

psychosozialer  
runder tisch | **ulm**

# wegweiser



beratungsangebote  
für  
patienten & angehörige





wegweiser

# beratungsangebote für patienten & angehörige

Herausgeber

psychosozialer runder tisch | ulm

Comprehensive Cancer Center Ulm  
– integratives Tumorzentrum des Universitätsklinikums  
und der Medizinischen Fakultät  
Albert-Einstein-Allee 23  
89081 Ulm

Stand 10/2009

Drucklegung des Wegweisers mit freundlicher Unterstützung von



# Zur Neuauflage unseres Wegweisers

**Menschen, die von einer Krebserkrankung betroffen sind, brauchen nicht nur medizinische Behandlung, sondern Beratung und Unterstützung in ihrer Lebenssituation.**

**Häufig benötigen auch ihre Familien und Angehörigen, die ihrerseits unter starker Anspannung stehen, Hilfestellungen. Entsprechend vielfältig gestaltet sich daher das Angebot professioneller Ansprechpartner und Selbsthilfegruppen.**

In Weiterentwicklung der ersten Auflage von 2004 hat sich die interdisziplinäre Arbeitsgruppe „Psychosozialer Runder Tisch Ulm“ in der vorliegenden Neuauflage zum Ziel gesetzt, Ihnen hilfreiche Unterstützungsmöglichkeiten vorzustellen.

Unser neugestalteter Wegweiser soll Sie ermutigen und Ihnen helfen, sich einen Überblick zu verschaffen und geeignete Ansprechpartner sowohl am Universitätsklinikum als auch in der Nähe ihres Wohnortes zu finden. Die Auswahl der Internetadressen im Anhang verweist auf weitere Beratungs- und Informationsmöglichkeiten.

Selbstverständlich will und kann dieser Wegweiser ein persönliches Gespräch nicht ersetzen.

Wir sind für Sie da.

Ihr Autorenteam vom psychosozialen runden tisch | ulm

# INHALTSVERZEICHNIS

## Selbsthilfe

Auffangen – Informieren – Begleiten

6

## Brückenpflege

Begleitung aus dem Krankenhaus – Unterstützung zu Hause

10

## Sozialer Beratungsdienst

Wirtschaftliche Sicherung – Rehabilitation – Versorgung

14

## Hospiz

Im Abschied und Sterben geborgen sein

18

## Mediziner

Stellen Sie Ihren Ärztinnen/Ärzten Fragen

22

## Psycho-Onkologie

Beratung – Begleitung – therapeutische Hilfe: gemeinsam(e) Wege finden

28

## Seelsorge

Reden können – sich stärken lassen – Mut finden

34

## Adressen

38

# selbsthilfe

Die Bewältigung einer Krebserkrankung braucht Zeit, und jeder Mensch hat seine eigene Art und Weise mit der Erkrankung umzugehen.

# Selbsthilfe, ein Angebot für Betroffene und deren Angehörige

## Was ist Selbsthilfe?

Selbsthilfe ist Hilfe zur Selbsthilfe. Das heißt, Hilfe in außergewöhnlichen Lebenssituationen zu bekommen, aber auch anderen eine Hilfe zu sein.

Die Diagnose Krebs verändert das eigene Leben, das der Angehörigen, der PartnerInnen und das der Freunde. Bisherige Lebensplanungen werden von einem Tag auf den anderen durcheinander gebracht.

Nahezu keine andere Erkrankung ist nach wie vor mit so viel Angst, Verdrängung und Wegschauen besetzt.


Die Fülle von neuen medizinischen und sozialrechtlichen Informationen macht es Betroffenen und Angehörigen zusätzlich schwer, sich in einem komplexen Versorgungssystem zurechtzufinden.

## Doch es gibt Hilfen

Die Bewältigung einer Krebserkrankung braucht Zeit, und jeder Mensch hat seine eigene Art und Weise mit der Erkrankung umzugehen.

Eine Krebserkrankung bedeutet nicht nur eine körperliche Belastung, sie bedeutet auch eine emotionale Belastung für Betroffene. Selbsthilfe unterstützt Betroffene auf der Suche nach ihrem ganz persönlichen Weg im Umgang mit der Krankheit. Sie ist in allen Phasen einer Erkrankung für Betroffene da und hilft die vielen offenen Fragen im Zusammenhang mit einer Erkrankung zu klären.

Selbsthilfe will erkrankte Menschen bestärken, ihre, durch die Erkrankung entstandenen Probleme und deren Lösungen mit psychosozialer Begleitung und guten Informationen wieder selbst aktiv in die Hand zu nehmen und nicht in Passivität zu versinken.



Auch Angehörige erfahren Unterstützung durch die Selbsthilfe. Sie kann helfen, eine durch die Erkrankung entstandene Isolation von Betroffenen und deren Angehörigen aufzuheben.

In Selbsthilfegruppen erfahren Menschen, dass sie mit Ihrer Erkrankung nicht allein sind und dass man trotz Erkrankung das Leben wieder genießen und Lebensqualität wiedererlangen kann.

Telefonische Gesprächsangebote, gemeinsame Arzt- oder Klinikbesuche sowie Treffen mit anderen Betroffenen in einer Selbsthilfegruppe werden im Rahmen der Selbsthilfe unter anderem für Betroffene angeboten.

Angebotene Hilfen anzunehmen ist keine Schwäche. Im Gegenteil. Ängste und Belastungen können oftmals mit psychosozialen Hilfen und soliden Informationen besser bewältigt oder in das Leben integriert werden.

Über das Selbsthilfebüro KORN können sie Kontakt zu Selbsthilfegruppen bekommen.

KORN, das ist die Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitliche und psychosoziale Hilfsangebote im Raum Ulm/ Neu-Ulm.

**Redaktion:**

Christa Ranz-Hirt  
Frauenselbsthilfe nach Krebs  
Landesverband Ba.-Wü. e.V.  
Gruppe Ulm  
Telefon 0731 - 289 47

# Gesprächsnotiz

---

---

---

---

---

---

---

---

## Adressen & Rufnummern

### **Selbsthilfebüro KORN e.V.**

c/o Universitätsklinikum Ulm  
Am Hochsträß 8  
89081 Ulm

Telefon 0731 - 500 217 60

E-Mail [kontakt@selbsthilfebuero-korn.de](mailto:kontakt@selbsthilfebuero-korn.de)

Internet [www.selbsthilfebuero-korn.de](http://www.selbsthilfebuero-korn.de)

### Kontaktzeiten:

Montag bis Donnerstag 10.30 – 12.30 Uhr

Montag bis Donnerstag 14.00 – 16.00 Uhr

# brückenpflege

Brückenpflege soll für Krebskranke und ihre Angehörigen eine Brücke zwischen Betreuung in der Klinik und im häuslichen Bereich bilden.

# Ziele der Brückenpflege

Brückenpflege soll für Krebskranke und ihre Angehörigen eine Brücke zwischen Betreuung in der Klinik und im häuslichen Bereich bilden. Viele krebskranke Menschen möchten erfahrungsgemäß so viel Zeit wie möglich in ihrer vertrauten Umgebung verbringen. Um das zu ermöglichen und die Betreuung zu Hause so zu gestalten, dass den Patienten im Vergleich zu einer Krankenhausbehandlung keine Nachteile entstehen, wurden die Brückenpflegeeinrichtungen geschaffen.

## Wer kann Brückenpflege in Anspruch nehmen?

Brückenpflege ist ein besonderer Krankenhausdienst, der in Baden-Württemberg an allen Tumorzentren und onkologischen Schwerpunktkliniken eingerichtet wurde.

Der Wohnort der von uns betreuten Personen sollte nicht weiter als 30 km von Ulm entfernt sein. Geht es über diesen Radius hinaus, helfen wir den Patienten geeignete Dienste zu finden.

## Unsere Aufgaben

Wir beraten, betreuen und begleiten Sie und Ihre pflegenden Angehörigen oder Freunde. Gemeinsam mit Ihnen bereiten wir die Entlassung vor und besuchen Sie auf Wunsch auch weiter zu Hause. Über uns kann der Kontakt zur Klinik gehalten werden. Wir planen mit Ihnen die Pflege, koordinieren Hilfen und passen die Betreuungen an sich verändernde Situationen an. Dabei streben wir eine enge Zusammenarbeit mit allen Beteiligten an, insbesondere auch den Hausärzten und den Sozialstationen oder ambulanten Pflegediensten.

Wir möchten dazu beitragen, Beschwerden und Belastungen, die im Verlauf Ihrer Erkrankung bis hin zum Sterben auftreten können, zu lindern und Probleme zu lösen, die z.B. sein können: Schmerzen, Ernährungsprobleme, Umgang mit künstlichen Körperausgängen, Atemnot, Ängste und Sorgen, Sterbebegleitung.

## Unsere Leistungen in der Klinik

- Erstgespräch mit Patienten und deren Angehörigen zur Klärung des Betreuungsbedarfs, zu Wünschen und Möglichkeiten
- Absprachen mit den behandelnden Klinikärzten, dem Pflegepersonal und anderen an der Betreuung Beteiligten
- Gemeinsame Erstellung eines Pflegeplanes für zu Hause
- Kontakt und Absprachen mit dem Hausarzt
- Organisation der Pflege
- Hilfsmittelbeschaffung, Einschaltung sozialer Dienste, Anleiten von speziellen Pflegetätigkeiten, Pflegeversicherung, Absprachen mit den Krankenkassen

## Unsere Leistungen im häuslichen Bereich

- Betreuung durch eine feste Bezugsperson mit Hausbesuchen auf Wunsch und bei Bedarf
- Anleitung und Beratung bei der Pflege
- Anpassen der Betreuung an Veränderungen
- Hilfe und Unterstützung bei Problemen
- Ansprechpartner für den behandelnden Arzt, den Pflegedienst oder andere Beteiligte

### **Durch unsere Tätigkeit entstehen Ihnen keine Kosten**

Wir übernehmen keine regelmäßig anfallenden, planbaren Pflegemaßnahmen. Die laufende Betreuung sollte durch Angehörige oder ambulante Pflegedienste sichergestellt sein.

In Notfällen, bei Versorgungsengpässen oder wenn spezielle Maßnahmen durch keinen anderen Dienst sichergestellt werden können, stehen wir den Patienten zur Verfügung.

### **Rufbereitschaft**

Patienten in der häuslichen Betreuung können uns nach Absprache über Rufbereitschaft 24 Stunden von Montag bis Sonntag erreichen.

## Adressen & Rufnummern

### **Brückenpflege**

Universitätsklinikum Ulm  
Steinhövelstraße 9 (Holzbau)  
89075 Ulm

Telefon 0731 - 500 671 87

Telefax 0731 - 500 671 82

E-Mail [brueckenpflege.ccu@uniklinik-ulm.de](mailto:brueckenpflege.ccu@uniklinik-ulm.de)

Kontaktzeiten direkt oder über Anrufbeantworter:  
Telefonisch von Montag bis Freitag 8.00 – 19.00 Uhr

# sozialer beratungsdienst

Das Leben mit der Erkrankung bewältigen und so gut wie möglich wieder in den Alltag zurückkehren.

# Soziale Beratung von Patienten und deren Angehörigen / Bezugspersonen

Die Diagnosestellung einer bösartigen Erkrankung hat oft weitreichende Auswirkungen auf Ihr Leben und das Ihrer Bezugspersonen.

Eine länger andauernde Behandlung wirft im sozialen und wirtschaftlichen Bereich eine Menge Fragen auf, und es ist wichtig zu wissen, auf welche Sozialleistungen Sie einen gesetzlichen Anspruch haben, welche Ämter zuständig sind, welche Beratungsmöglichkeiten es gibt und wer Sie bei der Antragstellung unterstützt. Sie sollten sich nicht scheuen, diese Leistungen in Anspruch zu nehmen und sich von den entsprechenden Stellen beraten zu lassen.

Ziel ist es, dass Sie das Leben mit der Erkrankung bewältigen und so gut wie möglich wieder in Ihren Alltag zurückkehren können.

Häufig ist zu Beginn der Erkrankung noch nicht absehbar, welche Fragestellungen auf Sie zukommen können.

## Fragen zur Rehabilitation

- Wo beantrage ich eine Rehabilitationsmaßnahme und gibt es bestimmte Fristen z. B. bei der Beantragung einer AHB (Anschlußheilbehandlung) oder Anschlussreha?
- Welcher Kostenträger ist zuständig?
- Kann ich die Klinik selbst aussuchen?
- Welche Klinik ist für mein Krankheitsbild geeignet?

## Zum Schwerbehindertenrecht

- Kann ich einen Schwerbehindertenausweis beantragen?
- Welches Amt ist zuständig?
- Wo gibt es Formulare?
- Wer stellt den Grad der Behinderung und die Merkzeichen fest?

- Was sind die Vorteile eines Schwerbehindertenausweises, wenn ich noch berufstätig bin? Ist es für mich als Rentner sinnvoll, einen Ausweis zu beantragen?
- Welche Vergünstigungen kann ich in Anspruch nehmen?

## Zur wirtschaftlichen Sicherung

- Wie lange habe ich Anspruch auf Lohnfortzahlung?
- Wann muss ich Krankengeld beantragen, wie hoch ist das Krankengeld und für welchen Zeitraum wird es bezahlt?
- Habe ich Anspruch auf Übergangsgeld?
- Muss ich eventuell Rente beantragen und welche Rentenarten gibt es?
- Kann mich die Krankenkasse auffordern, Rente zu beantragen?
- Kann ich mich von der Zuzahlung befreien lassen?
- Beahlt die Krankenkasse den Transport zur Bestrahlung oder Chemotherapie?
- Was ändert sich, wenn ich Hartz IV beziehe?
- Gibt es Möglichkeiten der finanziellen Unterstützung durch Härtefonds oder Stiftungen?

## Zur eigenen Versorgung und der Versorgung von Kindern und anderen Haushaltsmitgliedern

- Gibt es nach dem Krankenhausaufenthalt oder während der Chemo- oder Strahlentherapie einen Anspruch auf Haushaltshilfe?
- Gibt es während des Krankenhausaufenthaltes und eventuell danach einen Anspruch auf eine Familienhelferin, für welchen Zeitraum und bis zu welchem Alter meiner Kinder?
- Gibt es für pflegebedürftige Angehörige während meines Krankenhaus- oder Rehabilitationsaufenthaltes einen Anspruch auf Kurzzeitpflege und welche Einrichtungen kommen in Frage?
- Wer unterstützt mich bei der Pflege?
- Wer informiert mich über den Einsatz eines Betriebs Helfers?

## Weitere Fragen können sich im Laufe eines längeren Krankheitsprozesses ergeben

- Wer berät mich zur Pflegeversicherung?
- Wie sind die Voraussetzungen für die Einstufung?
- Welche Hilfsmittel kann ich beantragen?
- Welche Sozialstationen und Hilfsdienste gibt es in meiner Stadt?
- Wer berät mich zur Patientenverfügung oder Vorsorgevollmacht?
- Wo finde ich Adressen zum Betreuten Wohnen oder von Pflegeheimen in meiner Region?
- Wo finde ich Informationen zu Selbsthilfegruppen?

Sind sie Patientin/Patient am Uniklinikum Ulm oder Angehörige/ Bezugsperson können Sie sich gerne zur Beratung an die Mitarbeiter des Sozialen Beratungsdienstes wenden.

## Adressen & Rufnummern

### **Sozialer Beratungsdienst**

Universitätsklinikum Ulm  
Renate Platzer  
Leitende Sozialarbeiterin  
Steinhövelstraße 9  
89075 Ulm

Telefon 0731 - 500 690 67

Telefax 0731 - 500 690 61

E-Mail [renate.platzer@uniklinik-ulm.de](mailto:renate.platzer@uniklinik-ulm.de)

Kontaktzeiten direkt oder über Anrufbeantworter:  
Telefonisch von Montag bis Freitag 8.00 – 15.00 Uhr

hospiz ulm e.V.

Leben – Abschied – Tod -  
Trost – Trauer – Leben

# Die Dienste des Hospiz Ulm

## **Ambulanter Hospizdienst**

Der größte Wunsch vieler Menschen ist es, in vertrauter Umgebung zu sterben, im Kreise ihrer Familie, Angehörigen oder Freunde. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Hospiz Ulm begleiten die Sterbenden auf Wunsch zu Hause und unterstützen die Angehörigen, sie beraten, stehen zur Seite bei der Organisation der Pflege und helfen im persönlichen Gespräch.

Bei einem ersten Besuch zu Hause besprechen wir, welche Unterstützung notwendig ist und welche Aufgaben wir übernehmen können. Das Hospiz Ulm versteht sich als Ergänzung bestehender Hilfen, wie zum Beispiel ambulanter Pflegedienste.

## **Nächtliche Sitzwachen in Pflegeheimen**

Auf Wunsch begleiten wir schwerkranke sterbende Menschen und ihre Angehörigen in stationären Pflegeeinrichtungen.

## **Stationäres Hospiz Agathe Streicher**

Die Hoffnung und den Wunsch nach einem Sterben in Würde – möglichst zu Hause in vertrauter Umgebung – haben die meisten Menschen. Nicht immer ist das möglich. Eine Alternative bietet die umfassende Pflege und Betreuung im Hospiz.

## **Unser Hospiz bietet ein Ersatz-Zuhause**

- mit einer Atmosphäre persönlicher Zugewandtheit und Wertschätzung
- mit einer ganzheitlichen Betreuung, die Schmerztherapie, sorgfältige Pflege und Seelsorge umfasst

- im Zusammenwirken von Fachpersonal, ehrenamtlich Mitarbeitenden und Angehörigen
- im Dasein für die Hospiz-Gäste bis zuletzt
- mit dem Angebot, auch den Angehörigen und Freunden in der Zeit des Abschieds und der Trauer beizustehen

Die ganzheitliche, achtsame und liebevolle Behandlung und Pflege rund um die Uhr erfolgt durch gut ausgebildetes hauptamtliches Pflegepersonal, das von ehrenamtlich Mitarbeitenden unterstützt wird.

### **Ambulanter Kinder-Hospizdienst**

Es ist eines der schwersten Schicksale überhaupt, wenn Kinder aus ihren Familien gerissen werden. Das Hospiz Ulm unterstützt auf Wunsch betroffene Familien.

In der Regel liegt das Hauptaugenmerk der ausgebildeten Kinderhospiz-Mitarbeiter nicht auf dem sterbenden Kind, denn es wird meist von den Eltern selbst betreut. Die Aufgabe des Hospiz Ulm ist hier vornehmlich, dem betroffenen Umfeld Hilfe und Zuwendung zu geben. Hospiz-Mitarbeiter sind Stütze und Ratgeber, Ankerpunkt und Ansprechpartner. Der Ambulante Kinderhospizdienst kümmert sich auch dann, wenn eine enge Bezugsperson stirbt und ein Kind beispiellose Trauer bewältigen muss.

### **Trauerbegleitung**

Der Verlust eines nahestehenden Menschen verändert das Leben der betroffenen Angehörigen und löst Verunsicherung und tiefe Trauer aus. Gerade in dieser Zeit kann es tröstlich und hilfreich sein, einen heilsamen Umgang mit der Trauer zu finden.

Für Trauernde bietet das Hospiz Ulm e.V unterschiedliche Angebote und hilft, der Trauer so zu begegnen, dass sie eine lebensfördernde Kraft werden kann.

## Patientenverfügung

Wer wird im Ernstfall wichtige Entscheidungen für Sie treffen, sollten Sie nicht mehr in der Lage sein, ihre Wünsche zu äußern? In einer Vorsorgevollmacht benennen Sie einen Menschen, der in Ihrem Sinne handelt und in einer Patientenverfügung legen Sie fest, wie Sie behandelt werden möchten und wie nicht. Das Hospiz Ulm informiert regelmäßig über Inhalte und rechtliche Rahmenbedingungen.

## Palliativberatung

Palliativberatung kann helfen, die Chancen, die es gibt, zu finden und zu nutzen. Dieses ergänzende Angebot kann sowohl vom Patienten als auch von allen an der Pflege Beteiligten angefordert werden.

## Adressen & Rufnummern

### Hospiz Ulm e. V.

Zeitblomstraße 27, 89073 Ulm  
Telefon 0731 - 666 22



### Stationäres Hospiz Agathe Streicher

Zeitblomstraße 43, 89073 Ulm  
Telefon 0731 - 151 77 02  
Telefax 0731 - 151 77 03

E-Mail [kontakt@hospiz-ulm.de](mailto:kontakt@hospiz-ulm.de)

Internet [www.hospiz-ulm.de](http://www.hospiz-ulm.de)

### Umzug in neue Räumlichkeiten

Ab Dezember 2009 befinden wir uns in unserem neuen Hospizhaus in der Lichtensteinstraße 14/2 in Ulm.

# mediziner

Warum bekomme ich Krebs?  
Was ist ursächlich hierfür?  
Werde ich sterben?

# Fragen an den Arzt

Die Diagnose einer Krebserkrankung ist für Patienten und Angehörige ein dramatischer Lebenschnitt, der auf die private und berufliche Situation der betroffenen Personen erhebliche Auswirkungen hat.

Neben den direkten Folgen der Krebserkrankung, wie Krankheitssymptome, Nebenwirkungen aggressiver Therapieverfahren und des möglichen tödlichen Verlaufes, sind Patient und Patienten-umfeld mit einer Vielzahl psychischer und sozialer Belastungen und Grenzsituationen konfrontiert.

Somit besteht ein hoher Bedarf an qualifizierter medizinischer Versorgung und Begleitung, um einerseits die Chancen auf Heilung nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen zu wahren und andererseits bei nicht heilbaren Erkrankungen Beschwerden zu lindern und eventuell das Überleben zu verlängern.

## Folgende Fragen stellen sich Patienten sehr oft

- 1 | Warum bekomme ich Krebs? Was ist ursächlich hierfür?
- 2 | Werde ich sterben?
- 3 | Werden durch die Krebserkrankung und die Therapie Schmerzen, Angst und Leid auf mich zukommen?
- 4 | Welche Therapieformen gibt es?
- 5 | Gibt es alternative Behandlungsformen?

# Antworten

1 | Warum gerade ein bestimmter Mensch Krebs bekommt, ist bei vielen Krebsformen nicht bekannt. Allerdings sind in bestimmten Fällen Vererbungen genetischer Defekte bekannt, wie z.B. bei einigen Formen des Brustkrebses. Auch können äußere Einflussfaktoren die Entwicklung einer Krebserkrankung mitverursachen.

! | **Fragen Sie Ihren Arzt, ob ein (wahrscheinlich) ursächlicher Grund für die Krebsart bekannt ist!**

2 | Unter dem Begriff Krebs versammeln sich gänzlich unterschiedliche Erkrankungen, deren Krankheitsverläufe und Therapiemöglichkeiten sehr verschieden sind. Somit wird der Arzt jedem Patienten eine individuell abgestimmte Therapieform vorschlagen. Im Prinzip bestehen zwei unterschiedliche Ziele der Krebsbehandlung.

○ **Kuration:** Ziel der Behandlung ist die **Heilung** der Tumorerkrankung

○ **Palliation:** Bei einer fortgeschrittenen Krebserkrankung ist oftmals keine Heilung mehr zu erzielen. Ziel der Behandlung ist dann eine zeitweise Rückbildung des Tumorgewebes, mit dem Ziel, **Beschwerden zu lindern** und eventuell das **Überleben zu verlängern**.

! | **Fragen Sie Ihren Arzt, ob das Therapieziel Kuration oder Palliation ist!**

**3 |** Sowohl der Krebs selbst, wie auch die Behandlung und auch davon unabhängige Prozesse können Schmerzen auslösen. Heutzutage ist die Medizin fähig, in den meisten Fällen Schmerzen zu lindern oder ganz zu beseitigen.

**! | Teilen Sie Ihrem Arzt die Schmerzen mit! Sagen Sie Ihrem Arzt, wenn die Schmerzmedikation nicht ausreichend ist bzw. Sie Nebenwirkungen der Medikation verspüren.**

Krebs wird als Bedrohung empfunden, eine normale Reaktion darauf ist Angst. Ein allgemeines Rezept gegen die Angst gibt es nicht. Jeder Mensch ist unterschiedlich und reagiert anders auf verschiedene Situationen.

**! | Konkretisieren Sie Ihre Ängste und teilen Sie diese Ihrem Arzt mit!**

**4 |** Die drei Grundpfeiler der Krebsbehandlung bestehen aus der Operation, der örtlichen Bestrahlung und der medikamentösen Therapie. Die medikamentöse Therapie besteht nicht mehr alleine aus der Chemotherapie, auch antihormonelle Behandlung und Immuntherapien kommen zum Einsatz.

Je nach Krebsart und Ausbreitung des Tumors kommt eine alleinige oben genannte Maßnahme zum Einsatz oder eine Kombination, auch in unterschiedlicher Reihenfolge.

Viele Behandlungsmöglichkeiten werden heutzutage ambulant durchgeführt, somit verringert sich bzw. fällt ein mehrtägiger Krankenhausaufenthalt oft nicht mehr an.

**! | Fragen Sie Ihren Arzt, welche Maßnahmen geplant sind! Fragen Sie nach der Dauer der einzelnen Behandlungen und deren Abfolge! Fragen Sie, ob die Behandlungen stationär oder ambulant durchgeführt werden!**

**5 |** Oft fragen Krebspatienten nach alternativen Heilungsmethoden. Die Gefahr ist groß, sich Scharlatanen anzuvertrauen, die viel Geld verdienen wollen.

Allerdings können alternative Behandlungsmöglichkeiten schulmedizinische Verfahren ergänzen. Diese sollten allerdings immer mit dem behandelnden Arzt abgesprochen werden.

**! | Fragen Sie Ihren Arzt nach alternativen Behandlungsmöglichkeiten! Reden Sie mit Ihrem Arzt darüber, wenn Ihnen alternative Behandlungsmöglichkeiten angeboten worden sind!**

**Redaktion:**

Dr. med. Clemens Schulte

Klinik für Innere Medizin III

# Gesprächsnotiz

---

---

---

---

---

---

---

---

## Adressen & Rufnummern

**Comprehensive Cancer Center Ulm  
– integratives Tumorzentrum des  
Universitätsklinikums und der  
Medizinischen Fakultät**

Albert-Einstein-Allee 23  
89081 Ulm

Die Beratungsstelle des CCCU vermittelt den Kontakt zu den onkologischen Experten und den Mitgliedsabteilungen.

Montag bis Donnerstag 8.00 – 15.30 Uhr

Freitag 8.00 – 12.00 Uhr

Telefon 0731 - 500 560 56

E-Mail [sekr.cccu@uniklinik-ulm.de](mailto:sekr.cccu@uniklinik-ulm.de)

Internet [www.ccc-ulm.de](http://www.ccc-ulm.de)

„Die Seele des Patienten braucht  
ebensoviel Hilfe wie sein Körper“

J. Holland, 1977

psycho-onkologie

# Psychoonkologische Beratung

## Psychoonkologie – was ist das?

„Psychoonkologische Versorgung“ beschreibt die psychosomatische / psychotherapeutische Beratung, Unterstützung, Behandlung und Begleitung in Situationen, die im Zusammenhang mit der Diagnose einer Tumorerkrankung zum Teil krisenhaft und unerwartet auftreten können. Sie umfasst Maßnahmen zur Unterstützung der Krankheitsbewältigung im Verlauf – für Krebspatienten und ihre Angehörigen!

Ein Ziel ist, das Leben mit oder nach einer Krebserkrankung so zu gestalten, dass die Lebensqualität möglichst hoch ist – durch Gespräche, Beratung, durch die gemeinsame Entwicklung hilfreicher Bewältigungsstrategien und Vermittlung weiterführender Hilfen.

## Wer macht die Psychoonkologische Beratung am Universitätsklinikum in Ulm?

Unser psychosomatisches Team setzt sich zusammen aus ÄrztInnen unterschiedlicher Fachrichtungen mit psychotherapeutischer Ausbildung, approbierten PsychologInnen sowie TherapeutInnen mit spezieller psychoonkologischer Weiterbildung.

## Wem nützt das?

Krankheitsbewältigung ist ein Prozess ständiger Veränderung: körperlich und emotional in Anpassung an den Krankheitsverlauf, an das Verhalten der Umwelt und an die eigenen Kräfte und Kraftreserven.

Die Diagnose einer Tumorerkrankung erschüttert in erster Linie das Leben des Erkrankten. Der Boden unter den Füßen ist nicht mehr da, aber er fehlt nicht nur den Betroffenen, sondern auch anderen Familienmitgliedern, Partnern, Kindern und Freunden. Häufig wird die Diagnose „Krebs“ sowohl von Betroffenen als auch von ihrer Umwelt mit Vorstellungen von Isolation, Leiden und Tod in Zusammenhang gebracht. Gefühle von (Todes-) Angst, Trauer, Mutlosigkeit, aber auch Wut und Scham. Große Verzweiflung und Schuldgefühle können außerdem entstehen.

Es stellen sich Fragen wie:

- Wie wird mein Leben von nun an aussehen?
- Wem kann / soll / muss ich von meiner Krankheit erzählen?
- Werden mich andere meiden? Bin ich ansteckend?
- Habe ich Schuld an meiner Krebserkrankung?
- Wie werden andere über mich urteilen?

Auf einmal ist nichts mehr wie früher. Unfreiwillig muss der Alltag umorganisiert werden – in der Familie und auch beruflich. Möglicherweise drohen finanzielle oder andere Sorgen, Zukunftsperspektiven werden unsicher, verändern sich, werden unberechenbarer. Freundschaften, Partnerschaften, das Familienleben verändern sich. Gewohnte Rollen und Aufgaben müssen zumindest für eine Zeit umverteilt werden, liebgelebte Aktivitäten möglicherweise vorübergehend oder für immer aufgegeben werden. Es stellen sich Fragen wie:

- Wer kann den Haushalt machen?
- Wie wird das gehen mit dem Essen für die Kinder nach der Schule?
- Wie offen kann ich mit meiner Partnerin / meinem Partner reden, wenn ich Angst habe?
- Was werde ich nach der Behandlung noch leisten oder arbeiten können?

Kinder und Erwachsene sind gleichermaßen betroffen, wenn ein Elternteil erkrankt ist. Der Umgang verändert sich angesichts der eigenen Trauer, angesichts eines möglichen oder drohenden Abschieds.

- Mein Kind schweigt, was kann ich tun?
- Mein Kind fragt andauernd, was kann ich ihm wie sagen?
- Darf ich weinen, wenn ich mit ihm rede?
- Mit wem aus dem Umfeld meines Kindes müsste / sollte ich reden?

Infolge der Behandlung (Chemotherapie, Operation, Bestrahlung) verändert sich der Körper, die Körperwahrnehmung, die körperliche Verfassung, möglicherweise treten ungewohnte Gefühlsschwankungen, Stimmungen auf. Auch Erschöpfungsgefühle, Ohnmacht, Wut, Hilflosigkeit, Verzweiflung, ungewohnte Abhängigkeit sind zu berücksichtigen. Es entstehen Fragen wie:

- Ist es normal, dass ich keine Lust verspüre nach körperlicher Nähe, dass Sexualität mich bedrängt, dass ich mich schäme?
- Bin ich noch eine vollwertige Frau / ein vollwertiger Mann (nach Brustkrebsoperation, Operation eines Prostatakarzinoms)?
- Ich erkenne mich nicht wieder – ich bin immer so erschöpft und niedergeschlagen – ist das normal?

Gedanken, die Angehörige und Erkrankte gleichermaßen betreffen können:

- Ich mag nicht mehr auf die Straße gehen, alle anderen sind so gesund.
- Darf ich es mir gut gehen lassen, für mich sorgen, wenn meine Partnerin bzw. mein Partner so krank ist?
- Wie viel Zeit darf ich für mich in Anspruch nehmen und gestalten, wenn der andere krank ist?

- Ich bemühe mich so sehr, stark zu sein, aber es gelingt mir nicht.
- Ich bin so wütend und bemühe mich, es nicht zu zeigen.
- Unser Leben hat sich komplett verändert, alles dreht sich nur noch um die Krankheit.

Die Rückkehr in den Alltag, nach Abschluss der Behandlung, nach Entlassung aus dem Krankenhaus kann mit sehr unterschiedlichen Erwartungen, Hoffnungen und Befürchtungen verbunden sein und zu starken inneren aber auch zwischenmenschlichen Spannungen führen.

So mögen beispielsweise Angehörige und auch die Betroffenen selbst sofort eine komplett wiederhergestellte körperliche und geistige Leistungsfähigkeit erwarten. Fragen treten auf, wie:

- Warum bevormunden mich die anderen immer noch?
- Können die anderen nicht verstehen, dass ich immer noch Angst habe – vor der nächsten Untersuchung, vor einem Rezidiv, vor den Alpträumen –, nachdem alles vermeintlich überstanden ist?
- Warum bemüht sich meine Partnerin / mein Partner nicht mehr, wieder selbstständig zu werden?
- Darf ich jetzt endlich mein eigenes Leben wieder aufnehmen?
- Wann hört die Bedrohung durch die Erkrankung endlich auf?

### Unser Angebot

Begleitung, Beratung und Vermittlung weiterer Hilfestellungen für PatientenInnen und Angehörige über alle Behandlungsphasen (Diagnosestellung, therapiebegleitend stationär, tagesklinisch, in der ambulanten Nachsorge). Dieses Angebot umschließt Einzelgespräche sowie Paargespräche, Angehörigengespräche, Familiengespräche, Sterbe- und Trauerbegleitung.

Autorin:

Dr. med. Anne D. Rose

Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

# Gesprächsnotiz

---

---

---

---

---

---

---

---

## Adressen & Rufnummern

**Universitätsklinik  
für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie  
Konsil- und Liaisonpsychosomatik**

Frauensteige 14a  
89075 Ulm

Telefon (Sekretariat) 0731 - 500 618 81  
Montag bis Freitag 9.00 - 12.00 Uhr

# linik-seelsorge

Wenn ich dich anrufe, so erhörst  
du mich und gibst meiner Seele  
große Kraft. (Psalm 138,3)

# Seelsorgliche Begleitung von Patienten und Angehörigen

Menschen werden durch die schwierige Diagnose „Krebs“ in der eigenen Lebenssicht verunsichert. Sie fühlen sich durch die Krankheit seelisch verletztlich.

Viele Menschen haben in Krisen erkannt, wie brüchig das Leben ist, aber auch wie kostbar. Sie wünschen sich in Ergänzung zur ärztlichen und pflegerischen Begleitung die Möglichkeit, ausführlich zur Sprache zu bringen, was ihnen auf der Seele liegt, z. B.:

- Ich war ein positiv zum Leben eingestellter Mensch, und nun zweifle ich. Kann ich der, der ich sein möchte, wieder werden?
- Wie kann ich meine Krankheit als ein Teil meines Lebens annehmen lernen?
- Ich finde das nicht gerecht. Kommt nun Schlag auf Schlag? Warum lässt Gott dies zu?
- Ich habe ein schwieriges Verhältnis zu einem meiner Angehörigen. Wie kann ich mich versöhnen?

Seelsorge kann nicht über Trost und Heilung von Menschen verfügen, aber ihr Auftrag ist, die Nähe Gottes und die stärkende, tröstende Kraft des Evangeliums Jesu Christi zu bezeugen:

- Seelsorge bietet Raum und Zeit zur Begegnung. Ein Gespräch über diese Art von Fragen unterliegt der Schweigepflicht.
- Seelsorge hilft einzelnen Menschen in ihrer persönlichen Lebenssituation, in dem sie den Lebensweg spirituell aus den Quellen der christlichen Religion deutet.
- Seelsorge kann in Anspruch genommen werden von kranken Menschen und auch von Angehörigen.
- Seelsorge stärkt Menschen durch Gebete, Segnungen, Gottesdienste, Feiern von Sakramenten.

Wenn Sie gerne die Angebote der Seelsorge in Anspruch nehmen möchten und Unterstützung bei der Krankheitsbewältigung suchen, dann finden Sie Seelsorgerinnen und Seelsorger in Universitätskliniken, Kreiskrankenhäusern, Rehabilitations- und Kurkliniken. In der Regel verfügen sie über eine spezielle Ausbildung in Seelsorge in Ergänzung zu ihrem Theologiestudium. Ihre Arbeit wird getragen durch die evangelische und katholische Kirche in Deutschland, in einigen Fällen auch durch Freikirchen, die Träger von Kliniken sind.

Es gibt auch die Möglichkeit, vor Ort mit der jeweiligen Pfarrerin oder dem Pfarrer einer Kirchengemeinde in Kontakt zu treten und Angebote von Seelsorge in Anspruch zu nehmen.

Wer dringend Seelsorge braucht, kann die Telefonseelsorge anrufen. Sie ist kostenlos und 24 Stunden lang zu erreichen. Die Nummer des Anrufenden wird nicht angezeigt.

**Telefonseelsorge:** 0800 - 111 0111  
0800 - 111 0222

Ebenfalls bieten einige Tagungshäuser und Klöster Seelsorge und spirituelle Begleitung, wie stille Zeiten, Meditationen, Exerzitien, etc. an.

Darüber hinaus sind auch die Angebote der Diakonie oder Caritas zu nennen. Sie haben ein Netz von Bezirksstellen, die in jeder größeren Stadt zu finden sind. Sie bieten Seelsorge durch die psychologischen Beratungsstellen.

### **Autorin:**

Pfarrerin Sabine Thumm-Reutter  
Evangelische Klinikseelsorge  
Universitätsklinik Ulm/Safranberg  
Steinhövelstraße 9  
89075 Ulm  
Telefon 0731 - 500 692 76

Einen Überblick zu Angeboten der Seelsorge kann man im Internet finden. Die evangelische und katholische Kirche in Deutschland bieten Links zu Seelsorge und Beratungsmöglichkeiten vor Ort in den verschiedenen Landeskirchen und Bistümern an.

### **Evangelische Kirche:**

[www.ekd.de](http://www.ekd.de)

[www.krankenhausseelsorge-wuerttemberg.de](http://www.krankenhausseelsorge-wuerttemberg.de)

### **Katholische Kirche:**

[www.katholisch.de](http://www.katholisch.de)

[www.krankenhaus-kurseelsorge.de](http://www.krankenhaus-kurseelsorge.de)

Falls Sie weitere Fragen zum Thema Seelsorge haben, steht Ihnen zur Verfügung:

## Adressen & Rufnummern

### **Evangelische Klinikseelsorge**

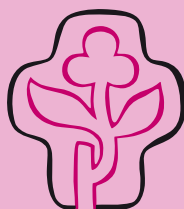
Pfarrer Erich Schäfer (Geschäftsführung)

Universitätsklinik Ulm/Oberer Eselsberg

Albert-Einstein-Allee 23

89081 Ulm

Telefon 0731 - 500 692 70



### **Katholische Klinikseelsorge**

Pastoralreferent Albert Rau (Geschäftsführung)

Universitätsklinik Ulm/Oberer Eselsberg

Albert-Einstein-Allee 23

89081 Ulm

Telefon 0731 - 500 692 79

# Internetadressen

# Internetadressen

## **[www.ccc-ulm.de](http://www.ccc-ulm.de)**

Ausführliche Informationen über verschiedene Krebserkrankungen und Behandlungsmöglichkeiten, die jeweiligen medizinischen Experten am Universitätsklinikum Ulm und über angebotene Klinische Studien

## **[www.krebsgesellschaft.de](http://www.krebsgesellschaft.de)**

Umfangreiche Informationen über verschiedene Krebsarten

## **[www.krebshilfe.de](http://www.krebshilfe.de)**

Sehr ausführliche Seite über Krebsentstehung und Erklärung der verschiedenen Krebsarten

## **[www.krebsverband-bw.de](http://www.krebsverband-bw.de)**

Viele Informationen über Leben mit Krebs und Krebsvorsorge

## **[www.bayerische-krebsgesellschaft.de](http://www.bayerische-krebsgesellschaft.de)**

Psychosoziale Beratung, Öffentlichkeitsarbeit, Selbsthilfe, Psycho-Onkologie

## **[www.krebs-kompass.de](http://www.krebs-kompass.de)**

Informationen über neueste Entwicklungen der Krebsbehandlung, Chat und Erfahrungsberichte Betroffener

## **[www.inkanet.de](http://www.inkanet.de)**

Diese Seite will motivieren, sich eigenständig über die Krankheit und die entsprechenden Beratungsangebote zu informieren

## **[www.kompetenznetz-leukaemie.de](http://www.kompetenznetz-leukaemie.de)**

Alle relevanten Informationen rund um das Thema Leukämie mit dem Schwerpunkt auf neue Forschungsergebnisse

### **[www.lymphome.de](http://www.lymphome.de)**

Alle relevanten Informationen rund um das Thema Lymphknotenkrebs mit dem Schwerpunkt auf neue Forschungsergebnisse

### **[www.dkfz.de](http://www.dkfz.de)**

Das Deutsche Krebsforschungszentrum (DKFZ) ist die größte biomedizinische Forschungseinrichtung in Deutschland. Über 2.000 Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, davon 850 Wissenschaftler, erforschen die Mechanismen der Krebsentstehung und arbeiten an der Erfassung von Krebsrisikofaktoren

### **[www.hilfe-fuer-kinder-krebskranker.de](http://www.hilfe-fuer-kinder-krebskranker.de)**

Beratung und Information für Eltern, Kinder (jeder Altersgruppe) und Personen, die mit dem Thema konfrontiert sind, wie Verwandte, ErzieherInnen, LehrerInnen, BetreuerInnen

### **[www.dapo-ev.de](http://www.dapo-ev.de)**

Bundesweiter Zusammenschluss aller Berufsgruppen, die in der medizinischen und psychosozialen Betreuung von Krebskranken und ihren Angehörigen oder in der psychoonkologischen Forschung tätig sind. Informationsdienste, Krebsberatungsstellen, Selbsthilfeorganisationen, Kontakte.

### **[www.betanet.de](http://www.betanet.de)**

betanet.de ist eine Suchmaschine für Sozialfragen im Gesundheitswesen. Hier können Sie Fragen recherchieren, die insbesondere bei Patienten mit schweren und chronischen Erkrankungen auftreten.

# Notizen

---



wir sind für sie da

# IMPRESSUM

## Herausgeber

Integratives Tumorzentrum des Universitätsklinikums  
und der Medizinischen Fakultät

**Comprehensive Cancer Center**  **Ulm**

Albert-Einstein-Allee 23  
89081 Ulm

## psychosozialer runder tisch | ulm

### **Jochen Kraus**

Brückenpflege

### **Dr. med. Susanne Mortier**

Klinik für psychosomatische Medizin und Psychotherapie

### **Renate Platzer**

Sozialer Beratungsdienst

### **Christa Ranz-Hirt**

Frauenselbsthilfe nach Krebs, Landesverband Ba.-Wü. e.V. Gruppe Ulm

### **Dr. med. Anne D. Rose**

Klinik für psychosomatische Medizin und Psychotherapie

### **Dr. med. Clemens Schulte**

Klinik für Innere Medizin III

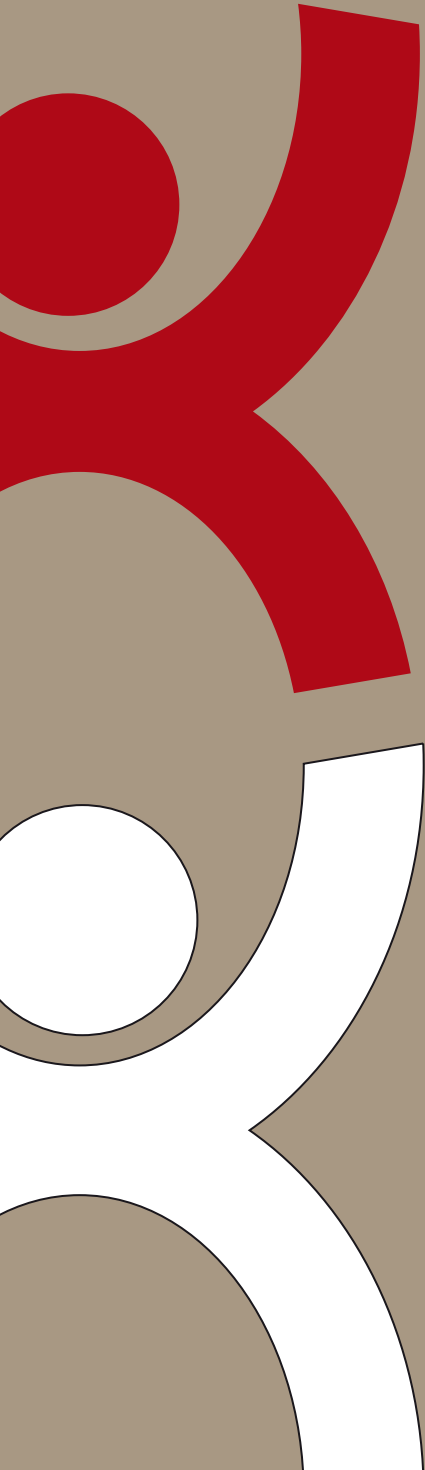
### **Martina Seng**

Stationäres Hospiz Ulm

### **Pfarrerin Sabine Thumm-Reutter**

Evangelisches Klinikpfarramt III, Safranberg

V.i.S.d.P. Dr. med. Anne D. Rose  
Lektorat Jörg Portius | Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Grafik Julia Baumann | [www.werkstattfuergestaltung.net](http://www.werkstattfuergestaltung.net)



psychosozialer  
runder tisch | **ulm**

