

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Diagnose Krebs – was heißt das eigentlich? . . . . .</b>	<b>1</b>
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
<b>2</b>	<b>Was kommt nach der Diagnose? . . . . .</b>	<b>11</b>
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

<b>3</b>	<b>Krankheits- und Behandlungsfolgen: psychosoziale Aspekte</b>	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
<b>4</b>	<b>Und wenn der Krebs doch wiederkommt? – Palliative Situation und Verlust</b>	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
<b>5</b>	<b>Auswirkungen der Erkrankung auf die Partnerschaft und das soziale Umfeld</b>	59
5.1	Krebs als „Wir-Erkrankung“ – Krebs ist immer eine Familienangelegenheit	60
5.2	Veränderungen in der Paarbeziehung – 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
<b>6</b>	<b>Sexualität – (k)ein Tabuthema</b>	77
6.1	Ursachen sexueller Funktionsstörungen	77
6.2	Folgen sexueller Störungen – und Umgang damit	79

<b>7 Umgang mit der Erkrankung – was ist typisch Frau, was ist typisch Mann? .....</b>	81
7.1 Frauen sind anders – Männer auch.....	81
7.2 Frauen reden, Männer handeln? .....	82
<b>8 Psychosoziale Onkologie – Wo und wie bekomme ich psychosoziale Hilfe und seelische Unterstützung? .....</b>	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
<b>9 Teilnahme an wissenschaftlichen Studien – wie sollte ich mich entscheiden?.....</b>	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
<b>Literatur .....</b>	105
<b>Stichwortverzeichnis .....</b>	109