

KREBSDIAGNOSE – UNTERSTÜTZUNG IN EINER SCHWIERIGEN LEBENSPHASE

Wer eine Krebsdiagnose erhält, steht vor einer komplett veränderten Lebenssituation und muss sein Leben neu ordnen – begleitet von Ängsten und zahlreichen Fragen. Im Interview erklärt Lic. phil. Andrea Rotter, leitende Psychologin und Leiterin Ambulante Dienste Bern der Privatlinik Wyss AG, weshalb Psychoonkologie eine wichtige Stütze im Kampf gegen den Krebs darstellt.



Lic. phil. Andrea Rotter ist Leitende Psychologin und Leiterin Ambulante Dienste Bern der Privatlinik Wyss.

Die Privatlinik Wyss ist eine führende Fachklinik für Psychiatrie und Psychotherapie. Gegründet im Jahr 1845, ist sie die älteste psychiatrische Privatklinik der Schweiz. Zu den Kompetenzbereichen gehört die Behandlung von Depressionen inklusive Burnout sowie von Angst- und Zwangsstörungen. Die Klinik bietet ihre ambulanten, tagesklinischen und stationären Leistungen in den Regionen Bern, Münchenbuchsee und Biel an. Zudem steht sie für ein spannendes Umfeld als Aus-, Weiter- und Fortbildungsstätte und beschäftigt ein interprofessionelles Team aus rund 340 Mitarbeitenden.

www.privatlinik-wyss.ch

Was bedeutet «Psychoonkologie»?

Die Psychoonkologie befasst sich mit der psychologischen Betreuung von Krebspatientinnen und Krebspatienten. Dabei geht es darum, diese Menschen bei ihrer Krankheitsverarbeitung (z. B. bei oft auftretenden Ängsten oder anderen Schwierigkeiten) zu unterstützen.

Welche Methoden werden in der Psychoonkologie angewendet?

Die Psychoonkologin und der Psychoonkologe sind ausgebildete Psychotherapeuten mit einer Zusatzqualifikation für psychoonkologische Beratung. Die Ansätze können folglich verhaltenstherapeutisch, systemisch und oft auch integrativ sein. Häufig werden körperzentrierte Ansätze berücksichtigt, z. B. Entspannungsverfahren und Atemtechniken. In Bezug auf den Umgang mit Ängsten werden auch Imaginationsverfahren oder kognitiv-verhaltenstherapeutische Methoden angewendet.

Wie kann Psychoonkologie Krebsbetroffenen helfen?

Bei der psychoonkologischen Therapie geht es darum, Patientinnen und Patienten in ihrem psychischen Wohlbefinden zu stützen. Wenn Betroffene einen guten Umgang mit ihren Ängsten finden, ein Gefühl der Selbstwirksamkeit entwickeln und eine angepasste Selbstfürsorge betreiben können, sorgen sie für die bestmöglichen

Bedingungen, um die kräftezehrende Behandlung zu bewältigen. Die Aufgabe der Psychoonkologie ist es, Betroffene genau in diesen Bereichen zu unterstützen. Denn die onkologische Behandlung bringt neben den psychischen Belastungen je nach Verlauf auch erhebliche körperliche Einschränkungen mit sich. Daher kann unter Umständen nicht auf die üblichen Ressourcen zurückgegriffen werden, da man nicht über die bisherigen Kräfte und Fähigkeiten verfügt. So müssen vorhandene Strategien angepasst oder neue Möglichkeiten entwickelt werden.

Für wen und ab wann wird eine psychoonkologische Betreuung empfohlen?

Oft wird eine psychoonkologische Beratung empfohlen, wenn Betroffene einen hohen psychischen Leidensdruck haben, Ängste nur schwer aushalten oder bei gewissen Themen nicht weiterkommen (z. B. Einbezug der Kinder/Verwandten, Sexualität oder beruflicher Wiedereinstieg). Das Angebot kann aber auch lediglich für informative Zwecke in Anspruch genommen werden, um Fragen

wie «Wann verliere ich meine Haare?» oder «Wie läuft eine Strahlentherapie ab?» zu klären.

Wo wird die Psychoonkologie angeboten?

Wir bieten die psychoonkologische Beratung für Patientinnen und Patienten der Lindenhofgruppe in Bern an oder für alle anderen direkt bei uns am Ambulanten Dienst der Privatlinik Wyss. Die Krebsliga Bern bzw. die Krebsliga Schweiz verfügt über ein Register mit Psychoonkologinnen und -onkologen, damit man ortsnah Zugang zum Angebot finden kann.

Wer trägt die Kosten für die psychoonkologische Betreuung einer Patientin oder eines Patienten?

Wenn das psychoonkologische Angebot durch Fachpsychologinnen und Fachpsychologen getragen wird, laufen die Behandlungskosten – wie seit dem 1. Juli 2022 bei allen Fachpsychologinnen und Fachpsychologen in der Schweiz durch eine ärztliche Anordnung – über die Grundversicherung.



Jede Situation bedarf individueller Lösungen. Im persönlichen Gespräch wird das passende Vorgehen gemeinsam definiert.