

# Psychoonkologische Aspekte bei gynäkologischen Tumoren

---

Bianca Züst, Fachexpertin in Onkologiepflege, Psychoonkologische Beraterin SGPO

# Was verbirgt sich hinter „Psychoonkologie“?

Psychoonkologie befasst sich mit den

- psychischen
- systemischen
- sozialen
- sozialrechtlichen

Folgen und Begleiterscheinungen durch eine Krebserkrankung

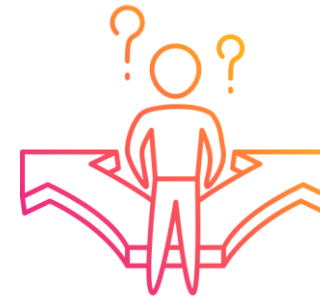


# Belastungsfaktoren bei Krebspatienten

---

## Existenzielle Belange

- Lebenssinn
- Lebensziele
- Lebensperspektiven etc.



## Folgen und Begleitsymptome der Krebstherapie

- Fatigue und Schlafprobleme
- Funktionseinschränkungen
- Fertilitätsaspekte



## Belastungsfaktoren bei Krebspatienten

---

### Partnerschaft und Familie

- Beziehung und Intimität
- Belastung der Angehörigen
- Genetische Prädisposition



### Arbeit und Beruf

- Berufliche Reintegration
- Soziale Belastungen
- Juristische Aspekte etc.



# Belastungsfaktoren bei Krebspatienten

---

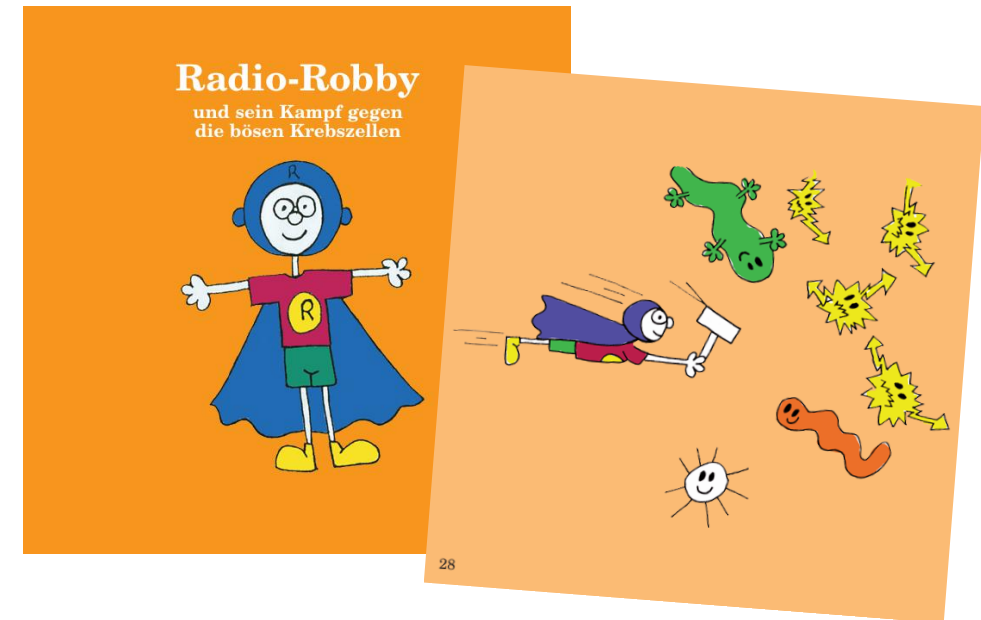
## Emotionale Belastung

- Psychische Komorbidität
- Psychosoziale Belastung
- Emotionale Adaptation (Coping)
- Soziale Isolation



# Allgemeine Belastungen bei gynäkologischen Tumoren

- Kontrollverlust
- Fatigue
  - Verteidigung bei Freunden
  - mangelnde Selbstbestätigung
- Umgang mit Kindern
- Therapie „abgeschlossen“ - alles gut?
- Vertrauen in den eigenen Körper
  - Progredienzangst
- Reintegration in den Arbeitsalltag
- Körperbild



# Spezifische Belastungen bei gynäkologischen Tumoren

## Im kleinen Becken:

- Nebenwirkungen wovon? – zeitgleich CHT
- Ausscheidung
- Mobilität
- Hygiene & Pflege
- Scham
- Partnerschaft/Sexualität



# Chemotherapie vs. Radiotherapie



**Bildquelle:** <https://www.muenchen-klinik.de/krebs/chemotherapie>  
<https://www.hirslanden.ch/de/klinik-stephanshorn/centers/radiotherapie-stephanshorn>

## psychoonkologisch unterstützen

---

Psychisch stabilisieren und durch Unterstützung wieder in die Lage versetzen, die problematische Situation aus eigener Kraft zu meistern

fördern/stärken

Selbstwirksamkeit

zuhören

Das Leiden würdigen

Normalisieren

Aushalten



## Selbstwirksamkeit → Vertrauen in sich selbst stärken

---

### Motivierende Gesprächsführung

➔ *Aktivieren bereits vertrauter Copingstrategien*

Welche schwierigen Situationen haben Sie im Leben bereits gemeistert? Wie sind Sie da vorgegangen?

➔ *Erweitern der Kompensationsstrategien (Achtsamer Umgang mit sich selbst)*

Was machen Sie in der Freizeit? Bei welcher Aktivität fühlen Sie sich wohl? Was gibt Ihnen Kraft?

➔ *Austausch mit Freunden, anderen Betroffenen...reden, reden, reden...*

Welche Personen geben Geborgenheit? Welche hören zu?

➔ *Planen von schönen Dingen, die man nach der Krise machen möchte*

Welche grossen Träume haben Sie? Was möchten Sie als nächstes tun?

# Was ihr tun könnt

---

- Herausforderungen, Leiden würdigen
- Aushalten
- Normalisieren
- Selbstwirksamkeit stärken



**Bildquelle:** <https://de.freepik.com>

# Fragen

---

Herzlichen  
Dank



für Ihre  
Aufmerksamkeit