

Inhaltsverzeichnis

1 Diagnose Krebs – was heißt das eigentlich?	1
1.1 Welche Krebserkrankungen sind bei Männern am häufigsten?	3
1.2 Was passiert bei der Krebsentstehung?	6
1.3 Wie wird Krebs eigentlich entdeckt?	7
1.4 Wie stehen die Überlebenschancen?	8
2 Was kommt nach der Diagnose?	11
2.1 Phase der Diagnosefindung und Tipps für Arztgespräche	12
2.2 Primärbehandlung im Krankenhaus	17
2.2.1 Exkurs: Fertilitätserhalt	17
2.2.2 Nebenwirkungen der medizinischen Behandlung	18
2.3 Anschlussheilbehandlung und 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 denn selber schuld?“ – Die schwierige Suche nach den Ursachen	32
3.2 Krebs als eine besondere Erkrankung – Tabus, Mythen, Stigmatisierung	35
3.3 Krebs als Stressor für Partnerinnen und Angehörige	39

X Inhaltsverzeichnis

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	46
4.4 Belastungen am Lebensende	48
4.5 Was ist hilfreich am Lebensende?	52
4.5.1 Was ist ein „guter“ Tod?	53
4.5.2 Belastungen der Angehörigen	53
4.5.3 Wie kann man über Tod und Sterben sprechen?	55
4.5.4 Rückblick auf das eigene Leben	56
5 Auswirkungen der Erkrankung auf das Paar und das soziale Umfeld	59
5.1 Krebs als „Wir-Erkrankung“ und Familienangelegenheit	60
5.2 Veränderungen in der Paarbeziehung – und wie sollte die Partnerin reagieren?	62
5.3 An Krebs erkrankte Eltern – Auswirkungen auf minderjährige Kinder	65
5.4 „Gut gemeint“ ist eben nur gut gemeint – „Schonhaltung“ und „Verpflichtung auf Normalität“ in der Paarkommunikation	69
5.5 Warum (gute) Kommunikation so wichtig ist	72
5.6 Wie man sich gut unterstützen kann – was kann ich für den anderen tun?	75
6 Sexualität – (k)ein Tabuthema	77
6.1 Ursachen sexueller Funktionsstörungen	77
6.2 Folgen sexueller Störungen – und Umgang damit	78
7 Typisch Frau – typisch Mann? Der Umgang mit der Krebserkrankung	81
7.1 Frauen sind anders – Männer auch	82
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 und Psychoonkologinnen?	91
8.4	Vorsicht bei Heilsversprechungen und dubiosen Geschäftemachern!	92
8.5	Für welche Fragen welchen Ansprechpartner? – Das Netzwerk der Psychoonkologie	93
8.5.1	Psychoonkologie und Sozialdienst im Krankenhaus	94
8.5.2	Ambulante Krebsberatungsstellen	95
8.5.3	Psychoonkologische Angebote in der Rehabilitation	96
8.5.4	Klassische Selbsthilfegruppen	97
8.5.5	Virtuelle Selbsthilfe und Hilfe aus dem Internet	99
9	Teilnahme an wissenschaftlichen Studien – wie sollte ich mich entscheiden?	101
9.1	Warum Forschung? Grundlegende Aspekte und Studententypen	101
9.2	Studententeilnahme ja oder nein?	103
	Literatur	105
	Stichwortverzeichnis	109