

Psychoonkologische Unterstützungsangebote für KrebspatientInnen und deren Familien in den verschiedenen Krankheitsphasen und in der Nachsorge

Tag der Psychologie im Rathaus 21.9.2024

Mag. Karin Isak - Beratungsstellenleiterin der ÖKH Wien



Eine Krebserkrankung trifft Menschen meist völlig unerwartet und unvorbereitet mitten im Leben und verändert von einem Moment auf den anderen

ALLES.....

Eine Hochschaubahn von sich ständig abwechselnden und ambivalenten Gefühlen führt zu massiver

VERUNSICHERUNG, ANGST UND HILFLOSIGKEIT

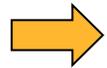
Eine Krebserkrankung betrifft nicht nur die körperliche Gesundheit...

...sondern alle Lebensbereiche!

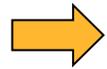
Stabilität geht in vielen Bereichen verloren und Unterstützung wird benötigt:

- Emotional
- Familiensystem
- Berufliche Situation
- Soziale Fragen
- Finanzielle Absicherung
- Freizeit
- Lifestyle (Ernährung, Bewegung)

Information und Prävention



Wir informieren zu Krebsvorsorge und Früherkennung als wichtiger Beitrag zum **Schutz vor Krebs** und für **bessere Heilungschancen**



Wir unterstützen und beraten in über 60 Beratungsstellen österreichweit

Wir helfen mit mehr als **4.800 professionellen Interventionen (Wien)** pro Jahr um bei der Bewältigung der Erkrankung und dem Umgang in der neuen Lebenssituation zu unterstützen – in allen Phasen der Erkrankung!

Sämtliche Beratungsangebote sind **kostenlos!**



Einzelberatungen

Psychoonkologische
Beratung

Arbeits- und
sozialrechtliche
Beratung

Medizinische Beratung

Ernährungsberatung

Finanzielle Soforthilfe

Gruppenangebote

Frauengruppe

Männergruppe

Young Patients

Externe Gruppen:
Fitgymnastik
Brustkrebs-Yoga
Tanzgruppe
Therapeutisches Malen

Vorträge / Schulungen

Unternehmen Leben



Unterstützung /Beratung/Information:

- unmittelbar nach der Diagnose
- während der Behandlung
- **in der Nachsorge**



Inhalte

- Klärendes Erstgespräch
- bei Bedarf bis zu 5 Beratungseinheiten möglich - DERZEIT
- Entlastungsgespräche
- Psychoedukation
- Information und Beratung
- Vernetzung intern
- Vernetzung zu weiterführenden Angeboten (Psychoonkologie im niedergelassenen Bereich, Psychotherapie)



Themen

- Unterstützung bei der **Verarbeitung** der Diagnose – Warum-Fragen?
- Umgang mit der **Angst** – vor der Diagnose/Behandlung, Progredienz/Rezidiv
- Umgang mit **depressiven Verstimmungen** – Einschränkungen aufgrund der Erkrankung, Verlust, Sinnfragen
- Umgang mit Erschöpfung – **Fatigue-Syndrom**
- Umgang mit **körperlichen Veränderungen** – Körperbild, Ästhetik, Krankheit wird sichtbar
- Umgang mit **existentiellen Sorgen** – Jobverlust, finanzielle Einbußen, Mehrkosten
- Begleitung in der **letzten Lebensphase**
- **Trauerarbeit**

Themen in der Beratung mit Eltern

- Unterstützung in der Kommunikation – wie viel und wie sagt man es seinem Kind
- Begleitung der Kommunikation in den einzelnen Behandlungsphasen
- Leitfaden für Krisenintervention
- Psychologische Hilfe in der Terminalphase

Themen in der Beratung mit Kindern

- Unterstützung bei der Vermittlung der Diagnose
- Hilfe bei Ängsten, Depressionen und Verhaltensstörungen infolge der Erkrankung eines Elternteils
- Spielerische Bearbeitung der Lebenssituation mit einem krebserkrankten Elternteil
- Trauerbewältigung im Todesfall



- **Sicherung/Erhaltung von bestehenden, gefährdeten Arbeitsplätzen – Unterstützung bei Problemen am Arbeitsplatz**
- **Erlangung von Arbeitsplätzen – Unterstützung bei der Arbeitssuche („Betriebsservice“)**
- **Hilfe bei der Suche nach geeigneten MitarbeiterInnen (mit Feststellungsbescheid)**
- **Beratung zu sozialrechtlichen Fragen über Krankenstand, Rehabilitation, Pension, Berufsunfähigkeit und Invalidität**
- **Finanzieller Support in sozialen Härtefällen – „Soforthilfe-Fonds“**

Finanzierung durch das Sozialministeriumservice



Themen in der medizinischen Beratung

Informationsgespräch mit FachärztInnen aus Wiener Spitälern oder niedergelassener Praxis:

Medizinische Auskunft zur Diagnose, zu Befunden und Therapiemöglichkeiten/ Medizinische Zweitmeinung

Themen in der Ernährungsberatung

Rat und Hilfe bei Appetitverlust, Verlust des Geschmackssinns, Verdauungsproblemen, Gewichtsverlust - vor und während der Therapie

Schutz des Immunsystems mit richtigen Ernährungsgewohnheiten

ausgewogene, „gesunde“ Ernährung zur allgemeinen Förderung der Gesundheit



- Organisation von Vorträgen zu unterschiedlichen Themen im Haus (Onkologie, Psychologie, Diätologie, ...)
- Vorträge zur Vorsorge, Diagnose, Therapie und Nachsorge von Krebserkrankungen
- als Vortragende stehen medizinische und psychologische ExpertInnen der jeweiligen Spezialgebiete zur Verfügung
- Psychoonkologische Fachvorträge auf Tagungen, Kongressen
- Vorträge über das Angebot der Krebshilfe Beratungsstelle
- Kooperation mit selpers.com: Schulungsreihen zu diversen Themen



„DER LETZTE TAG der Therapie ist **nicht** der ERSTE
TAG des Wohlbefindens der PatientInnen!“

Die Rückkehr in den Alltag

- erfolgt **keinesfalls** schnell und problemlos
- es ist ein **Prozess** – Schalter kann nicht umgelegt werden
- Langzeitüberlebende kämpfen oft lange mit **Folgeproblemen**



Probleme:

- **Fatigue**
- **Depression**
- **Schlafstörungen**
- **Existenz-/Progredienzangst**
- **Körperbildveränderungen**
- **Partnerschaft und Sexualität**
- **Konzentrationsprobleme**



- **Diese Phase wird meist völlig unterschätzt** von PatientInnen/Angehörigen/dem sozialen Umfeld und den BehandlerInnen.
- In dieser Phase kommt die gesamte **Erschöpfung auf physischer und psychischer** Ebene erst so richtig zum Vorschein.
- Die Behandlungen haben **enorm viel Kraft/Energie gekostet** und Schmerz auf verschiedenen Ebenen verursacht.
- Der Verarbeitungsprozess beginnt **JETZT** und es dauert noch lange, bis das Wohlbefinden wieder erreicht werden kann.



- Das Umfeld **erwartet meist enorm viel** von den PatientInnen in dieser Phase.
- Angehörige/ArbeitgeberInnen/das soziale Umfeld/BehandlerInnen verwenden oft Floskeln – die kontraproduktiv sind.
- **Druck auf die Betroffenen oft enorm hoch!**
- **Selbstwert sinkt – Angst und Depression steigt!**

Es braucht viel Zeit und viel Verständnis in der Nachsorge



„KrebspatientInnen **müssen** einen hohen Berg besteigen, allerdings gehen sie diesen anstrengenden und herausfordernden Weg - im Gegensatz zu trainierten BergsteigerInnen, die freiwillig und gut vorbereitet und bestens ausgerüstet sind für die anstrengende Tour - **völlig unfreiwillig, unvorbereitet, untrainiert und schlecht ausgerüstet.**“

Unsere PatientInnen und deren Familien vollbringen **große LEISTUNGEN** – das gilt es zu würdigen!

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Bei Fragen können Sie sich gerne an uns wenden!

Österreichische Krebshilfe Wien
Pier 50, Brigittenauer Lände 50-54
Tel: 01/408 70 48 oder 0800 699 900
E-Mail: [beratung\(at\)krebshilfe-wien.at](mailto:beratung@krebshilfe-wien.at)
Web: <https://www.krebshilfe-wien.at/>