

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Welche komplementäronkologischen Verfahren sind wirksamkeitsgeprüft?</b>	
1.1	Einleitung . . . . .	1
1.2	Wirksamkeitsgeprüfte komplementäre Maßnahmen . . . . .	1
1.2.1	Psychoonkologische Betreuung . .	2
1.2.2	Körperliche Aktivierung (Sport) . .	2
1.2.3	Diätetik und Ernährungs- optimierung . . . . .	4
1.2.4	Selentherapie . . . . .	5
1.2.5	Enzymtherapie . . . . .	6
1.2.6	Misteltherapie . . . . .	7
1.3	Nicht ausreichend geprüfte komplementär-medizinische Maßnahmen . . . . .	8
1.3.1	Orthomolekulare Medizin: bilanzierte Vitamin- und Spurenelementgemische . . . . .	9
1.3.2	Thymustherapie . . . . .	9
1.3.3	Leber-Milz-Peptid-Therapie . . . .	9
1.3.4	Hyperthermie . . . . .	10
1.3.5	Außenseiterverfahren . . . . .	10
1.4	Empfehlungen für die Praxis . . . . .	11
	Literatur. . . . .	11
<b>2</b>	<b>Psyche und Krebs – Ergebnisse wissenschaftlicher Studien</b> . . . . .	13
2.1	Einleitung . . . . .	13
2.2	Wird Krebs durch psychische oder soziale Belastung ausgelöst? . . . . .	13
2.2.1	Viele Belastungsfaktoren wirken zusammen . . . . .	14
2.3	Was weiß man über die Anpassung an die Erkrankung? . . . . .	15
2.4	Stress und Krebs . . . . .	16
2.5	Psychoonkologische Beratung . . . . .	17
2.6	Entspannungsverfahren . . . . .	18
2.7	Musiktherapie . . . . .	18
2.8	Kunsttherapien . . . . .	18
2.9	Weitere Verfahren wie Aromatherapie und Massage . . . . .	19
2.10	Verhaltensmedizinische (behavioral-kognitive) Verfahren . . . . .	19
2.11	Einzeltherapeutische Interventionen . .	20
2.12	Gruppentherapeutische Interventionen .	20
2.13	Fazit . . . . .	21
	Literatur. . . . .	22
<b>3</b>	<b>Leitlinien-Programm für psychosoziale (psychoonkologische) Betreuung bei Brustkrebs</b> . . . . .	23
3.1	Einleitung . . . . .	23
3.2	Nutzen psychologisch-psychotherapeutischer Unterstützung bei Brustkrebs . . . . .	24
3.3	Nachweis psychoonkologischer Versorgungsnotwendigkeit bei Brustkrebs . . . . .	24
3.4	Grundprinzipien der psychoonkologischen Versorgung (im Akutkrankenhaus) . . . . .	25
3.5	Die fünf Phasen des Krankheitserlebens und ihre Erfordernisse . . . . .	26
3.5.1	Phase der Diagnoseerfahrung und Informationsvermittlung . . . . .	26
3.5.2	Phase der frühen medizinischen Behandlung . . . . .	27
3.5.3	Phase der Rehabilitation – Zeit nach abgeschlossener medizinischer Behandlung . . . . .	27
3.5.4	Phase eines Rezidiverlebens bzw. Fortschreitens der Erkrankung . . . . .	27
3.5.5	Terminal-palliative Phase . . . . .	28
3.6	Psychologisch kompetente Vermittlung von Informationen bei Brustkrebs . . . . .	28
3.6.1	Empfehlungen zum Vorgehen bei der Erfassung psychoonkologischen Betreuungsbedarfs . . . . .	28
3.6.2	Mitteilung über die Diagnose Brustkrebs, ein Rezidiv oder Metastasen . . . . .	29
3.6.3	Gespräch über die Prognose der Erkrankung bzw. Gesundung . . . . .	29
3.6.4	Gespräch über Behandlungsoptionen . . . . .	30
3.6.5	Vorbereitung auf potenziell bedrohliche Maßnahmen . . . . .	31
3.7	Psychologisch-psychotherapeutische Unterstützung und Beratung bei Brustkrebs . . . . .	31
3.7.1	Bereitstellung von emotionaler und sozialer Unterstützung . . . . .	31
3.8	Besondere psychologische Belastungen bei Brustkrebs . . . . .	32
3.8.1	Möglichkeiten und Strategien psychologisch-psychotherapeutischer Hilfsmaßnahmen. . . . .	32

## Inhaltsverzeichnis

3.9 Psychologisch-psychotherapeutische Interventionen und ihre Wirkungen bei onkologischen Erkrankungen . . . . .	35	4.9 Idealtypischer Sitzungsverlauf mit MPTT-Akuttherapie bei der Krebsdiagnose . . . . .	67
Literatur . . . . .	35	4.9.1 Die MPTT-Phasen im Überblick . . . . .	67
<b>4 Grundlagen der psychoonkologischen Behandlung . . . . .</b>	<b>39</b>	4.9.2 Beziehungsaufbau und Stabilisierung . . . . .	68
4.1 Mythos(?) Krebaspersönlichkeit . . . . .	39	4.9.3 Kognitive Strukturierung und Übersichtsbildung . . . . .	69
4.1.1 Krebs als multifaktoriell bedingte Erkrankung . . . . .	39	4.9.4 Gestaltbildung der traumatischen Situation . . . . .	70
4.1.2 Die Art des Umgangs mit der Erkrankung beeinflusst deren Verlauf . . . . .	40	4.9.5 Suche nach konstruktiver Lösung . . . . .	70
4.2 Psychoonkologische Diagnostik . . . . .	41	4.9.6 Emotionales Durcharbeiten und Integration . . . . .	70
4.2.1 Die psychoonkologische Basisdokumentation . . . . .	41	4.9.7 Abschluss der Behandlung . . . . .	70
4.2.2 Die Breast-Cancer Psychosocial Assessment Screening-Scale . . . . .	42	4.9.8 Traumatherapie als ganzheitliches Handlungsmodell . . . . .	70
4.2.3 Das Hornheider Screening-Instrument und der Hornheider Fragebogen . . . . .	42	Literatur . . . . .	71
4.3 Mögliche Reaktionen des Patienten bei der Diagnosemitteilung . . . . .	43	<b>5 Kommunikation bei Krise und Psychotrauma in der Onkologie . . . . .</b>	74
4.4 Abwehr versus Coping . . . . .	47	5.1 Grundsätze der Kommunikation . . . . .	74
4.4.1 Abwehrmechanismen bei lebensbedrohlichen Erkrankungen . . . . .	47	5.1.1 Wie sieht das „Weltbild“ unseres Patienten aus? . . . . .	75
4.4.2 Krankheitsbewältigung (Coping) und ihre Formen . . . . .	51	5.1.2 Konzept der Illusion von Alternativen . . . . .	75
4.5 Die objektiven Phasen einer Krebs-erkrankung und die Anforderungen an die Krankheitsbewältigung . . . . .	53	5.1.3 Benutzen Sie „Was-“ und „Welche-Fragen“ . . . . .	75
4.5.1 Phase 1: Der Verdacht . . . . .	53	5.1.4 Unterschiede in der Kommunikation zwischen Männern und Frauen . . . . .	75
4.5.2 Phase 2: Die Diagnose . . . . .	53	5.1.5 Nonverbale Kommunikation – Körpersprache . . . . .	76
4.5.3 Phase 3: Medizinische Therapie . . . . .	55	5.1.6 Interkulturelle Aspekte der medizinischen Kommunikation . . . . .	77
4.5.4 Phase 4: Die Remission . . . . .	56	5.2 Die Mitteilung der onkologischen Diagnose . . . . .	78
4.5.5 Phase 5: Das Rezidiv . . . . .	57	5.2.1 Gesprächsvorbereitung . . . . .	78
4.5.6 Phase 6: Fortgeschrittenes Krankheitsstadium . . . . .	59	5.3 Das Arzt-Patienten-Verhältnis . . . . .	78
4.5.7 Phase 7: Die Terminalphase . . . . .	59	5.3.1 Beziehungsgestaltung in Krisensituationen . . . . .	79
4.6 Bewältigungsanforderungen an die Familie . . . . .	60	Literatur . . . . .	80
4.7 Psychische Traumatisierung bei Krebs . . . . .	61	<b>6 Krebs an den Geschlechtsorganen und Sexualität . . . . .</b>	81
4.7.1 Kernsymptomatik der PTSD . . . . .	62	6.1 OP bei Krebs an den Geschlechtsorganen der Frau . . . . .	81
4.7.2 Der Zyklus der Traumaverarbeitung . . . . .	62	6.1.1 Gebärmutter- und/oder Eierstockentfernung . . . . .	81
4.7.3 Traumaschema und traum-kompensatorisches Schema . . . . .	63	6.1.2 Erweiterte Harnblasenentfernung . . . . .	83
4.8 Die Mehrdimensionale Psychodynamische Traumatherapie . . . . .	66	6.1.3 Operation von Mastdarmkrebs . . . . .	84
4.8.1 Die Dimensionen der MPTT . . . . .	66	6.1.4 Krebs der Vulva . . . . .	84
4.8.2 Prinzipien der Therapieführung . . . . .	67	6.1.5 Große Beckenoperation . . . . .	85
		6.1.6 Brustkrebsoperationen . . . . .	86

6.2 Nebenwirkungen der Standardtherapien bei der Frau . . . . .	89	7.1.3 Zum Umgang mit „Wahrheit“ und Information . . . . .	113
6.2.1 Chemotherapie . . . . .	89	7.2 Zentrale Themen des sterbenden Patienten . . . . .	114
6.2.2 Bestrahlung . . . . .	91	7.2.1 Thema Zeit . . . . .	114
6.2.3 Hormontherapie . . . . .	92	7.2.2 Thema Trauer . . . . .	114
6.3 Lösungsvorschläge für Sexualprobleme der Frau . . . . .	93	7.2.3 Thema Schuld, Selbstunterdrückung und Ängste . . . . .	115
6.3.1 Schwierigkeiten, einen Orgasmus zu bekommen . . . . .	93	7.3 Die Phasen des Sterbens bis zum Tod . . . . .	115
6.3.2 Inkontinenz . . . . .	94	7.3.1 Phase des Nicht-wahrhaben-Wollens und der Verleugnung . . . . .	118
6.3.3 Schmerzen . . . . .	94	7.3.2 Phase des Verhandelns und des Haderns mit dem Schicksal . . . . .	119
6.3.4 Einsatz eines Scheidendilatators . .	95	7.3.3 Phase des Zorns . . . . .	119
6.3.5 Tipps zum Umgang mit Urostoma .	95	7.3.4 Phase der Depression . . . . .	120
6.3.6 Tipps zum Umgang mit einem künstlichen Darmausgang . . . . .	96	7.3.5 Phase der Zustimmung . . . . .	120
6.4 OP bei Krebs an den Geschlechtsorganen des Mannes . . . . .	96	7.3.6 Das Wechseln der Phasen im Sterbeprozess . . . . .	120
6.4.1 Krebs des Penis . . . . .	96	7.4 Psychohygiene für Sterbegleiter . . . . .	121
6.4.2 Prostatakrebs . . . . .	97	Literatur . . . . .	122
6.4.3 Hodenkrebs . . . . .	98		
6.4.4 Harnblasenkrebs . . . . .	98		
6.4.5 Mastdarmkrebs . . . . .	99		
6.4.6 Operationsauswirkungen auf die Sexualität . . . . .	99		
6.5 Nebenwirkungen der Standardtherapien beim Mann . . . . .	100	<b>8 Helfer- und Burnout-Syndrom . . . . .</b>	123
6.5.1 Bestrahlung im Beckenbereich . . . . .	100	8.1 Die Motivation des Helfers . . . . .	123
6.5.2 Chemotherapie . . . . .	101	8.1.1 Wie entwickelt sich ein Helfersyndrom? . . . . .	123
6.5.3 Hormontherapie und Auswirkungen auf die Sexualität . . . . .	102	8.2 Das Burnout-Syndrom der Helfer . . . . .	124
6.6 Lösungsvorschläge für die Sexualprobleme des Mannes . . . . .	103	8.2.1 Phasen des Burnouts . . . . .	125
6.6.1 Vorstellungen über Männlichkeit und Sexualität . . . . .	103	8.2.2 Burnout-Gefährdung erkennen . . . . .	126
6.6.2 Verlust der Lust – körperliche oder seelische Ursachen? . . . . .	104	8.3 Burnout: Vorbeugung und (Selbst-)Hilfe . . . . .	126
6.6.3 Erectionsprobleme . . . . .	105	8.3.1 Ziehen Sie die Notbremse! . . . . .	126
6.6.4 Medikamentöse und technische Hilfen bei Erectionsproblemen . . . . .	105	Literatur . . . . .	127
6.6.5 Vorzeitiger Samenerguss . . . . .	107		
6.6.6 Harninkontinenz . . . . .	108		
6.6.7 Schmerzen beim Geschlechtsverkehr . . . . .	108		
Literatur . . . . .	109		
<b>7 Umgang mit Tod und Sterben . . . . .</b>	110		
7.1 Behandler und Begleiter im Sterbeprozess	110		
7.1.1 Selbstreflexion . . . . .	111		
7.1.2 Unsere Werte, Ziele und Utopien . .	112		

## Inhaltsverzeichnis

9.6 Sitzung 5: Umgang mit belastenden Gefühlen . . . . .	141	10.7 Yoga-Übungen . . . . .	172
9.6.1 Welches „Hauptgefühl“ hat der Patient und was folgt daraus? . . . . .	141	10.8 Übungen in Anlehnung an Tai-Chi und Chi-Gong . . . . .	173
9.6.2 Gemeinsames Erstellen eines seelischen Notfallkoffers . . . . .	141	10.8.1 Grundübungen mit Stöcken (Stockarbeit) . . . . .	173
9.7 Sitzung 6: Unterstützende Kontakte pflegen . . . . .	144	10.8.2 Grundübungen aus dem Chi-Gong und Tai-Chi . . . . .	175
9.8 Sitzung 7: Umgang mit tumorbedingter Fatigue (Müdigkeit) . . . . .	146	10.9 Wahrnehmungsübungen . . . . .	175
9.8.1 Informieren Sie den Patienten über Müdigkeit und Fatigue . . . . .	146	10.9.1 Sensorische Wahrnehmung . . . . .	176
9.8.2 Was tun? Energie einsparen und weitere Therapiemaßnahmen . . . . .	147	10.9.2 Kinästhetische Empfindungen . . . . .	177
9.9 Sitzung 8: Sexualität . . . . .	153	10.9.3 Körperwahrnehmung . . . . .	178
9.9.1 Einleitung . . . . .	153	10.9.4 Übung zum Erforschen der eigenen Grenzen . . . . .	180
9.9.2 Möglicher Schulungsinhalt für Patientinnen . . . . .	153	10.10 Imaginationsübungen . . . . .	180
9.9.3 Möglicher Schulungsinhalt für männliche Patienten . . . . .	154	10.10.1 Imaginationsübungen bei Schmerzen und als Schutz . . . . .	181
9.10 Sitzung 9: Der kompetente Patient – Möglichkeiten der Selbsthilfe . . . . .	156	10.10.2 Imaginationsübung gegen Nervosität und Übererregung . . . . .	182
9.11 Sitzung 10: Abschluss . . . . .	157	10.10.3 Imaginationsübungen zur Ressourcenaktivierung . . . . .	183
Literatur . . . . .	159	10.10.4 Imaginationsübungen bei Strahlen- und Chemotherapie . . . . .	184
<b>10 Vorschläge für Interventionen in der psychoonkologischen Beratung und Therapie . . . . .</b>	<b>160</b>	10.11 Interventionen bei psychischer Traumatisierung . . . . .	186
10.1 Einleitung . . . . .	160	10.11.1 Gedankenreise zur Stabilisierung und Distanzierung . . . . .	186
10.2 Das Erstgespräch . . . . .	160	10.11.2 Unterstützende Übung zur Traumabearbeitung . . . . .	187
10.2.1 Selbstregulation . . . . .	161	10.11.3 Visualisierungsübung zur Integration der traumatischen Erfahrung . . . . .	187
10.3 Gesprächsanleitungen zu Ressourcen und Zielen . . . . .	164	10.11.4 Übung, die bei Flashbacks hilft . . . . .	188
10.3.1 Ziele finden und verfolgen . . . . .	164	10.11.5 Hilfreiche Körperübung bei Dissoziationen . . . . .	189
10.3.2 Energien freisetzen . . . . .	165	Literatur . . . . .	190
10.4 Werte und Glaubenssätze ergründen . . . . .	165	<b>Anhang . . . . .</b>	<b>191</b>
10.4.1 Finden neuer Glaubenssätze . . . . .	166	Über die Autoren . . . . .	192
10.5 Umgang mit belastenden Emotionen und Konflikten . . . . .	167	Adressen . . . . .	193
10.5.1 Wie geht der Patient mit Konflikten um? . . . . .	167	Allgemeine Beratung . . . . .	193
10.6 Körperarbeit in der Onkologie . . . . .	168	Ernährungsberatung . . . . .	193
10.6.1 Übungen bei Bewegungseinschränkungen des Oberkörpers . . . . .	169	Sport . . . . .	193
10.6.2 Übungen bei Schmerzen und eingeschränkter Beweglichkeit von Rücken und Hüfte . . . . .	170	Psychologie/Psychoonkologie . . . . .	194
10.6.3 Übungen zur Atemlenkung und Dehnung . . . . .	171	Selbsthilfe . . . . .	194
		Partnerschafts- und Sexualberatung . . . . .	195
		Trauer . . . . .	195
		Literaturempfehlungen . . . . .	196
		Literaturempfehlungen für Patienten . . . . .	198
		Kopierzettel . . . . .	199
		Sachverzeichnis . . . . .	200