

Wenn der Krebs die Seele frisst

Psychoonkologische-Ansätze helfen aus dem schwarzen Loch

Bad Rappenau, 10. Oktober 2010. Jedes Jahr erkranken alleine in Deutschland mehr als 400.000 Menschen an Krebs. Es ist ein Schock für Betroffene und Angehörige. Krebs ist eine Diagnose die Angst macht. Angst vor der Therapie mit ihren vielen Nebenwirkungen, Angst vor den Schmerzen und Angst vor einem möglichen Tod. Doch selten bleibt die Zeit, sich mit diesen Gefühlen auseinander zu setzen. Es gilt, die verschiedenen Akutbehandlungen durchzustehen. Jüngstes Beispiel: Michael Douglas, der vor wenigen Wochen die Diagnose Kehlkopfkrebs erhielt, und sofort eine achtwöchige Strahlen- und Chemotherapie beginnen musste. Genau auf diese Ausgangssituation hat man sich in Bad Rappenau in vielfältiger Weise eingestellt. „Leider erfahren viele unserer Patienten erst während ihres Rehabilitationsaufenthaltes psychologische Unterstützung“, weiß Dr. med. Peter Trunzer, Chefarzt der MediClin Kraichgau-Klinik. „Zahlreiche unserer Krebspatienten wurden mit ihren Ängsten in der ersten Phase der Behandlung alleine gelassen“.

Auch Renate S. (Name durch Red. geändert) musste diese Erfahrung machen. „Alles ging so schnell. Erst der Knoten in meiner Brust, dann die Biopsie. Bis dahin hatte ich noch Hoffnung, alle anderen Optionen wurden verdrängt. Doch dann die Diagnose: Brustkrebs. Nach der Amputation kamen die Bestrahlungen und die Chemo. Mein Mann hat versucht, mit Kraft zu geben, doch ich habe seine Verzweiflung gespürt. Wie sollte ich ihn da noch mit meinen Ängsten belasten? Wir haben geschwiegen – und gelitten. Erst in der Rehabilitation brach alles aus mir heraus. Meine Traurigkeit, meine Angst. Trotz der mittlerweile guten Prognose konnte ich mich nicht freuen. Die Welt war grau, dunkel und ohne Hoffnung.“

Dr. Trunzer kennt diese Fälle. „Eine Krebserkrankung belastet die Betroffenen in allen Lebensbereichen. 30 bis 50 Prozent von ihnen werden durch die Diagnose und die Therapie so stark in Anspruch genommen, dass sie Unterstützung brauchen.“ Trunzer weiß, wovon er spricht. Vor rund 25 Jahren erkrankte der 50-Jährige während seines Studiums selber an Krebs. Die Psychoonkologie liegt ihm seitdem besonders am Herzen.

Dennoch ist es ein Fachbereich, der noch immer umstritten ist. Obwohl zahlreiche Studien belegen, dass Patienten, die positiv, aktiv oder sogar kämpferisch mit ihrer Erkrankung umgehen, bessere Prognosen haben. Eindeutig bewiesen ist jedoch, dass Krebs, also unkontrolliertes Zellwachstum, durch zahlreiche Faktoren negativ beeinflusst wird. Dazu gehören unter anderem Umweltgifte, Viren, genetische Veranlagung, ungesunde Lebensweise, falsche Ernährung, Bewegungsmangel oder Schlafstörungen. Faktoren, die auch schwächend auf das Immunsystem wirken. Man weiß auch, dass ein geschwächter Körper sich schlechter gegen das unkontrollierte Zellwachstum zur Wehr setzen kann.

Renate S. litt unter Appetitlosigkeit, Schlafstörungen und Panikattacken. Hinzu kam eine massive Antriebslosigkeit. Jede Bewegung war zuviel. Anders reagierte Michael Douglas. Er ging mit seiner Krankheit an die Öffentlichkeit, sprach offen mit Frau und Kindern über seine Tumorerkrankung, und er sagte dem Krebs den Kampf an.

Untersuchungen haben gezeigt, dass eine kämpferische Einstellung das Immunsystem stärkt, was sich positiv auf die Heilung bzw. das Rückfallrisiko auswirkt. Auch verbessert die mentale Auseinandersetzung mit der Krankheit die Zusammenarbeit zwischen Patient und Arzt, was wiederum den Heilungsprozess unterstützt. Dr. Trunzer ist

sich sicher, dass eine positive Lebenseinstellung zu einer verbesserten Lebenserwartung führt.

„Auch Renate S. konnte geholfen werden. Für Sie wurde ein individuellen Therapieplan ausgearbeitet. Neben physikalischen Anwendungen und sporttherapeutischen Ansätzen konnten wir mit ihr eine Gesprächstherapie beginnen, die sie zuhause fortsetzen kann. Hinzu kamen Gestaltungstherapie und Gruppengespräche. Der schönste Moment war für mich, als ich Renate S. das erste Mal wieder lachen sah,“ berichtet der engagierte Mediziner, „denn vielen Menschen ist im wahrsten Sinne das Lachen vergangen“. Darum lädt der Vater einer Tochter, seine Patienten immer wieder zu humoristischen Abenden ein. Nach dem Motto: „Lachen ist gesund“, hat der vielseitige Arzt in Bad Rappenau mittlerweile Kultstatus.

Renate S. ist mittlerweile zu einem grund-optimistischen Menschen geworden. Viele andere Patienten geht es in der MediClin Kraichgau-Klinik ähnlich. Das entspricht der Philosophie des Hauses, die Michael Schmid, kaufmännischer Direktor konsequent verfolgt: „Unser Ziel ist es, den Genesungsprozess unserer Patienten elementar zu fördern. Gemeinsam stellen wir die Weichen für eine stetige Besserung der individuellen Lebensqualität und Leistungsfähigkeit. Basis für diesen Erfolg ist der interdisziplinäre Ansatz, bei dem alle Fachkräfte unseres Hauses ihr Know-how für den Patienten einsetzen. Doch auch die menschliche Zuwendung ist von großer Bedeutung. Dieses ist nur durch das tägliche Engagement unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter möglich“, so Schmid weiter. Und wenn unser Chefarzt kabarettistische Abende gestaltet, lachen Herz und Seele“.