

## Pressemitteilung

Lindenberg, 05. Oktober 2018

---

*Tag der seelischen Gesundheit*

### **Psychoonkologische Begleitung: Hilfe zur Selbstfürsorge**

**Am 10. Oktober ist Tag der seelischen Gesundheit. Weltweit soll dann ein deutliches Zeichen gegen Vorurteile sowie die Stigmatisierung psychischer Erkrankungen gesetzt werden. Denn dass die mentale Verfassung eines Patienten großen Einfluss auf dessen körperlichen Zustand hat und Psyche und Körper untrennbar zusammenhängen, ist längst nicht mehr von der Hand zu weisen. Insbesondere bei einer Krebserkrankung spielt die psychologische Betreuung eine entscheidende Rolle. Deshalb legt das Onkologische Zentrum der Rotkreuzklinik Lindenberg großen Wert darauf, seine Patienten psychosomatisch zu begleiten – genauso wie dessen Angehörige.**

Krebs ist für den Patienten weitaus mehr als nur eine körperliche Belastung: „Etwa 30 Prozent aller Krebspatienten entwickeln als Folge der Belastungen auch psychische Symptome. Bei Palliativpatienten, also unheilbar erkrankten Menschen, sind es sogar 50 Prozent“, weiß Dr. Ulrike Markusch, Fachärztin für psychosomatische Medizin und Psychotherapie. Die Leiterin der psychoonkologischen Abteilung der Rotkreuzklinik Lindenberg, die fester Bestandteil des Onkologischen Zentrums ist, begleitet täglich viele Patienten und deren Angehörige und unterstützt sie dabei, auch seelisch mit der Krankheit zurechtzukommen. Dabei folgt sie dem Leitsatz, Patienten Hilfe zur Selbstfürsorge zu bieten.

#### **Der psychologische Faktor bei einer Krebserkrankung**

Die Belastungen, die der Patient in Folge einer Krebserkrankung erfährt, äußern sich in verschiedenen Symptomen: „Es entstehen Ängste – vor der Behandlung, um die Heilbarkeit, vor den möglichen Folgen für den Beruf oder auch vor der Belastung der Familie oder der Partnerschaft“, erklärt Dr. Markusch. Plötzliche, meist unvorhergesehene Erfahrungen, wie der Schock der Diagnose oder auch schwere Phasen in der Krankheit, können Traumata auslösen. „Gefühle von Hilflosigkeit und Hoffnungslosigkeit können oftmals Depressionen, posttraumatische Belastungs- oder Anpassungsstörungen auslösen“, weiß Dr. Markusch. Die Aufgabe der Psychoonkologie sei es, dem Patienten in dieser Krisensituation zu helfen: „Dazu ist es notwendig, einen Zugang zum Erleben des Patienten herzustellen. Erst wenn der Patient und auch seine Angehörigen bereit sind, sich zu öffnen und ihre Trauer oder auch ihre Ängste zuzulassen und mitzuteilen, können sie mit der notwendigen Trauerarbeit beginnen“, erklärt die Psychoonkologin. Ein entscheidender Faktor sei außerdem, das Selbstvertrauen sowie das Selbstwertgefühl des Patienten zu stärken.



### **Stärkung der psychischen Widerstandsfähigkeit**

„Viele Krebspatienten verlieren den Mut, fühlen sich nicht mehr liebenswert oder können nicht damit umgehen, nicht mehr so selbstständig zu sein, wie vor der Erkrankung“, sagt Dr. Markusch. „Wir versuchen in den Gesprächen, die wir mit ihnen und ihren Angehörigen führen, herauszufinden, was den Menschen ausmacht, was seine Stärken sind und was ihm Selbstvertrauen geben kann“, erklärt sie. „Oft wird es dadurch möglich, die Krankheit als Herausforderung zu akzeptieren, daran innerlich zu wachsen und das Leben sogar mehr wert zu schätzen“, sagt die Psychoonkologin.

Dr. med. Ulrike Markusch, Fachärztin für psychosomatische Medizin und Psychotherapie, ist außerdem in einer Privatambulanz tätig. Dort bietet sie für Privatpatienten sowie für Selbstzahler ambulante Psychotherapie und Beratung zu folgenden Indikationen an: depressive Störungen, Angststörungen, Anpassungsstörungen und posttraumatische Belastungsstörungen. Anmelden können sich Patienten wochentags unter der Telefonnummer 08381/809-541.

### Über das Onkologische Zentrum der Rotkreuzklinik Lindenberg

Das Onkologische Zentrum der Rotkreuzklinik Lindenberg bietet eine ganzheitliche Diagnostik, Therapie und Nachsorge für ein großes Spektrum onkologischer Erkrankungen im Westallgäu. Mit seinem interdisziplinären Team erfahrener Ärzte und Pflegekräfte ermöglicht es Patienten dabei eine kompetente und wohnortnahe Versorgung sowie persönliche Pflege. Es zeichnet sich durch ein integriertes Leistungsspektrum aus und bietet Patienten in jeder Phase der Erkrankung maßgeschneiderte Therapien und Versorgung nach neuesten medizinischen Erkenntnissen. Neben moderner technischer Ausstattung und einem eingespielten Team renommierter Fachärzte zeichnet sich das Zentrum besonders durch seine zugewandte Pflege und familiäre Atmosphäre aus.

### Pressekontakt

Monisha Das  
Rotkreuzplatz 8  
80634 München  
Telefon: 089/1303-1611  
Fax: 089/1303-1615  
E-Mail: [presse@swmbrk.de](mailto:presse@swmbrk.de)  
[www.rotkreuzklinik-lindenberg.de](http://www.rotkreuzklinik-lindenberg.de)