



Die Krebshilfe OÖ informiert – Angehörige von Krebskranken

Krebs ist eine der häufigsten, schweren Erkrankungen weltweit. Aber Krebs ist kein Schicksal mehr – immer öfter werden Patienten geheilt oder leben mit einer „chronischen Erkrankung“ ein – fast – normales Leben. Immer noch wissen viele Menschen zu wenig über seine Entstehung, seine Risiken und die Möglichkeit, Krebs zu vermeiden.

Dies möchten wir gemeinsam mit dem Freien Radio Freistadt mit der monatlichen Reihe „Die Krebshilfe OÖ informiert“ ändern. Heute mit dem Thema „Angehörige von Krebskranken“.

1. Österreichische Krebshilfe Oberösterreich

Die Krebshilfe gibt in Österreich seit 1910 – in Oberösterreich seit 1966 mit den drei Säulen Forschung, Beratung und Information.

Der Verein zur **Forschungsförderung** der Krebshilfe OÖ organisiert klinische Projekte. Ziel ist es, dabei mitzuwirken, dass es für PatientInnen neue und bessere Behandlungsmethoden gibt.

Die Krebshilfe OÖ als mildtätiger Verein hat **14 Beratungsstellen**, um Patienten und Angehörige in dieser Lebenssituation zu begleiten und Unterstützung für die Seele zu geben. Dabei helfen Psychologen, Psychotherapeuten bei allen Fragen und Ängsten rund um die Krebserkrankung – anonym und kostenlos. Denn zusätzlich zur medizinischen Behandlung ist auch die Mobilisierung der Selbstheilungskräfte sehr wichtig, um rascher gesund zu werden. Und gerade darauf sind die Beraterinnen und Berater der Krebshilfe OÖ spezialisiert.

Eine Beratungsstelle gibt es auch in Ihrer Nähe. Eine Beratungsstelle gibt es auch in Ihrer Nähe. Jeder kann sich mit Harald Schierer Gespräche und Beratungen ausmachen, die dann im Roten Kreuz stattfinden.

Alle Fragen können hier Thema sein – von der Diagnoseverarbeitung, über Alltagsfragen bis zur Trauerbegleitung für Angehörige.

Die Krebshilfe informiert auch über jene Schritte, die mithelfen, das Krebsrisiko zu senken - eine gesunde, abwechslungsreiche und hochwertige Ernährung, viel Bewegung im Alltag und natürlich regelmäßig Sport, Schutz vor der (Mittags-)Sonne sowie ein rauchfreies Leben – aktiv und passiv!

Dazu organisieren wir konkrete Projekte. So gehen unsere Sonnenfeen in Kindergärten, um den Kleinsten den richtigen Umgang mit der Sonne näher zu bringen. Schulen werden Vorträge und Seminare angeboten, um auf eine gesunde Lebensweise – vor allem ohne Zigarette - hinzuweisen. Bei den Vorsorge- & Tastseminaren lernen Frauen das richtige Abtasten der Brust und alle wichtigen Früherkennungsschritte. Zusätzlich zum gesunden Lebensstil informieren wir auch über alle Früherkennungsuntersuchungen – Darmspiegelung, Mammografie, Prostata-Tastuntersuchung, PSA-Test usw.

All dies kann auch in unseren kostenlosen Broschüren nachgelesen werden.

2. Krebserkrankung generell

Der menschliche Körper besteht aus 100.000.000.000.000 Zellen. Bei der einfachen Zellteilung, verdoppelt sich die DNS. Die Chromosomen werden kürzer und dicker, bis sie sich schließlich in der Mitte spalten und nun zweifach vorhanden sind. Es entsteht eine neue Zelle! Dieser Vorgang der Zellteilung geschieht beim Menschen 50.000.000 Mal pro Sek.! Dabei können sogenannte „Kopierfehler“ auftreten.

Diese „Kopierfehler“ werden durch Reparaturmechanismen „korrigiert“ oder – wenn dies nicht möglich ist, schaltet sich die Zelle ab. Die „innere Polizei“ versucht mit „Killerzellen“ diese Krebszellen zu erkennen und deren Tod herbeiführen.



Krebszellen teilen sich rascher weiter und sterben nach der Zellteilung nicht mehr ab. Das heißt, dass die Wachstumsgene der Zelle stark und die Bremsgene nicht mehr arbeiten. Umgelegt auf eine Autofahrt bedeutet es „Vollgas ohne Bremsen“. Dabei es entstehen Zellwucherungen im befallenen Organ und oftmals kommt es zur Metastasenbildung, also Absiedlungen in anderen Organen. Der Grund für den möglichen Tod ist multiples Organversagen und allgemeiner Kräfteverfall sowie Infektionen.

In Österreich erkranken über 39.000 Menschen jährlich an Krebs – meistens an Brustkrebs (5.500), Prostatakrebs (4.800), Darmkrebs (4.600) und Lungenkrebs (4.400). Leider sterben auch fast 20.000 Menschen daran, meistens an Lungenkrebs (3.620) Darmkrebs (2.180), Brustkrebs (1.500) und Prostatakrebs (1.150).

3. Angehörige von Krebserkrankten – generelle Punkte

Eine Krebserkrankung bedeutet für den Erkrankten, aber auch für sein gesamtes Umfeld (Ehepartner, Kinder, Eltern, Verwandte und Kollegen und Freunde, die dem Patienten nahe stehen), eine große Veränderung und Belastung. Die Sorgen und Ängste, die Angehörige haben, sind genauso berechtigt wie die Sorgen des Erkrankten – auch wenn sie verhältnismäßig klein erscheinen.

Angehörige sind nicht „Anhängsel“ der Erkrankten, sondern in ihrer ganz persönlichen Betroffenheit zu sehen und zu würdigen. Auch sie erleben eine „Hochschaubahn“ der Gefühle, von Hoffnung und Zuversicht bis hin zu Verzweiflung, Angst und Wut. Mit der Krebserkrankung eines nahestehenden Menschen können sich viele Probleme ergeben. Angehörige müssen sich mit einer Menge von neuen und unbekanntem Dingen auseinandersetzen – der Alltag verändert sich, zusätzliche Aufgaben müssen übernommen werden, gewohnte Strukturen verlieren ihre Gültigkeit, Flexibilität und Neuorientierung sind gefordert. Dazu kommen die große emotionale Belastung und oftmals auch finanzielle und existenzielle Sorgen. Das alles ist eine große Herausforderung.

4. Die Zeit der Diagnosestellung

Die Diagnose Krebs verängstigt und schockiert Patienten und Angehörige wie kaum eine andere Erkrankung. Meist wird alles, was bisher jemals zum Thema Krebs gehört und erfahren wurde, abgerufen – schwärzeste Fantasien tauchen auf.

Dieser Schockzustand hält meist einige Tage an. Das aufklärende Gespräch, das der Arzt mit dem Erkrankten und den Angehörigen geführt hat, wird oft schwer oder nur bruchstückhaft erinnert. Daher kann es wichtig sein, nochmals ausführlicher über die Erkrankung, mögliche Behandlungsmethoden etc. zu sprechen und immer wieder Fragen zu stellen.

Die meisten Ärzte begrüßen es sehr, wenn Patienten aktiv Fragen stellen und Informationen einholen. Wenn der Patient damit einverstanden ist, begleiten Sie ihn zum Gespräch mit dem Arzt. Beide erhalten so Informationen „aus erster Hand“, und einen Angehörigen an seiner Seite zu haben ist für die meisten Erkrankten eine große Stütze.

Krebs ist nicht gleich Krebs – jede Krankengeschichte ist individuell unterschiedlich, keine ist mit der anderen zu vergleichen. Daher ist es sinnvoll, sich gezielt bei Ärzten und Vertrauenspersonen zu informieren und sich so nicht von zu vielen verschiedenen Meinungen erst recht verunsichern zu lassen. Gut gemeinte Ratschläge Achten Sie bitte darauf, den Erkrankten nicht mit – meist gut gemeinte n – Ratschlägen, Informationen oder Mahnungen zu „überschütten“ bzw. von ihm schnelle Lebensänderungen abzuverlangen. Oft sind gerade diese Aussagen Zeichen für eigene Angst und Unsicherheit und lösen beim Erkrankten eine belastende Unsicherheit aus.



5. Wie spricht man mit Erkrankten

Angehörige wissen oft nicht, wie sie mit der völlig neuen Situation umgehen sollen und wie sie am besten helfen können. Die benötigten Hilfestellungen können von Fall zu Fall ganz unterschiedlich sein: Was dem einen hilft, ist für den anderen nicht unterstützend.

Das offene Gespräch zwischen der erkrankten Person und dem Angehörigen kann Klarheit schaffen.

Die Möglichkeit, ein derartiges Gespräch zu führen, hängt natürlich vom bisherigen Umgang miteinander ab: War man gewohnt, miteinander über vieles offen zu reden, auch über persönliche Angelegenheiten, so wird es leichter sein, auch in diesem Moment offen miteinander zu sein. Menschen, die es niemals gewohnt waren, sich auszusprechen, werden gerade in dieser schwierigen Situation mit einer offenen Kommunikation eher Schwierigkeiten haben. Aus Sorge und Angst, den anderen zusätzlich zu belasten oder zu verletzen, wird häufig geschwiegen. Leider bleibt aber so jeder sehr einsam mit seinen eigenen Gedanken und Gefühlen, und die Spannung kann unerträglich werden. Versuchen Sie, mit dem erkrankten Angehörigen ins Gespräch zu kommen, so schwer das auch erscheinen mag.

In der kommenden, schweren Zeit gilt es Achtung und Vertrauen zu schaffen, indem die Grenzen des Erkrankten und die des Angehörigen respektiert werden. Jeder Mensch ist unterschiedlich und was für den einen gut ist, ist für den anderen schon viel zu viel und wird z. B. als Bevormundung empfunden; daher sollte auf individuelle Grenzen besonders gut geachtet werden. Es ist aber auch wichtig, dass der Angehörige seine eigenen Grenzen gut kennenlernt und auch wahrnimmt.

Fragen wie: „Was kann ich?“
„Was will ich?“
„Was tut mir gut?“
„Was mache ich sicher nicht?“
„Was überfordert mich?“
„Wo brauche ich Hilfe?“

sollte jeder für sich selbst klären.

Es gibt kein Patentrezept für die richtige Kommunikation mit einem Patienten. Aber es gibt einige „No-Gos“, die wir Ihnen hier ans Herzen legen wollen – als Hilfestellung und als Anregung für Ihre Kommunikation:

- Unterlassen Sie so genannte „gute Tipps“, die für Patienten oft unerträglich sind und meist aus der eigenen Hilflosigkeit kommen.
- Schweigen ist oft viel besser als Worthülsen zu verwenden.
- Dasein und Mitaushalten von schweren Situationen ist nicht einfach, aber hilfreich.
- Weniger ist oft mehr – keine langen Monologe!
- Werden Sie sich der eigenen Unsicherheit und Hilflosigkeit bewusst, und versuchen Sie nicht krampfhaft, diese zu verbergen

Vermeiden Sie Phrasen wie:

„Da musst Du jetzt durch ...“
„Das ist ja nicht so schlimm ...“
„Reiß Dich doch zusammen ...“ „Du musst jetzt stark sein ...“
„Du musst positiv denken ...“
„Dem Herrn X geht es auch wieder so gut, und er hat alles geschafft, das wird auch Dir gelingen ...“
„Hast ja nur mehr eine Chemo vor Dir, das ist nicht schlimm ...“

Ersetzen Sie diese Phrasen durch Fragen! Beispielsweise:

„Was brauchst Du gerade jetzt?“
„Wie fühlst Du Dich?“
„Was genau ist gerade schlimm/unerträglich?“
„Was könnte es Dir erleichtern?“
„Wie kann ich Dich unterstützen?“



Die Ziele der nächsten Zeit ganz konkret gemeinsam zu erarbeiten und vielleicht auch aufzuschreiben kann sehr hilfreich sein.

6. Der „Dritte“ in der Beziehung

Bei Paaren ist zu beachten, dass sich die Erkrankung wie ein „Dritter“ von außen in die bestehende Beziehung einmischt und als „Eindringling“ die Stabilität einer Beziehung gefährden kann.

Die Krankheit begleitet nun die Beziehungspartner und kann Verschiedenes mit ihnen „anstellen“. Damit die Krankheit die Partner nicht in große Krisenmomente stürzt, braucht es ein emotionales Bündnis. Die Krankheit darf nicht nur Sache des Erkrankten bleiben – sie sollte zur gemeinsamen Aufgabe des Paares werden.

Sexualität, Liebe, Zärtlichkeit spielen für die Lebensqualität ebenfalls eine ganz große Rolle. In vielen Beziehungen kann das Sexualleben durch die Erkrankung und deren Folgen an Bedeutung verlieren. Es kann für beide Seiten ein schwieriger Balanceakt werden, die körperlichen Wünsche wieder aufeinander abzustimmen.

Vielleicht haben Sie Hemmungen, den Partner nach schweren Operationen zu berühren oder nach längerer Zeit der notwendigen Abstinenz wieder einen Anfang zu machen.

Die Hemmung in diesem Bereich ist besonders groß, und es ist meist schwierig, hier offen miteinander zu sprechen – Krebs und Sexualität sind zwei sehr tabuisierte Themen. Sollte auch keine Lust zur Sexualität vorhanden sein, ist es wichtig, nicht auf Zärtlichkeit und liebevolle Gesten zu verzichten, nach denen sich wohl jeder sehnt. Sprechen Sie mit Ihrem Partner darüber, um Missverständnisse und ungewollte Kränkungen zu vermeiden. Wenn Ihnen das schwerfällt, dann scheuen Sie sich nicht, Hilfe von fachkundigen Beratern z. B. in einer Familien-, Ehe-, Lebensberatungsstelle oder bei der Krebshilfe in Anspruch zu nehmen.

7. Schauen Sie auf sich!

Häufig fragen sich Angehörige:

- „Warum trifft es gerade meinen Partner?“
- „Warum dieser Krebs?“
- „Warum haben wir dieses Pech?“
- „Sind wir schuld an der Erkrankung?“

Sie suchen nach den Ursachen der Erkrankung. Das ist ganz normal, aber wenig hilfreich für die Bewältigung der kommenden Zeit.

Richten Sie den Blick nach vorne:

„Was kann ich dazu beitragen, dass es mir wieder besser geht?“
„Was fehlt mir schon so lange?“ und
„Warum verzichte ich auf so vieles?“

Anstatt der bohrenden Frage nach der Schuld können Sie Ihre Aufmerksamkeit darauf richten, was machbar ist, damit die Lebensqualität trotz der Erkrankung in Ihrem Umfeld erhalten bleibt bzw. gesteigert wird. Die körperliche Verfassung des erkrankten Angehörigen und ihre Beeinträchtigung sind wichtige Faktoren der Lebensqualität. Die Einschätzung der Lebensqualität hängt aber auch von weiteren Bereichen ab, wie z. B. psychisches Wohlbefinden (emotionale Gefühlszustände wie Angst, Depression), soziale Funktionsfähigkeit (Anzahl und Qualität sozialer Beziehungen) und Funktions- und Leistungsfähigkeit im Alltag, die z. B. Beruf, Haushalt, Freizeit umfassen. Auf diese anderen Bereiche sollten Sie nicht vergessen!



Fragen Sie sich, was Ihre ganz persönliche Lebensqualität als Angehörige/Angehöriger steigern könnte, eventuell:

- mehr Freizeit,
- Spaziergänge machen,
- öfter wieder Freunde treffen,
- Aufgaben wieder abgeben,
- psychotherapeutische Hilfe aufsuchen,
- mehr auf die eigenen Bedürfnisse achten ...

Seit der Zeit, als bei Ihrem Partner oder Freund die Diagnose Krebs gestellt wurde, haben Sie sich als Angehöriger fast ausschließlich nach den Bedürfnissen des Kranken gerichtet. Vielleicht haben Sie das Gefühl, den Partner im Stich zu lassen, wenn Sie auf Ihre eigenen Bedürfnisse achten, wenn Sie einmal ins Kino gehen oder einen Spaziergang machen.

Vielleicht haben Sie Schuldgefühle, wenn Sie es sich gut gehen lassen, obwohl es dem Angehörigen schlecht geht. Vielleicht werden Sie auch manchmal einfach zornig und sehr wütend auf den Erkrankten, der Sie „abhält“, Ihren normalen Lebensalltag zu genießen. Wut und Zorn, Schuld, Ohnmacht und Hilflosigkeit sind häufig erlebte Gefühle von Angehörigen. Werden Sie sich dieser Gefühle bewusst, es ist ganz natürlich und verständlich, so zu empfinden. Gönnen Sie sich Atempausen, sonst kann es zu einer heftigen körperlichen und psychischen Reaktion kommen, wie z. B. dem Burn-out-Syndrom. Niemand kann und soll ständig auf Hochtouren laufen, jeder braucht Pausen, um neue Energien zu tanken.

8. Die Behandlung beginnt

Bald nach der Diagnose wird vom behandelnden Ärzteteam der Behandlungsplan für den Erkrankten erstellt. An vielen Gesprächen mit den Ärzten werden Sie teilnehmen wollen. Fragen Sie den Erkrankten, ob das in Ordnung ist und sich selbst, inwieweit Sie das auch möchten. Fragen Sie die Ärzte, welchen Teil der Unterstützung Sie als Angehöriger übernehmen können.

Fragen Sie nach, wenn Ihnen etwas unklar ist. Es kann keine falschen Fragen geben – jede Information, die Ihnen zu mehr Verständnis hilft, ist wichtig. Überlegen Sie gemeinsam mit dem Partner, ob Sie auch eine Zweitmeinung einholen möchten und ob Sie sich zusätzlichen Behandlungsmethoden (komplementärmedizinische Hilfe) in Anspruch nehmen wollen.

Während der Behandlung verändert sich einiges bei den Patienten. Die körperliche Verfassung wird möglicherweise schlechter, häufig stellen sich Müdigkeit, Übelkeit, Schmerzen, Appetitlosigkeit etc. ein. Auch psychische Probleme, wie Verstimmungen und starke Gefühlsschwankungen können sich zeigen. Häufig fühlen sich Menschen während dieser Zeit dünnhäutig und verletzlich. Auch bei Ihnen können sich Erschöpfungszustände und psychische Schwierigkeiten einstellen. Verzweiflung, Ohnmacht und Hoffnungslosigkeit können sich ebenso breit machen.

Auch der Alltag verändert sich zum Teil beträchtlich. Aufgaben, die bisher vom Erkrankten übernommen wurden, müssen nun eventuell von Ihnen erledigt werden. Das schafft zusätzliche Belastungen, wodurch sowohl der Ausgleich zu diesen Zusatzaufgaben fehlt als auch die

Fragen auftauchen können:

„Wo kann ich mir wieder ein bisschen Zeit zurückholen?“

„Wer könnte bei der Bewältigung der Aufgaben behilflich sein?“

„Wie kann ich Zeit und Raum für eigene Interessen und Freizeitaktivitäten schaffen?“

Damit Ihnen die Belastungen nicht über den Kopf wachsen, achten Sie gerade in dieser Zeit darauf, was Ihnen gut tut und was Sie entlastet, z. B. Freunde miteinbeziehen oder vielleicht Hilfe in einer Beratungsstelle aufsuchen.



Neben der Erkrankung existiert immer auch Gesundheit

So sehr die Erkrankung mit all ihren Konsequenzen in Ihren gemeinsamen Tagesplan eindringt (z. B. Abstimmung bzw. Veränderung der alltäglichen Struktur aufgrund der Behandlungspläne), so wichtig ist es auch, die gesunden Anteile im Auge zu behalten.

„Was kann der Erkrankte weiterhin alleine bewältigen?“

„Welche Möglichkeiten stehen weiterhin zur Verfügung?“

„Was muss ich als Angehöriger nicht übernehmen?“

Es ist wichtig, die Tätigkeiten, die Ihnen gut tun und die die Normalität aufrechterhalten, beizubehalten (Beispiel: Wenn es gut tut, zu arbeiten, dann weiterhin arbeiten).

9. Die Behandlung ist abgeschlossen - alles wie früher?

Wenn die Behandlungen abgeschlossen sind, kehrt der Alltag in den eigenen vier Wänden wieder ein. Die ganze Familie hat viel hinter sich gebracht. Erschöpfung kann sich nach der Phase der Anstrengung einstellen. Rollen haben sich in der Zwischenzeit möglicherweise verändert: Der sonst aktive, Entscheidungen treffende Partner wurde im Laufe der Behandlung vielleicht der abhängigere, passivere Teil, und Sie als Angehöriger mussten Rollen übernehmen, die Sie freiwillig gar nie gewählt hätten. Nun gilt es darauf zu achten, welche von den übernommenen Aufgaben wieder abgegeben werden können und wie Sie sich fühlen, wieder zu alten Lebensgewohnheiten zurückzukehren.

Meist gibt es bei vielen Angehörigen die Vorstellung, dass nach der Operation und dem Ende der Strahlen-/Chemotherapie alles vorbei wäre und nun wieder ein ganz normaler Alltag gelebt werden kann. Aber gerade in dieser Zeit kommt es bei vielen Patienten oft zu einer psychischen „Nachwehe“. Diese „Lade der verdrängten Gefühle“ springt jetzt auf, was oft zu einem inneren Gefühls-Chaos führt.

Viele Patienten fragen sich selbst: Was ist denn los mit mir? Warum geht es mir nicht gut, obwohl doch alles vorbei ist? Oft können wir beobachten, dass Menschen ganz verzweifelt darüber sind, warum denn nach dem Abschluss der Behandlungen, nicht Freude und Entspannung überwiegen, sondern sich im Gegenteil Erschöpfung und Verstimmung breitmachen. Das ist ganz „normal“. Auf beiden Seiten lassen die Kräfte einfach nach, Anspannungen, wie z. B. die Erwartung, was das nächste Blutbild, die nächsten Untersuchungen etc. bringen, fallen ab, und viele unterdrückte Ängste und Gefühle kommen erst jetzt ans Tageslicht.

Geben Sie einander viel Zeit zur Regeneration, und achten Sie wieder darauf, was Sie tun können und was Ihnen wohltut. Gönnen Sie sich Pausen und Ruhe und fragen Sie immer wieder nach, was denn der Erkrankte so denkt, was ihn erfreut, was ihn belastet und erzählen Sie auch, wie es Ihnen geht, was stört, was passt. Offene Gespräche über eigene Gefühle und Gedanken bzw. Bedürfnisse ermöglichen einen Austausch und können helfen, Gemeinsames nicht aus den Augen zu verlieren.

Immer noch kennzeichnet die Angst vor einem neuerlichen Wiederauftreten der Erkrankung oft den Alltag und kann für Angehörige eine große psychische Belastung darstellen. Häufig wird die gesamte Aufmerksamkeit auf den nächsten Kontrolltermin gelenkt, weil mit großer Angst mögliche schlechte Neuigkeiten erwartet werden. Versuchen Sie auch, sich wieder mit Dingen abseits der ehemaligen Erkrankung zu beschäftigen, die Ihnen Freude bereiten.

Diese Angst kann auch dazu führen, dass sowohl Angehörige als auch Erkrankte in der Nachsorge mit einem sehr vorsichtigen Lebensstil beginnen, um von nun „alles besser zu machen“ – manchmal mit übermäßigen Gesundheitssorgen und ständiger Beschäftigung mit Gesundheit und Krankheit. Alle Gedanken und Aktivitäten kreisen nun um die „Erhaltung“ des gesunden Zustandes. Das ist wichtig und positiv, sollte aber nicht ausschließlich ihren gesamten Lebensalltag bestimmen.



Eine gute Mitte zu finden, wo es darum geht, wieder einen ganz normalen Alltag, mit all den üblichen Gepflogenheiten zu leben und trotzdem auch die gesunde Ernährung und den stressfreien Alltag im Auge zu behalten, wird wichtig.

10. Einige zusammenfassenden Tipps?

- Geben Sie sich Zeit zur Regeneration. Sie haben viel hinter sich gebracht – es dauert seine Zeit, bis Sie wieder zu Kräften kommen.
- Erschöpfungszustände sind ganz normal. Wundern Sie sich nicht, wenn Sie sich unwohl fühlen, obwohl doch alles gut gelaufen ist.
- Achten Sie gut darauf, was Sie in dieser Zeit brauchen.
- Organisieren Sie den Alltag so, dass Ihnen auch noch Freiraum für sich selbst bleibt.
- Nachsorge ist ganz besonders wichtig. Kontrolluntersuchungstermine müssen in regelmäßigen Abständen wahrgenommen werden. Achten Sie dennoch darauf, dass auch wieder der „normale“ Alltag einkehren darf, wo sich nicht alles nur um die Erkrankung dreht.
- Verlangen Sie nicht „zu viel“ vom Erkrankten nach dem Ende der Behandlungen.
- Setzen Sie Patienten mit Ihrer hohen Erwartungshaltung nicht unter Druck und lassen Sie dem Patienten genügend Zeit, nach der schweren Zeit der Behandlungen und Belastungen wieder zu sich zurückzufinden.
- Eine Depression beim Patienten und/oder auch bei Ihnen gehört abgeklärt und behandelt.
- Nehmen Sie Symptome ernst, und begeben Sie sich in professionelle Hände.
- Ängste vor dem Wiederauftreten der Erkrankung sind häufig – sprechen Sie darüber, und achten Sie im Besonderen darauf, was in den Tagen vor der Kontrolluntersuchung zur Beruhigung beiträgt.

Zusammenfassung

Sie hörten „Die Krebshilfe OÖ informiert“, zu Thema Sexualität und Krebs. Die ganze Sendung können Sie auf der Homepage www.frf.at im Archiv nachhören.

Eine Krebserkrankung wirkt sich auf sämtliche Lebensbereiche aus und verändert den Alltag – auch von Partnern und Angehörigen. Wichtig ist einerseits die Wünsche des Erkrankten als zentralen Inhalt zu akzeptieren - Angehörige können nur Vorschläge machen und nicht entscheiden – und dass Angehörige auf sich selbst schauen, ihre Kraftreserven immer wieder auftanken. Nur dann können Sie wirklich helfen.

Nutzen Sie die Beratungsangebote – auch der Krebshilfe, um eine gemeinsame Achse zu schaffen.

Die Krebshilfe bedankt sich für die tolle Kooperation mit dem Freien Radio Freistadt – ein herzliches Dankschön, dass diesem wichtigen Thema Raum gegeben wird.

Sollten Sie noch Fragen haben oder genauere Informationen wollen, steht die Krebshilfe OÖ gerne zur Verfügung – Tel. 0732 777756 bzw. office@krebshilfe-ooe.at.



ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE **ÖBERÖSTERREICH**

Dabei dürfen wir Sie noch auf unsere Seminarangebote hinweisen. Wir versuchen – zusätzlich zur Beratung – mit Entspannung, Musizieren, Malen sowie vielen Informationsveranstaltungen allen Patienten und Angehörigen zu helfen.

Die Beratungsstelle in Freistadt, Herrn Harald Schierer erreichen Sie unter 0664 / 452 76 34. Bitte reden Sie auf das Band Herr Schierer ruft verlässlich zurück.

Österr. Krebshilfe OÖ
Dezember 2016