

Bei Krebs: Sicherheit geben und Ressourcen aktivieren

Die Heilungschancen bei vielen Krebserkrankungen sind so gut wie nie zuvor. Dennoch: Die Diagnose ‚Krebs‘ versetzt Betroffene in Furcht und Schrecken, lähmt sie in ihrer Handlungsfähigkeit. Genau da setzt die Ergotherapie an. „Zentrale Aspekte sind, die Positivität von Krebspatienten zu fördern und auszuschöpfen, mit ihnen realistische Ziele zu definieren. Und bei entsprechender Prognose darauf hin zu arbeiten, dass sie ihren Alltag wieder aufnehmen können“, fasst Lina Mühlbauer, Ergotherapeutin im DVE (Deutscher Verband der Ergotherapeuten e. V.) zusammen, welche maßgebliche Rolle Ergotherapeuten bei der Bewältigung von Krebsleiden spielen.

Onkologische Abteilungen setzen auf eng vernetzte, interdisziplinäre Teams, denn die Behandlung von Krebspatienten bedeutet weit mehr als die rein medizinische Versorgung. Neben unterschiedlichen Fachärzten arbeiten zusätzlich zu weiteren gesundheitlichen Disziplinen immer häufiger Ergotherapeuten in der Onkologie. „Wer eine so schwere Erkrankung wie Krebs hat, erlebt ein ständiges Wechselbad der Gefühle.“, spiegelt die Ergotherapeutin Mühlbauer wider, was in Krebspatienten vor sich geht. Sie werden mit Angst machenden Situationen konfrontiert, mit Untersuchungen und Behandlungsformen wie Chemo- oder Strahlentherapie, die sie zudem körperlich erschöpfen. Sie müssen sich in einer unbekannteren Umgebung und einem oft erschreckenden Umfeld aufhalten, wissen nicht, was auf sie zukommt. Manche leben von Untersuchung zu Untersuchung und Ergebnis zu Ergebnis. „Unter solchen Umständen ist es besonders wichtig, den Patienten bei Fragen beratend zur Seite zu stehen, um Ängste zu nehmen. Gleichzeitig stärken wir sie, indem wir ihre Ressourcen und Fähigkeiten herausarbeiten und ihnen helfen, wieder handlungsfähig und selbstsicher zu werden.“, erläutert Mühlbauer wissend, wie Beeinträchtigungen den Krankheitsverlauf beeinflussen können.

Handlungsfähigkeit durch kognitives Training erhalten

Bei vielen Krebspatienten kommt es als Folge der Chemo- und Strahlentherapie oder durch Medikamente, die sie nehmen müssen, zu kognitiven Defiziten. Mithilfe von Untersuchungen wie dem Mini-Mental-Status Test überprüfen Ergotherapeuten, ob das Lang- oder das Kurzzeitgedächtnis betroffen ist. Auch das räumliche Vorstellungsvermögen oder die Zeit-Raum-Orientierung können eingeschränkt sein. Fähigkeiten, die nötig sind, um selbstständig zu agieren. Selbstständigkeit ist wesentlich, damit die Patienten sich nicht noch kränker fühlen. Selbstständig zu sein fühlt sich gut an und fördert den Genesungsprozess. Auch deshalb sind mittlerweile mehr Ergotherapeuten in der Krebstherapie angesiedelt: Ihr Ansatz ist, den Fokus nicht auf das Pathologische, das Kranke zu lenken, sondern das Positive zu sehen, jede nur mögliche Ressource zu aktivieren. Trainingsprogramme, die die kognitiven Fähigkeiten wieder verbessern, sind daher eine der Maßnahmen, die Ergotherapeuten einsetzen, um Beeinträchtigungen ihrer Patienten zu beheben, sie handlungsfähig zu machen und ihren Gesundheitszustand und Heilungsverlauf positiv zu gestalten.

Das Umfeld als positiven Verstärker einbeziehen

Ein weiterer Faktor, der zur Stabilisierung von Krebspatienten beiträgt, ist das eigene Rollenverständnis. Wer Krebs hat, wird abrupt aus seinem Leben und damit aus seiner Rolle zum Beispiel als Arbeitnehmer, Mutter oder Freund gerissen. Um herauszufinden, welche für sie wesentliche Rollen die Patienten vor ihrer Erkrankung hatten, welche sie in der aktuellen Situation einnehmen und was ihnen nach ihrer Gesundung von Bedeutung ist, setzen

Ergotherapeuten Befunderhebungsinstrumente wie Rollenchecklisten ein. Warum ist das so wichtig? Dazu die Ergotherapeutin: „Es kann vorkommen, dass Kinder in ihrer Fürsorge für ein an Krebs erkranktes Elternteil auch solche Aufgaben abnehmen, die der Kranke durchaus selbst bewältigen kann und muss, um eine der Krankheit angemessene Selbstständigkeit zu erhalten.“ Durch ein solch umgekehrtes Rollenverhalten fühlen sich Eltern in die Position des Kindes versetzt, es kommt zu einem Rollenkonflikt. Ergotherapeuten beziehen auch aus diesem Grund das Umfeld mit ein, informieren und zeigen auf, was das Verhalten von Kindern, Angehörigen oder Freunden bewirkt. Und vermitteln, wie sie ihr Verhalten ändern und den Erkrankten Rückhalt geben können. Es hat sich gezeigt, dass sich ein hohes Maß an sozialer Unterstützung positiv auf den Krankheitsverlauf von Krebspatienten auswirkt. Ein möglichst normaler Umgang miteinander, Besuche und – bei Krebspatienten mit einer guten Prognose – das in Aussicht stellen künftiger gemeinsamer Unternehmungen tragen darüber hinaus dazu bei, den Lebensmut und die Zuversicht Betroffener zu stärken.

Die persönlichen Ressourcen herausfinden und aktivieren

Es gehört mit zu den wichtigsten ergotherapeutischen Fähigkeiten, die Ressourcen der Patienten zu ergründen und sie zu nutzen. Was auch bei einer Krebserkrankung in nahezu jeder Situation und jedem Stadium sinnvoll ist. Die Ergotherapeutin bebildert dies mit dem Beispiel eines Patienten, der nach mehreren Operationen und einer längeren Zeit des Liegens Probleme durch den Rückgang der Muskelmasse hatte: „Eine seiner hilfreichsten Ressourcen war, dass er früher sportlich aktiv war. In Teamarbeit haben wir gemeinsam ein Bewegungsprogramm aufgestellt, das anfangs aus ganz leichten, alltäglichen Körperbewegungen bestand, die er gut in seinen Tagesablauf integrieren konnte.“ Durch immer wieder neues Anpassen und Steigern des Programms an den aktuellen Zustand des Patienten konnte dieser den zunehmenden Erfolg, die sich aufbauende Muskulatur, sehen. Damit ging das Gefühl einher, wieder gesünder zu werden. Und es wirkte sich positiv auf seine Motivation aus: Er wollte und konnte weitermachen. Darüber hinaus war die Bewegung für den Patienten ein Katalysator, um seine Situation emotional zu verarbeiten. Ein Verlauf, der sich auf andere Patienten mit anderen Ressourcen übertragen und dank der vielfältigen Angebote und Ideen von Ergotherapeuten immer wieder individuell herbeiführen lässt.

Informationsmaterial gibt es bei den Ergotherapeuten des DVE (Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V.); Ergotherapeuten in Wohnortnähe auf der Homepage des Verbandes im Navigationspunkt Ergotherapie und Therapeutensuche.



Ressourcen erkennen und zum Wohle der Patienten einsetzen: Dieses Vorgehen zeichnet Ergotherapeuten aus und hilft auch an Krebs Erkrankten, besser mit ihrer Krankheit, deren Folgen und den Auswirkungen der Behandlungen umzugehen. © DVE/ Janine Metzger)



Auch bei Krebserkrankungen gilt: Jeder Patient hat seine ganz eigene Art, mit seiner Situation zurechtzukommen. Ergotherapeuten bieten ein breites Spektrum an Möglichkeiten an, um die Gefühle zu kanalisieren und zu verarbeiten. (© DVE/ J. Metzger)



Das Maß an sozialer Unterstützung kann den Verlauf von Krebserkrankungen beeinflussen. Ergotherapeuten beziehen üblicherweise Angehörige ein, zeigen ihnen, wie sie ihr Verhalten ändern können, um das Wohlbefinden von Krebspatienten zu fördern. (© DVE/ Janine Metzger)



Jeder nimmt bestimmte Rollen in seinem Leben ein. Das gilt auch für Menschen, die an Krebs erkrankt sind. Mit ergotherapeutischer Hilfe finden sie heraus, welche Rollen jetzt wichtig sind, lernen ebenso wie ihr Umfeld, damit umzugehen. (© DVE/ J. Metzger)



Lina Mühlbauer ist Ergotherapeutin, begleitet Krebspatienten und ihre Angehörigen auf ihrem Weg durch die Krankheit. (© DVE)