

<http://www.faz.net/-guw-7hq9j>

HERAUSGEGEBEN VON WERNER D'INKA, BERTHOLD KOHLER, GÜNTHER NONNENMACHER, FRANK SCHIRRMACHER, HOLGER STELTZNER

Frankfurter Allgemeine Gesellschaft

Aktuell Gesellschaft Gesundheit

Psycho-Onkologie

Wenn der Krebs sich durch die Seele frisst

28.09.2013 · Eine Tumorerkrankung stellt das Leben des Patienten auf den Kopf, und das der Freunde und Angehörigen auch. Psycho-Onkologen bieten Unterstützung an.

Von EVA BERENDSEN

Artikel



© SEBASTIAN CUNITZ

Gemeinsamer Kampf: Mit seiner Krebserkrankung seien sie wieder näher zusammengerückt, sagt Hartmut Schöffner über sich und seine Frau Cornelia.

Hartmut und Cornelia Schöffner machen so ziemlich alles gemeinsam. Sie haben zwei Töchter, zwei gemeinsame Praxen für Physiotherapie - und dann erkrankten sie beide an Krebs. Hartmut Schöffner erhielt seine Diagnose vor fünf Jahren, Dickdarmkrebs, er wurde operiert, die Chemotherapie folgte. „Danach war ich nur noch die Hälfte“, sagt der heute 52 Jahre alte Mann. Als die Familie glaubte, alles sei überstanden, entdeckten die Ärzte in Cornelia Schöffners Brust einen bösartigen Tumor. Das war im vergangenen Jahr.

Heute sitzen die Schöffners im Büro ihrer neuen Praxis im schicken Frankfurter Westend, beide sehen gesund aus, gar nicht nach Leid und Tod, vielmehr schlank und sportlich. Im Trainingsraum neben dem Büro keucht ein Patient auf einem Fitnessrad, dort stehen wuchtige Pilates-Geräte aus hellem Holz und schwarzem Lederpolster. „Wir haben die Bänke neu beziehen lassen“, sagt Hartmut Schöffner.

„Die Zeit war immer viel zu knapp“

Nicht nur in den Räumlichkeiten ihrer Praxis hat sich in der vergangenen Zeit einiges verändert. Mit dem Krebs haben die beiden auch ihr Leben neu eingerichtet. Sie gehen jetzt oft gemeinsam mit dem Hund spazieren. Früher ein Unding, wie sie erzählen, die Zeit war immer viel zu knapp, man hat sich lieber abgewechselt. „Über die Arbeit reden wir beim Spazieren aber nicht“, sagt Hartmut Schöffner. Bei dem Satz wird klar, dass auch das alles andere als selbstverständlich ist bei einem Paar, das zugleich eine Geschäftspartnerschaft pflegt. Cornelia Schöffner sagt mit ironischem Unterton: „Frau Senf hat es uns verboten.“

Bianca Senf, rotbraunes Haar, Kämpfernatur, sitzt in ihrem Büro am Universitären

Centrum für Tumorerkrankungen (UCT) an der Uniklinik Frankfurt vor einer mit Pfirsichfarbe gewaschenen Wand und schmunzelt: „Manchen Patienten fällt es sehr schwer, die eigenen Bedürfnisse durchzusetzen.“ In solchen Fällen dürften sie sich zur Not auf die Gebote ihrer Psychoonkologin berufen. „Das taugt dann zumindest für eine Zeit als Krücke“, sagt die Leiterin der Zentrale Psychoonkologie am UCT.

Krebs seelisch verarbeiten

Senf berät und begleitet Krebspatienten. Sie verordnet keine Chemos oder Bestrahlungen, das ist die Aufgabe der Onkologen. Als Psychoonkologin hat sie mit der psychischen Verfassung der Patienten zu tun. Krebs befällt nicht nur den Körper, sondern muss natürlich auch seelisch verarbeitet werden. Dass viele Patienten von psychosozialer Unterstützung profitieren, klingt banal. Dennoch benötigte die Psychoonkologie Zeit und Durchsetzungskraft, um sich zu etablieren. Die Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Psychosoziale Onkologie gibt es seit dreißig Jahren.

Ungefähr so lange ist auch Senf dabei. „Alles fing an mit der Betreuung von krebskranken Kindern“, sagt sie. Wie gehe ich mit der Glatze nach der Chemo um? Wie verhalte ich mich gegenüber Gleichaltrigen? Sozialarbeiter sollten die jungen Patienten bei diesen Fragen unterstützen, waren aber schnell überfordert. Viele Kinder waren richtig depressiv, manche litten unter Angststörungen. Dann wurden auch Psychologen zu Rate gezogen. Mit der Zeit erweiterte sich das Klientel: die Eltern krebskranker Kinder, erwachsene Krebspatienten, und inzwischen suchen auch viele Angehörige Senf und ihre Kollegen auf. Krebs frisst sich durch das gesamte soziale Umfeld. Krebs trifft den Partner, die Kinder, Freunde und Verwandte.

Mit Kindern über Krebs reden

„Kennen Sie den Song von Madonna?“, fragt Senf. In „Mother and Father“ singt der Popstar von ihrer krebskranken Mutter, die sie im Alter von fünf Jahren verlor, und von ihrem Vater, der seine Trauer verbarg und mit der Tochter nicht redete. Kinder von Krebspatienten, weiß die Medizin heute, sind hoch belastet, viele leiden im Erwachsenenalter unter physischen und psychischen Krankheiten, sagt Senf. Bei diesen Sätzen holt sie eine Broschüre heraus, die sie verfasst hat, der Titel lautet: „Mit Kindern über Krebs sprechen“. „Die gibt es jetzt auch in türkischer Sprache“, sagt sie stolz. Viele haben als Kind die Erfahrung gemacht, dass man die Erkrankung eines Elternteils vor ihnen geheim hielt, nicht mit ihnen redete.

Hartmut Schöffner wollte reden, unbedingt. Zu seinen Chancen auf Heilung hatten die Ärzte ihm damals gesagt: „fifty-fifty“. „Nach der Operation habe ich für mich gespürt, dass ich Unterstützung brauche“, erinnert er sich. „Wie gehe ich mit meinen Ängsten um? Wie kann ich meine Mitmenschen schützen?“ Er hat sich umgehört, im Internet nach Adressen gesucht, und letztlich Bianca Senf gefunden.

Psychische Belastung

Sie ist Psychotherapeutin, will ihre Patienten aber nicht als psychisch krank eingestuft wissen. Im Gegenteil, dann reagiert die sonst so gelassene Frau heftig. „Man kann einem Krebskranken doch nicht noch zusätzlich eine psychopathologische Diagnose stellen, nur damit seine Behandlung bei einem Psychoonkologen bezahlt wird“, raunt sie, und ihr Groll richtet sich gegen die Krankenkassen - die nur im Fall einer psychischen Erkrankung eine Therapie genehmigen. „Sollen wir den Patienten auch noch eine Anpassungsstörung bescheinigen, wenn sie aus unserer Perspektive völlig adäquat auf eine Diagnose reagieren? Das wäre eine Frechheit!“

Natürlich hätten Krebspatienten Angst vor dem Tod, sagt Senf. Natürlich fragten sie sich, wie es weiter geht. Viele haben schwierige Erlebnisse aus dem Krankenhausalltag zu verarbeiten. Auch wenn die Krankheit vorläufig besiegt ist, müssen die Menschen mit dem Wissen leben, dass der Krebs zurück kommen kann. Psychoonkologen sprechen von einer Belastung, unter der die Patienten manifeste Ängste und Depressionen entwickeln können. „Das hat übrigens nichts mit der Schwere der Krebserkrankung zu tun“, sagt Senf. Je früher ein Patient unterstützt werde, desto geringer sei die Gefahr, dass sich aus „normalen“ Ängsten eine Panikstörung entwickle.



In der Praxis: Bei einer Krebserkrankung braucht auch die Seele Therapie.

© SEBASTIAN CUNITZ

Suche nach dem „Fünkchen Lebensenergie“

Es helfe aber nicht, die Ängste zu unterdrücken, ist Senf überzeugt. „Hier tut es gut, mit jemandem zu sprechen, der die Todesangst aushält.“ Das sind im Zweifel sie oder ihre Kollegen. Wo Patienten die Hoffnung aufgeben, suchen die Psychoonkologen nach einem Fünkchen Lebensenergie, und sei er noch so schwach. Senf nennt es den „roten Lebensfaden“. Meist spürt sie diesen Faden im Gespräch auf, wenn sich die Patienten plötzlich aufrichten, die Augen zu leuchten beginnen. Weil sie etwa von einer geliebten Person sprechen oder von einem Hobby, das ihnen am Herzen liegt. Dort setzt Senf an, versucht zu vermitteln, dass es sich lohnt, einen Umgang mit den Ängsten zu finden.

Natürlich hatte auch Hartmut Schöffner Angst zu sterben. „Noch größer aber war die Angst vor dem Siechtum“, erzählt er. Seine Töchter kennen ihn als den stets aktiven Vater, der pausenlos plappert. „Ich wollte nicht, dass mich meine Kinder als graues Männlein erleben müssen.“ Bianca Senf habe gesagt: Sie können sich die Ängste erlauben, sie sind die normale emotionale Reaktion auf die Diagnose. Dass sie sich eher Gedanken machen würde, wenn er gar keine Angst fühlte. Und dass es eine Riesenkränkung ist, wenn man seine altbekannte Rolle nicht mehr ausüben kann. Dann korrigiert sich Schöffner: „Ich soll ja nicht ‚man‘ sagen, wenn ich ‚ich‘ meine. Hat Frau Senf gesagt.“

„Feiern sie endlich ihre Überstunden ab.“

Auch im Beruf war Schöffners Rolle die des Guten, des Machers, immerzu bereit, noch einen Patienten in den längst vollen Terminplan zu schieben, der über 50 Stunden in der Woche vorsah. In einer Sitzung bei Senf sollte er die angehäuften Überstunden an die Wand schreiben - die Liste reichte bis zur Decke. „Woran denken Sie, wenn Sie an etwas Schönes denken?“, habe die Therapeutin ihn gefragt. Seine Antwort lautete nicht: die Arbeit. Sondern: „Ich streife durch weite Felder.“ „Dann tun Sie das“, habe Senf gesagt, „und feiern Sie endlich ihre Überstunden ab!“

Schöffner schrieb 120 Briefe und verschickte sie an seine Patienten. Diese konnten lesen, dass es in der Praxis Schöffner künftig anders zugehen werde. Der Tenor: „Und jetzt liege ich hier und kann nicht mehr.“ Ein Befreiungsschlag, sagt Schöffner. Wenn Patienten heute darüber klagen, nicht gleich einen Termin zu bekommen, entgegnet er: „Aber Sie wissen doch, seit meiner Krebserkrankung arbeite ich weniger, meine Frau passt auf mich auf!“ Der Gewinn dabei: Mehr Zeit für die Familie und für die Partnerschaft. „Wir sind seit 1989 verheiratet, und man kann schon sagen: Das Feuer war ein bisschen raus“, gibt Hartmut Schöffner zu und greift nach der Hand seiner Frau. Sie wiegt den Kopf.

„Sie werden daran nicht sterben.“

Mit seiner Erkrankung aber seien sie wieder näher zusammengerückt. Frühmorgens sitzen sie seitdem jeden Tag zu zweit in der Küche, vor ihnen steht dann die hübsche gusseiserne Kanne, und trinken grünen Tee. Dann genießen sie es, ein Paar zu sein. Oder wenn sie mit dem Hund unterwegs sind. „Ich habe mich auf dem Feld gesehen, aber niemals allein“, sagt er mit sanfter Stimme. „Meine Frau war immer dabei.“ Ohne den Krebs und die psychologische Unterstützung hätte er es wohl nicht geschafft, sich mehr Zeit für die Partnerschaft zu nehmen - und weniger zu arbeiten. Davon ist Hartmut Schöffner überzeugt. „Offenbar brauchte ich die Holzhammermethode, um mein Muster zu ändern.“

Der Holzhammer schlug im vergangenen Jahr ein weiteres Mal zu, mit der

Brustkrebsdiagnose von Cornelia Schöffner. „Ich habe nichts gemerkt, gar nichts“, sagt sie und scheint es ihrem Körper immer noch übelzunehmen, keine Signale gesendet zu haben. Immerhin hatte ihre Gynäkologin auch eine gute Nachricht: „Sie werden daran nicht sterben“, hatte sie gesagt, „den Rest kriegen wir schon in Griff.“

Beide Eltern an Krebs erkrankt

Nur der persönliche Rest entglitt Cornelia Schöffner. Sie sah die Töchter, damals 19 und 21 Jahre alt, die sich sorgten. Sie sagten, es sei eine Geißel, dass beide Eltern an Krebs erkrankt waren. Sie mussten zusehen, wie schwer die Strahlentherapie der Mutter zusetzte. „Ich war so müde“, sagt Schöffner, dumpf und schwer klingt die Stimme, als sie sich erinnert. „Vorher lebte ich ja nach der Devise: Es gibt nichts, was nicht geht.“

Doch irgendwann ging in der Partnerschaft nichts mehr. „Sie hatte für mich immer auf einem Podest gestanden“, sagt Hartmut Schöffner über seine Frau, „und mit der Diagnose hatte man sie herunter geschubst.“ Reden konnten die beiden nicht darüber. Sie sprach nicht. Er fragte nicht. Inzwischen ging auch Cornelia Schöffner zu Bianca Senf. In der Psychoonkologie ist man pragmatisch, macht auch mal Ausnahmen von mancher psychotherapeutischen Regel, berichtet Senf. Zum Beispiel von der, niemals beide Partner zu behandeln. Für die Ehe der Schöffners vermutlich großes Glück.

Kommunikatives Loch

„Sehr viele Paare fallen in ein kommunikatives Loch“, sagt Senf. Wenn der Kranke glaubt, den Partner nicht mit seinen Ängsten belasten zu dürfen. Und umgekehrt. „Angehörige haben schreckliche Angst um den Partner. Aber auch um sich selbst.“ Schließlich stellten sie sich die legitime Frage: Wie geht es eigentlich für mich weiter? Viele Paare wählen bei diesen brenzligen Themen die Vermeidungsstrategie und schweigen. Zu den Schöffners sagte Senf irgendwann: Schluss!, aus!, jetzt setzen wir uns zu dritt zusammen! Er fühle sich ausgeschlossen, erfuhr Cornelia Schöffner dann von ihrem Mann. Und Hartmut Schöffner musste einsehen, dass jeder anders mit der Krankheit umgeht. Dass die einen reden, die anderen lieber nicht. „Aber das musste ich auch erst gesagt bekommen.“

Überzeugungsarbeit leisten Psychoonkologen auch immer noch unter der Ärzteschaft. Längst nicht alle Mediziner stehen hinter dem Anliegen der Psychologen. „Seit zehn Jahren gibt es validierte Instrumente, um festzustellen, wann ein Patient einen Psychoonkologen braucht“, sagt Senf. Manche klingen simpel: Wie schätzen Sie ihre Belastung zurzeit auf einer Skala von null bis zehn ein? Doch scheuen sich viele Ärzte, danach zu fragen. Sie rufen den Psychoonkologen eher, wenn der Patient weint. Insgesamt aber, bemerkt Senf, würde die Unterstützung der Psychoonkologen noch viel zu selten in Anspruch genommen. „Ganz besonders die weniger auffälligen Patienten, die Ruhigen, gehen uns durch die Lappen, um es einmal salopp zu formulieren.“ Manchen Ärzten fehle es an Empathie, glaubt Senf, und oft natürlich auch an Zeit.

Anspruch auf psychoonkologische Betreuung

Bald soll jeder Krebspatient zumindest einen Anspruch auf psychoonkologische Betreuung haben. So soll es im Nationalen Krebsplan stehen, dafür kämpfen Senf und ihre Kollegen seit Jahren. Es gibt eine Vorlage der Fachgesellschaft, dass jeder Krebspatient zehn Sitzungen ganz unbürokratisch genehmigt bekommt. Der Antrag wird derweil geprüft. Senf weiß aber auch, dass nicht alle Patienten ein solches Angebot selbstverständlich annehmen. Weil der Psychotouch abschreckend wirke.

„Ach“, sagt Hartmut Schöffner, „für mich waren die Sitzungen eher wie ein Coaching.“ Bald steht eine Nachsorgeuntersuchung an, das ist immer heikel. Deshalb hat er schon einen Termin bei Bianca Senf vereinbart.

Am Empfang der frisch renovierten Praxisräume haben die Schöffners eine Karte ausgelegt, darauf ist die neue Adresse der Praxis notiert. Wer sie umdreht, liest einen Satz, den das Paar an ihre Patienten richtet, vielleicht auch an sich selbst. Grün und kleingedruckt steht da: „alles wird gut.“

Weitere Artikel

Junge Krebspatienten: „Wir wollen das Leben feiern“

Christian Herfarth wird 80: Der forschende Krebs-Chirurg

Krebs: Maßgeschneiderte Therapie

Tumorthherapie: Mit seltenen Erden gegen Krebs

Quelle: F.A.S.

Hier können Sie die Rechte an diesem Artikel erwerben

Frankfurter Allgemeine
ZEITUNG FÜR DEUTSCHLAND



© Frankfurter Allgemeine Zeitung GmbH 2013
Alle Rechte vorbehalten.