Tab. 2 Progredienzängste von Krebskranken während der Rehabilitation (n=188)

Vor Arztterminen oder Kontrolluntersuchungen bin ich ganz nervös	47%
Mich beunruhigt, was aus meiner Familie wird, wenn mir etwas passieren sollte	40%
Ich habe Angst vor drastischen medizinischen Maßnahmen	35%
Die Frage, ob meine Kinder meine Krankheit bekommen könnten, beunruhigt mich	33%
Es beunruhigt mich, dass ich im Alltag auf fremde Hilfe angewiesen sein könnte	31%
Wenn ich an den weiteren Verlauf meiner Erkrankung denke bekomme ich Angst	30%
Ich habe Angst vor Schmerzen	29%
Ich mache mir Sorgen, meine Medikamente könnten meinem Körper schaden	29%
Ich denke, ich darf meine Familie nicht mit meinen Zukunftssorgen belasten	28%
<i>Die Prozentangaben beziehen sich jeweils auf den Anteil der Patienten, die dieses Kriterium „häufig“ oder „sehr häufig“ genannt hatten.</i>	

teln. Entsprechende Interventionen sollen gleichzeitig geeignet sein, im Alltag Angst und Bedrohung zu kompensieren.

» Dem Patienten werden therapeutische Werkzeuge vermittelt, die ihm im Alltag gegen Angstüberflutung helfen können «

Eine zentrale derartige Technik ist das „Selbstlob“. Die Teilnehmer werden aufgefordert, Eigenschaften, Leistungen oder Fähigkeiten zu nennen, die sie an sich mögen. Eine weitere ressourcenorientierte Übung ist der „Lebenskreis“. Ziel ist es hier, den Patienten dazu anzuhelfen, seine Wertmaßstäbe zu reflektieren bzw. im Angesicht der Krebserkrankung zu relativieren. Er benutzt zwei Arbeitsblätter, auf denen Kreise aufgezeichnet sind, um einzelnen Segmente nach Größe zu differenzieren („Was ist mir jetzt wichtig im Leben?“ bzw. „Wie soll es in Zukunft aussehen?“).

Ein zentrales konzeptionelles Ziel von PaThe ist es, dem Patienten therapeutische Werkzeuge an die Hand zu geben, die ihm später im Alltag gegen eventuelle Angstüberflutung helfen können. In diesem Zusammenhang wird mit jedem Patienten spätestens in der letzten Therapiestunde ein „Aktionsplan“ erarbeitet. Im Aktionsplan legen die Patienten kon-

kret fest, welche Schritte sie in den nächsten vier Wochen nach Therapieende in ihrem Alltag umsetzen möchten (wie sie das tun werden, welche Schwierigkeiten es geben könnte, wo sie sich Hilfe holen können und wie sie sich für die Veränderung belohnen wollen).

Evaluation

Die Wirksamkeit der Progredienzangsttherapie wurde im Rahmen einer kontrollierten Studie überprüft [4]. Eingeschlossen wurden jeweils 174 Patienten mit Krebs und mit entzündlich rheumatischen Erkrankungen, die erhöhte Progredienzangstwerte gezeigt hatten. Die Behandlungen fanden in Gruppen während der stationären Rehabilitation in drei süddeutschen Rehabilitationskliniken statt. Im Rahmen eines teilrandomisierten Versuchsplans wurden zwei Therapiekonzepte mit einer regulär behandelten Kontrollgruppe verglichen. Die Outcomemaße waren der Progredienzangstwert (PA-F), zusätzliche psychologische Tests zur Erfassung von Angst, Depression und Lebensqualität sowie gesundheitsökonomisch relevante Variablen. Die Messzeitpunkte waren vor der Therapie, zum Ende der Rehabilitationsmaßnahme sowie 3 und 12 Monate danach.

Als Ergebnis der Evaluation für die Krebspatienten stellte sich heraus, dass beide Therapiegruppen gleichermaßen

R. Schwarz, S. Singer

Einführung Psychosoziale Onkologie

Stuttgart: Reinhardt UTB 2008,
1. Auflage, 314 S., 39 Abb., 49 Tab., (ISBN
3825230716), broschiert, 29.00 EUR

Mit freundlicher
Genehmigung der
UTB GmbH

Eine Krebserkrankung wirkt sich auf alle Bereiche der körperlichen, seelischen und sozialen Existenz aus. Mit der „Einführung Psychosoziale Onkologie“ liegt erstmals ein ebenso umfassendes wie kompaktes Lehrbuch vor, in dem

die Autoren eine praxisrelevante Orientierung in diesem vielschichtigen Fachgebiet zur Verfügung stellen. Das Buch vermittelt Kenntnisse über typische psychosoziale Problemlagen von Tumorkranken, über Bewältigungs- und Verarbeitungsprozesse und spezielle diagnostische Methoden. Es informiert über die vielfältigen Ansätze von psychosozialen Interventionen. Methoden mit unbewiesener Wirksamkeit werden kritisch diskutiert. Aktuelle Forschungsergebnisse, etwa zum Stellenwert psychosozialer Faktoren bei Entstehung und Verlauf von Krebserkrankungen werden einbezogen. An Beispielen wie Tumorschmerz oder Fatigue werden spezifische Auswirkungen von Krebserkrankung und Behandlung auf Körper und Psyche sowie auf soziale Rollen veranschaulicht. Wer Tumorkranken im klinischen oder forschenden Kontext betreut, sei es als Ärztin, Pflegende, Sozialarbeiter oder Psychologe, profitiert von dieser fundierten, vielseitigen und anschaulichen Einführung. Mit diesem Buch tragen die Autoren dazu bei, die psychosoziale Unterstützung von Tumorkranken weiter zu verbessern.

Monika Keller (Heidelberg)