

Psychoonkologie – Hilfe für die Seele

INTERVIEW MIT DR. MED. ANDREA PETERMANN-MEYER

Brustkrebspatientinnen sind in Folge ihrer Erkrankung neben den körperlichen Veränderungen auch mit seelischen Belastungen konfrontiert. Sie stellen sich die Frage nach dem Warum, Sorgen und Ängste sind häufig ihr Dauergast. Viele können oder wollen sie sich ihren Angehörigen oder Freunden aber nicht anvertrauen und sie mit ihren Sorgen belasten. Dann können Psychoonkologen professionelle Unterstützung bieten und den Frauen dabei helfen, ihren Weg gestärkt zu gehen. Dr. Andrea Petermann-Meyer spricht im Interview über die Arbeit von Psychoonkologen und mit welchen psychischen Belastungen Brustkrebspatientinnen zu kämpfen haben.

Was genau ist unter dem Begriff Psychoonkologie zu verstehen?

Die Psychoonkologie ist ein noch ein relativ junges Fachgebiet, das sich mit den Wechselwirkungen zwischen Psyche und Körper beschäftigt, wenn es um die Entstehung und den Verlauf einer Krebserkrankung geht. Hierbei stehen Fragen im Raum wie: "Lösen psychische Faktoren oder Persönlichkeitsmerkmale eine Krebserkrankung aus?" oder "Führen bestimmte psychische Konstellationen zu einem günstigeren oder ungünstigeren Krankheitsverlauf?" In jüngerer Gegenwart geht es aber eher um die Fragestellungen „Was bewirkt die Krebserkrankung auf psychischer Ebene?“ bzw. "Was sind die psychischen Auswirkungen einer Krebserkrankung für die Patienten und ihre Familien, ihr gesamtes Umfeld?“. Psychoonkologie meint alle Wechselwirkungen, die es zwischen Psyche und Körper und dem gesamten sozialen System gibt.

Wer darf sich Psychoonkologe nennen? Gibt eine spezielle Ausbildung?

Psychoonkologie ist in Deutschland keine geschützte Berufsbezeichnung. In der Beratung von Krebspatienten sind sowohl Psychologen und Mediziner als auch Pädagogen und Sozialarbeiter tätig. Idealerweise verfügen sie über eine anerkannte psychoonkologische Weiterbildung, die von mehreren Institutionen angeboten wird. Es gibt in Deutschland den Ausbildungsgang „Psychosoziale Onkologie“, der von der Deutschen Krebsgesellschaft anerkannt wird. Die Ausbildung setzt ein abgeschlossenes Hochschulstudium voraus und besteht aus einem Kurs, der über 110 Stunden umfasst und eine psychoonkologische Hospitation von 40 Stunden im stationären Bereich sowie eine Fallbeschreibung beinhaltet. Da kann man sich schon auf Qualität verlassen. Es gibt aber auch eine ganze Reihe von Heilpraktikern, die hervorragende psychoonkologische Arbeit leisten, aber eben keine Psychotherapeuten im engeren Sinne sind.

Warum ist Ihrer Meinung nach die psychoonkologische Beratung speziell für Brustkrebspatientinnen so wichtig?

Bei einer Brustkrebserkrankung sind die Frauen mit Leib und Seele betroffen und erschüttert. Die Seele steht vor der besonderen Herausforderung, sowohl die potentielle Bedrohung als auch die körperlichen Veränderungen, insbesondere die der weiblichen Attribute, zu bewältigen. Bei Brustkrebserkrankungen geht es

www.brustkrebszentrale.de

Roche Pharma AG

Emil-Barell-Straße 1
D-79639 Grenzach-Wyhlen
Telefon +49 (0)7624 14-0
Telefax +49 (0)7624 1019

Sitz der Gesellschaft:
Grenzach-Wyhlen
Registergericht:
Freiburg HRB 410096

Aufsichtsratsvorsitzender:
Dr. Severin Schwan
Vorstand:
Dr. Hagen Pfundner

einmal um die operative Veränderung der Brust und um die körperliche Umstellung während der Chemotherapie. Das als Frau zu verkraften, fällt vielen wirklich schwer. Hinzu kommt die konkrete Angst, sterben zu müssen und die Angst vor Schmerzen und Leid. Das alles sind Gründe, warum die Begleitung eines Psychoonkologen im Krankheitsverlauf — immer mal wieder — wichtig werden kann.

Welche psychischen Belastungen können sich denn in Folge einer Brustkrebserkrankung entwickeln?

Typischerweise bedeutet die Erkrankung für betroffene Frauen viel Stress. Das ist konkret ein Gefühl von Aufgewühltsein, von Verunsicherung und Gereiztheit. Viele beschreiben es auch als Gefühl blankliegender Nerven. Dahinter stecken häufig Angst und Wut sowie die Fragen: Warum ausgerechnet ich? Bin ich schuld an meiner Erkrankung? Als besondere psychische Belastung werden auch die körperlichen Veränderungen infolge der Therapie empfunden. Die antihormonelle Therapie etwa — bei vielen Frauen oft über Jahre hinweg notwendig — führt zu körperlichen Einschränkungen wie trockenen Schleimhäuten oder zu einer trockenen Scheide. So sind also auch Bereiche betroffen, die sehr weit in die Beziehung und die Sexualität hineinreichen.

Wie wirken sich diese psychischen Belastungen auf die Lebensqualität aus und inwieweit beeinflussen sie auch den Heilungsprozess?

Die landläufige Meinung lautet: Denken Sie positiv und Sie werden schneller wieder gesund! Das stimmt so nicht. Wir wissen heute, dass Frauen, die aufgrund ihrer Brustkrebserkrankung weinen, traurig oder auch wütend sind, genauso gute Heilungschancen haben wie Kämpfernaturen. Unabhängig vom Umgang mit der Erkrankung ist die Heilung durch die Biologie der Krankheit bestimmt. Die psychische Verfassung ist nicht entscheidend; es sei denn, sie führt dazu, dass Patientinnen ihre Therapien vernachlässigen. Aber solange es nur um die Psyche geht, wird der Verlauf nicht beeinträchtigt. Sehr wohl ist es natürlich so, dass jeder positiv denken möchte, weil es die Lebensqualität steigert. Natürlich geht es Frauen besser, die daran glauben können und hoffen, dass sie gesund werden. Das geht aber in der Regel nur, indem man die Angst bewältigt.

Können Sie ein typisches Gespräch beim Psychoonkologen schildern?

Ein Erstgespräch hat immer ein bestimmtes Muster. Zuerst frage ich, ob die Patienten mir ihre Krankengeschichte erzählen können und mir schildern, wie sie die Diagnosestellung und Behandlung selbst erlebt haben. Im Anschluss möchte ich erfahren, wer die Patientin ist, wenn sie nicht gerade Brustkrebs hat. Ist sie verheiratet, hat sie Kinder, was für einen Beruf übt sie aus, welchen Hobbys geht sie nach und gibt es weitere Belastungsfaktoren im Leben. Dann kommt der für mich wichtigste Punkt: Was führt sie jetzt zu mir und was genau hat den Ausschlag gegeben? Dann gebe ich den Patientinnen viel Zeit, alles detailliert zu schildern. So bekomme ich eine Idee dazu, woran wir gemeinsam arbeiten wollen und was das Ziel der Behandlung sein soll — anhand des Gesprächs erarbeiten wir einen gemeinsamen Arbeitsplan. Viele Patienten fühlen sich bereits nach dem Erstgespräch deutlich entlastet, weil sie sich zum ersten Mal getraut haben, all das auszusprechen, was sie innerlich bewegt.

www.brustkrebszentrale.de

Roche Pharma AG

Emil-Barell-Straße 1
D-79639 Grenzach-Wyhlen
Telefon +49 (0)7624 14-0
Telefax +49 (0)7624 1019

Sitz der Gesellschaft:
Grenzach-Wyhlen
Registergericht:
Freiburg HRB 410096

Aufsichtsratsvorsitzender:
Dr. Severin Schwan
Vorstand:
Dr. Hagen Pfundner

Gibt es denn einen idealen Zeitpunkt für die psychoonkologische Beratung?

Es gibt nicht den idealen, aber typische Zeitpunkte, zu denen Brustkrebspatientinnen psychoonkologische Hilfe in Anspruch nehmen: in der Phase der Diagnostik, wenn sie befürchten, es könnte Brustkrebs entstehen oder auch kurz nach der Diagnose. Frauen, die dann kommen, sind meist von der Tatsache an sich sehr erschüttert — oft besonders, wenn sie in der Familie oder im Freundeskreis im Zusammenhang mit Brustkrebs schlimme Erfahrungen gesammelt haben. Ein weiterer typischer Zeitpunkt ist nach Abschluss der ersten Behandlung, wenn Frauen sich alleine gelassen fühlen. Der dritte ist der, wenn die Krankheit als Rezidiv oder in Form von Metastasen wiederkehrt. Generell sollte man sich als Patientin fragen: „Komme ich mit Erkrankung und Therapie zurecht?“ Hat man das Gefühl, Unterstützung zu benötigen, sollte man die Beratung in Anspruch nehmen — egal wann.

Wie kommen die Patientinnen zu Ihnen? Wird vom behandelnden Onkologen eine konkrete Empfehlung ausgesprochen?

Ja, genau. In der Regel ist es so, dass Patientinnen erst dann in die Beratung kommen, wenn zwei Menschen es ihnen unabhängig voneinander empfohlen haben. Meist der Arzt und ein Bekannter oder eine Person aus der Selbsthilfegruppe. Ein einzelner Impuls reicht meist nicht aus, wobei die Hemmschwelle in den letzten Jahren spürbar gesunken ist. Laut Befragung wünschen sich immerhin mehr als die Hälfte der Brustkrebspatientinnen eine psychoonkologische Beratung, Begleitung oder manchmal sogar eine Psychotherapie.

Ist Psychoonkologie gleichbedeutend mit Psychotherapie?

Es gibt hier keine ganz scharfe Trennung. Die Psychoonkologie würde ich definieren als eine Unterstützung, die sich insbesondere auf die Bewältigung der Krebserkrankung und ihrer Auswirkungen konzentriert. Zur Psychotherapie kommen Menschen mit ihrer kompletten Geschichte, mit all ihren Eigenheiten, mit all ihren Erlebnissen und Verhaltensmustern. In der Therapie versucht man, für sie eine Veränderung herbeizuführen, die sie im Alltag besser existieren lässt. In der Psychoonkologie ist der Alltag auf den Kopf gestellt. Es wird aber genauso mit den Patienten gesprochen, geweint, ermutigt, bewältigt, wie in anderen Psychotherapien auch.

Findet die psychoonkologische Beratung für Brustkrebspatientinnen einmalig oder regelmäßig über einen längeren Zeitraum statt?

Das ist individuell unterschiedlich. Generell wird für Patienten, die sich an einen Psychoonkologen wenden, bei einem der ersten Besuche 25 Sitzungen bei der Krankenkasse beantragt. Dieser wird bei Krebspatienten nahezu immer bewilligt. Nach 25 Gesprächen müsste ein neuer Antrag gestellt und vom Psychoonkologen in der Regel ein Gutachten geschrieben werden. Aus unserer Erfahrung kommen onkologische Patientinnen meist nach zehn bis zwölf Sitzungen wieder so gut zurecht, dass sie nicht mehr kommen wollen oder müssen.

www.brustkrebszentrale.de

Roche Pharma AG

Emil-Barell-Straße 1
D-79639 Grenzach-Wyhlen
Telefon +49 (0)7624 14-0
Telefax +49 (0)7624 1019

Sitz der Gesellschaft:
Grenzach-Wyhlen
Registergericht:
Freiburg HRB 410096

Aufsichtsratsvorsitzender:
Dr. Severin Schwan
Vorstand:
Dr. Hagen Pfundner

Wie finden denn die Patienten einen geeigneten Psychoonkologen?

In der Regel spricht der behandelnde Onkologe eine Empfehlung aus. Außerdem muss das Brustzentrum einen Psychoonkologen vorhalten; das ist für Patientinnen häufig die erste Anlaufstelle. Außerdem gibt es den Krebsinformationsdienst sowie die Webseite der Deutschen Arbeitsgemeinschaft für Psychosoziale Onkologie, mit deren Hilfe man Psychoonkologen in der Umgebung finden kann. Dort erfährt man außerdem direkt, ob eine Kassenzulassung vorliegt.

Mit welchen Kosten muss man während der Behandlung rechnen und wer trägt sie?

Findet man einen Arzt oder Psychologen mit Kassenzulassung, kommt die Krankenkasse für sämtliche Zahlungen auf. Liegt keine kassenärztliche Zulassung vor, kann bei der eigenen Krankenkasse ein Einzelfall-Antrag gestellt werden. Sie entscheidet, ob dieser Therapeut ausnahmsweise die Therapie auf Kosten der Kasse machen darf. Andernfalls wird man zum Selbstzahler. Eine Stunde Psychotherapie kostet dann zwischen 85 und 95 €.

Zur Person

Dr. med. Andrea Petermann-Meyer ist Ärztin, Psychotherapeutin und Psychoonkologin. Sie arbeitet seit 1998 in einer eigenen Praxis mit dem Schwerpunkt Psychoonkologie in Aachen und leitet zudem seit 2011 die Sektion Psychoonkologie am ECCA (Euregionales comprehensive Cancer Center Aachen). Sie gibt Fortbildungen, Seminare und Workshops zu diesem Thema. Seit 2003 betreut sie als Expertin die Kampagne „Durch die Brust ins Herz – Herausforderung Brustkrebs“.



www.brustkrebszentrale.de

Roche Pharma AG

Emil-Barell-Straße 1
D-79639 Grenzach-Wyhlen
Telefon +49 (0)7624 14-0
Telefax +49 (0)7624 1019

Sitz der Gesellschaft:
Grenzach-Wyhlen
Registergericht:
Freiburg HRB 410096

Aufsichtsratsvorsitzender:
Dr. Severin Schwan
Vorstand:
Dr. Hagen Pfundner