirkt sich die Krebserkrankung eines Elternteils auf minderjährige Kinder aus?	65
5.4	„Gut gemeint“ ist nur gut gemeint – „Schonhaltung“ und „Verpflichtung auf Normalität“ in der Kommunikation	69
5.5	Warum (gute) Kommunikation so wichtig ist.	71
5.6	Wie kann man sich gut unterstützen?	74
6	Sexualität – (k)ein Tabuthema	77
6.1	Ursachen sexueller Funktionsstörungen	77
6.2	Folgen sexueller Störungen – und Umgang damit.	79

7	Umgang mit der Erkrankung – was ist typisch Frau, was ist typisch Mann?	81
7.1	Frauen sind anders – Männer auch	81
7.2	Frauen reden, Männer handeln?	82
8	Psychosoziale Onkologie – Wo und wie bekomme ich psychosoziale Hilfe und seelische Unterstützung?	87
8.1	Psychosoziale Onkologie	88
8.2	Wo finde ich professionelle psychoonkologische Unterstützung?	89
8.3	Woran erkenne ich professionelle Psychoonkologen?	91
8.4	Vorsicht bei Heilsversprechungen und dubiosen Geschäftemachern!	91
8.5	Für welche Fragen welchen Ansprechpartner? – Das Netzwerk der Psychoonkologie	93
8.5.1	Psychoonkologie und Sozialdienst im Krankenhaus	93
8.5.2	Ambulante Krebsberatungsstellen	94
8.5.3	Psychoonkologische Angebote in der Rehabilitation	96
8.5.4	Klassische Selbsthilfegruppen	96
8.5.5	Virtuelle Selbsthilfe und Hilfe aus dem Internet	98
9	Teilnahme an wissenschaftlichen Studien – wie sollte ich mich entscheiden?	101
9.1	Warum Forschung? Grundlegende Aspekte und Studientypen	101
9.1.1	Die wichtigsten und häufigsten Studientypen in der psychoonkologischen Forschung	102
9.2	Studienteilnahme ja oder nein?	103
	Literatur	105
	Stichwortverzeichnis	109