

Brustkrebs - was tun?
16. Patientinnen - Infotag Offenbach
30.10.21
Eine Krebserkrankung – die
Herausforderung für eine Partnerschaft



Conflict of interest

VORTRAGSTÄTIGKEIT:

- AstraZeneca GmbH; Celgen; MedConcept GmbH, Med update GmbH; Medicultus; Pfizer; Promedicis GmbH; Pierre Fabre; Roche Pharma AG; Tesaro Bio Germany GmbH; LEO Pharma

BERATERTÄTIGKEIT:

- PharmaMar; Promedicis GmbH; Pierre Fabre Pharma GmbH; Roche Pharma AG; Tesaro Bio, Germany GmbH, MSD SHARP & DOHME GMBH

Psychische Belastungen der Patientin



- Krebs: Krankheit mit negativstem Image
- Alles, was Leben bisher ausgemacht hat, tritt zurück
- Bild bisheriger Wirklichkeit wird verletzbarer
- Existentielle Bedrohung

Psychische Belastungen



- Angst vor Nebenwirkungen der Therapie
- Angst vor zunehmender Veränderung des Alltags
- Angst vor nicht beeinflussbaren Veränderungen des eigenen Körpers
- Angst vor Verlust weiblicher Identität
- Angst vor Reaktion des Partners/der Kinder auf körperliche Veränderung

Karzinomerkrankung ist “Wir” Erkrankung



- Betroffene und Nebenbetroffene
- Krebs ist Erkrankung der Familie, der Partnerschaft, der Kinder, der Freunde
- Rolle und Nöte von Angehörigen oft unterschätzt, aber diese sind wichtigste Ressource
- Diagnose, Therapie und Nebenwirkungen sind Beziehungsrelevant und betreffen gesamtes Netzwerk

Mögliche Probleme des Partners/ der Partnerin

- Gefühl der Hilflosigkeit, emotionaler Stress, Depression
- Sorge, dass die optimale Therapie für den/die Partner/In verpasst wird
- Vernachlässigung eigener Bedürfnisse
- Einschränkung täglicher Aktivitäten: Beruf, Freunde, Hobbies...
- Soziale Isolation
- Schwierige Diskussionen in Partnerschaft
- Unterschiedliche Wünsche

Geschlechtsspezifische Bewältigungsstrategien

Männer...

- spielen Nebenwirkungen und Probleme herunter
- nehmen weniger psychoonkologische Unterstützung an
- unterdrücken negative Gefühle und tendieren dazu, Angst und Verzweiflung zu kontrollieren
- suchen nach Fakten und technischer Informationen

Geschlechtsspezifische Bewältigungsstrategien

Frauen...

- Erleichterung durch Kommunikation mit anderen
- Höhere Rate an Depressionen, Angst und Distress
- suchen nach sozialer Unterstützung und wollen Erlebnisse mit anderen teilen
- finden Kraftquellen in Spiritualität und Religion
- nutzen häufiger psychoonkologische Angebote

Bedürfnis nach Sexualität, nach Zärtlichkeit – angesichts lebensbedrohlicher Erkrankung?

- Zunächst Konzentration auf notwendige Behandlung, Sexualität tritt in Hintergrund (auch für Arzt/Ärztin)
- Mit Rückkehr in Lebensalltag sexuelle Wünsche von Patientin und Partner*in sowie krankheitsbedingte Beeinträchtigungen wichtig



Mögliche Probleme

- Existentielle Bedrohung
- Gefühl der Verstümmelung
- Angst vor Schmerzen
- Verlust der Attraktivität
- Beeinträchtigung des Weiblichkeitsempfindens
- Minderwertigkeitsgefühl, keine adäquate Sexualpartnerin zu sein

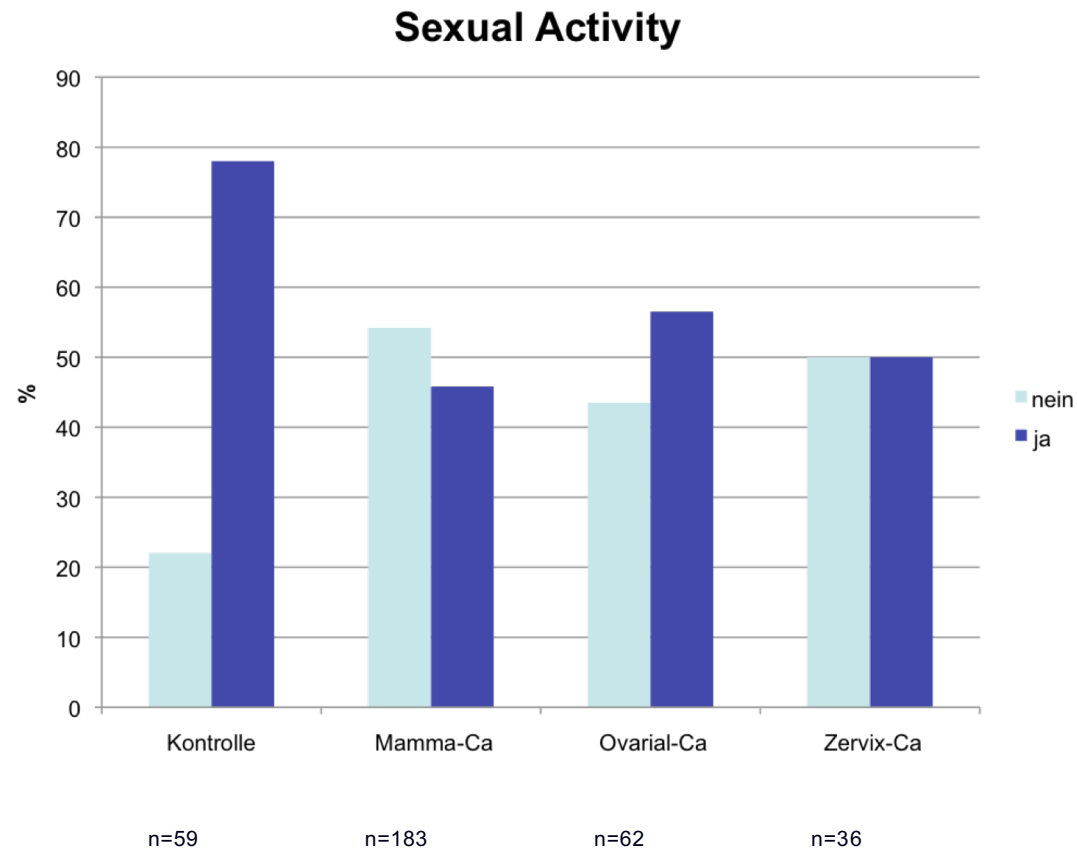
Sex als Gefühl der Normalität

“Sex ist immer unglaublich lebensbejahend. Besonders wenn man von Gedanken über die eigene Sterblichkeit geplagt wird, kann Sex die Angst verbannen und bewirken, dass man sich wieder lebendig fühlt.”

Aus: Kämpfen Leben Lieben
Von Kris Carr
Schwarzkopf & Schwarzkopf

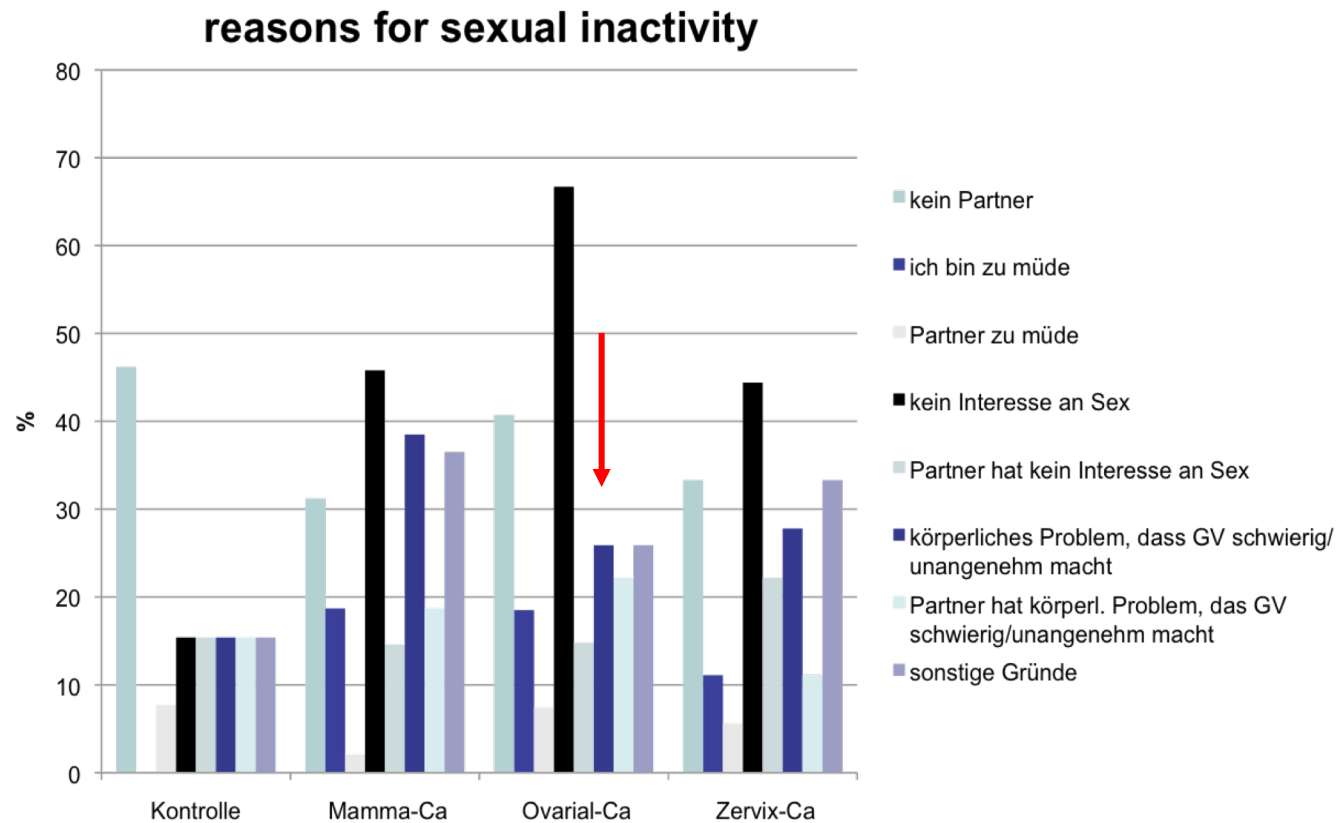


Sexuelle Aktivität nach Gyn oder Mamma Ca



Arch Gynecol Obstet. 299 (1):191-201, 2019, Mayer S, ...Hasenburg A

Gründe sexueller Inaktivität



Arch Gynecol Obstet. 299 (1):191-201, 2019, Mayer S, ...Hasenburg A

Patientinnen mit **Mammakarzinom** (n=186) vs Kontrollgruppe

- Sexuelle Aktivität geringer $p = 0,0411$
- Sexuelle Befriedigung geringer $p = 0,0308$
- Stärkere Schmerzen höher $p = 0,0007$
- Kein Unterschied bezüglich:

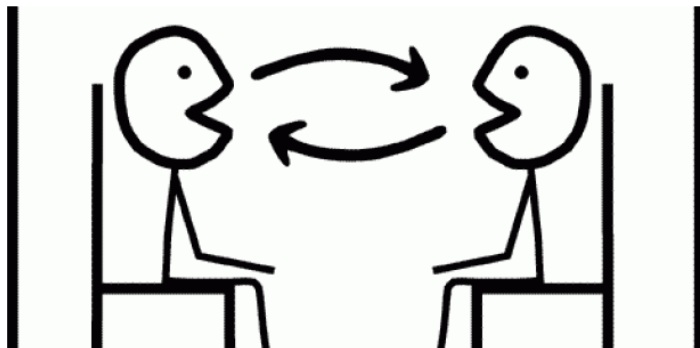
**Orgasmusfähigkeit, LQ, Einschätzung der generellen
Gesundheit**

Dating Site for People Who Can't Have Sex, But Want Love



A website for others who cannot have sex because of disease, disability or even disinterest, but want love. The site, [2date4love](http://2date4love.com), launched Aug. 1 2011 and in the first three days it had 2,000 visitors.

Distress Thermometer



Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie
und Psychotherapie 54 (3) 2006, 213-223

Anleitung:

ERSTENS: Bitte kreisen Sie am Thermometer rechts die Zahl ein (0-10) die am besten beschreibt, wie belastet Sie sich in der letzten Woche einschließlich heute gefühlt haben.



ZWEITENS: Bitte geben Sie an, ob Sie in einem der nachfolgenden Bereiche in der letzten Woche einschließlich heute Probleme hatten. Kreuzen Sie für jeden Bereich JA oder NEIN an.

JA	NEIN		JA	NEIN	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Praktische Probleme	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Körperliche Probleme
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Wohnsituation	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Schmerzen
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Versicherung	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Übelkeit
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Arbeit/Schule	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Erschöpfung
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Beförderung (Transport)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Schlaf
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Kinderbetreuung	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Bewegung/Mobilität
		Familiäre Probleme	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Waschen, Ankleiden
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Im Umgang mit dem Partner	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Äußeres Erscheinungsbild
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Im Umgang mit den Kindern	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Atmung
		Emotionale Probleme	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Entzündungen im Mundbereich
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sorgen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Essen/Ernährung
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ängste	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Verdauungsstörungen
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Traurigkeit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Verstopfung
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Depression	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Durchfall
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Nervosität	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Veränderungen beim Wasser lassen
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Verlust des Interesses an alltäglichen Aktivitäten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fieber
		Spirituelle/religiöse Belange	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Trockene/juckende Haut
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	In Bezug auf Gott	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Trockene/verstopfte Nase
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Verlust des Glaubens	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Kribbeln in Händen/Füßen
			<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Angeschwollen/aufgedunsen fühlen
			<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Gedächtniskonzentration
			<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sexuelle Probleme

Sonstige Probleme: _____

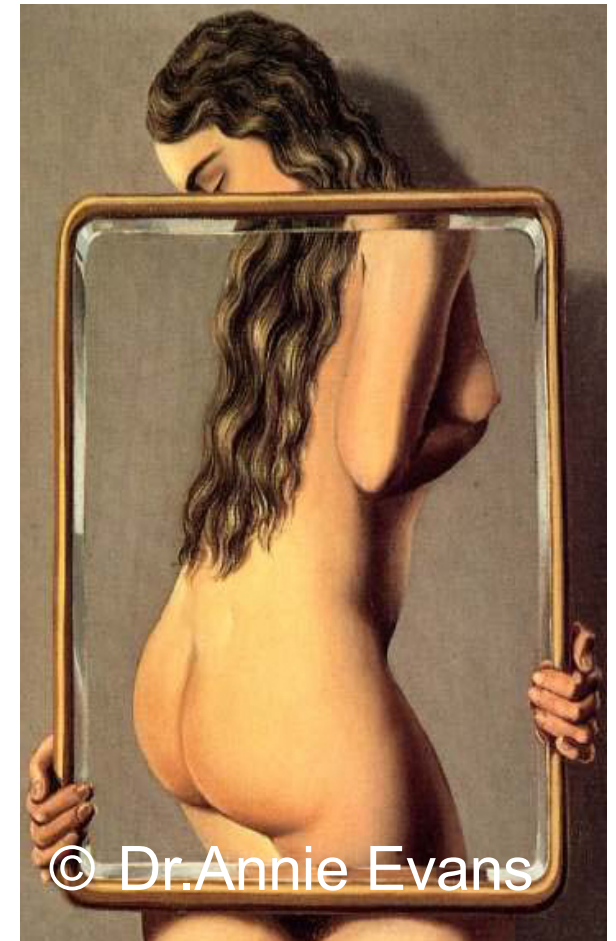
Verbesserung der Lebensqualität

- Unterstützung durch behandelnde Ärzte und Psychotherapeuten möglich, auch für Angehörige
- Zum Gespräch mit Partner*in ermutigen
- Selbsthilfegruppen, Beratungsstellen, Psychotherapie (Einzel-/Paartherapie)

Sexualität

- Hilfestellungen -

- Arzt/Ärztin hat Vorbildfunktion: offenes Ansprechen von Sexualität als selbstverständlichem Anteil der LQ
- Interesse für sexuelle Probleme: Interesse für Qualität des weiteren Lebens, nicht nur Überleben
- Mut nach Sexualität oder deren Einschränkung zu fragen
- Diskussion auch intimer Probleme



Tabu zwischen Ärzten und Patienten

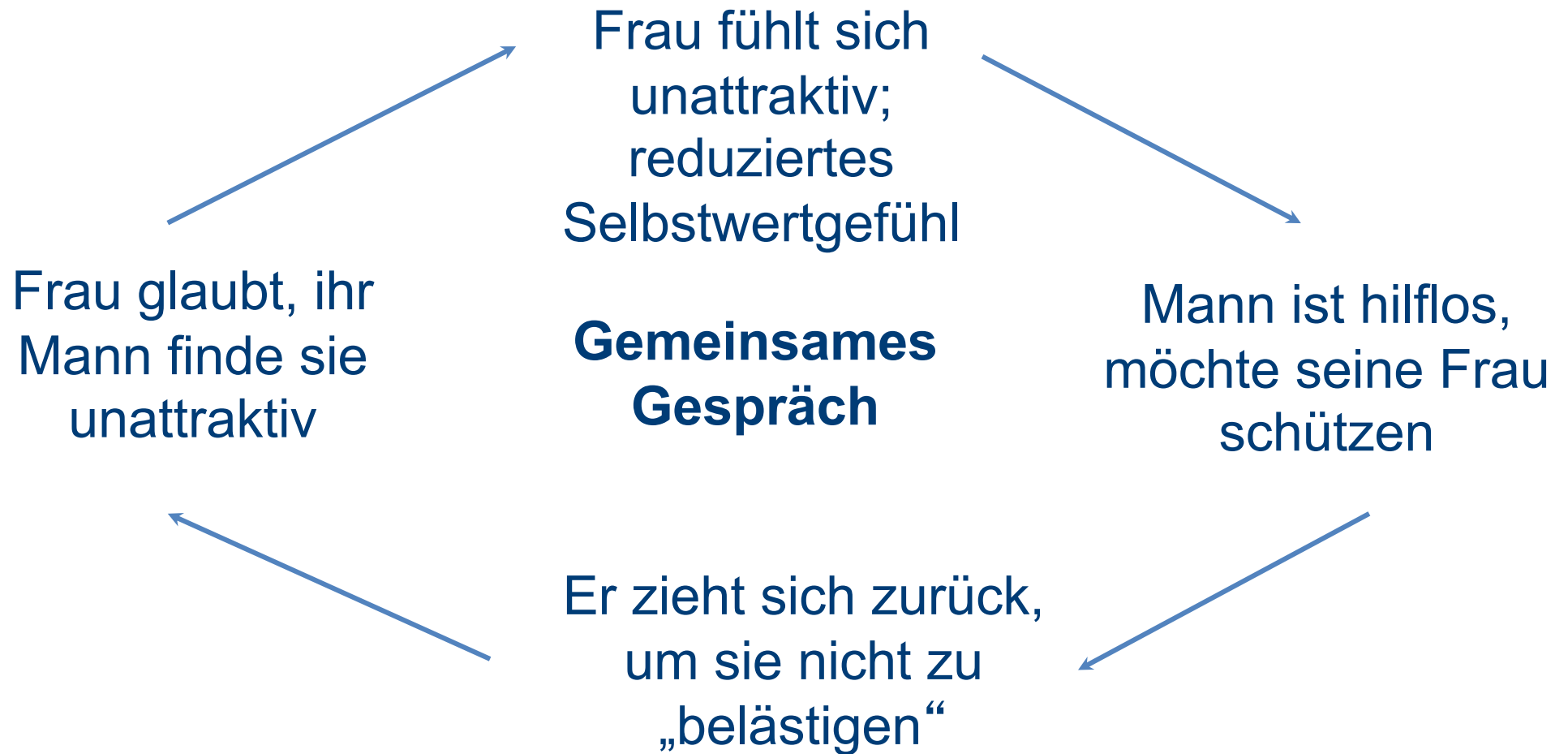
- 80% der KrebspatientInnen wünschen sich mehr Information über Beeinträchtigung ihrer Sexualität durch Krebserkrankung
- 1 von 3 Pat mit fortgeschrittenem Brustkrebs sucht nach Informationen, wie Erkrankung Sexualität beeinflusst
- 91% der Patienten trauen sich nicht Ärzte auf Sexualität anzusprechen
- 97% der Ärzte fragen ihre Patienten mit schweren Erkrankungen nicht nach sexuellen Problemen

Brock, G. Pfizer Global Study 2002, Cardoso et al, The Breast 28, 2016

Rettet die Zärtlichkeit: „Let's talk about Sex“

- Es hilft nur eines: “reden”
- **“Im Fall existentieller Bedrohung können Zärtlichkeit, Berührung und Sexualität wunderbare und machtvolle Hilfsmittel sein, um die Situation auch als Paar heil zu überstehen”**
- “Manchmal können körperliche Nähe, Zärtlichkeit und guter Sex mehr bewirken als jedes gute Wort”
- Übung der drei guten Dinge

Kommunikation: „negative Spirale“



“Was ist es, dass dich bedrückt?”

- „Es gehört zu den großen Kostbarkeiten unseres Lebens, im Leid nicht verlassen zu sein“
- Beziehung kann durch krankheitsbedingte Erschütterung zu einer größeren Tiefe und Liebe führen
- Voraussetzung:
- Auseinandersetzung mit sich selbst
- Zulassen von Angst
- Offene Kommunikation

Antje Sabine Naegeli - berührt von Deinem Schmerz: Briefe an Menschen, die Leidenden nahestehen (2009). ISBN: 978-3-7655-1722-8

“Ich bin mir selbst wichtig”

- Wie bekomme/erhalte ich Freude an meinem Körper?
- Was hat mich bisher im Leben gestärkt?
- Was sind meine Kraftquellen?
- Wie kann ich mich selbst verwöhnen?
- Was sind meine Wünsche?

Sexualität

- Individuelle Bedeutungsgebung -



- Unterschiede in Lebensgeschichte, individuellen Erfahrungen und kulturellem Kontext berücksichtigen
- Frauen und Männer messen Sexualität unterschiedliche Bedeutung bei
- Sexuelle Wünsche können sich je nach Partner und Lebensabschnitt ändern

Wolke 9

- Mehrzahl der onkologischen Patienten sind ältere Menschen
- Mit zunehmendem Alter: Veränderung der körperlichen sexuellen Reaktionen, aber keinesfalls Verlust der Sexualität
- Ältere Menschen: eigene Körperlichkeit und sexuelle Aktivität wichtiger Teil der Person
- Ca. zwei Drittel der 61 bis 70-jährigen und ein Drittel der > 70jährigen bejahen sexuelle Aktivität, wenn fester Partner vorhanden



Willst Du mich?



- Gute Überlebenschancen, aber möglicherweise lebenslange Nebenwirkungen
- Vorzeitige Wechseljahre, Verlust der Lust, Einschränkung schwanger zu werden
- Nach Chancen und kreativen Lösungen suchen
- Psychoonkologische Unterstützung, Empowerment für Partnersuche, insbesondere bei jungen Patientinnen

Homosexuelle Beziehungen

**Weniger Probleme mit sexuellen
Einschränkungen
als Heterosexuelle
aber
größere Schwierigkeiten,
professionelle
Information und Hilfe
zu bekommen**



Therapie trockene Scheide Schmerzen beim Geschlechtsverkehr

- Gleitgel, Olivenöl, Deumavan®,
- Hyaluronsäure
- Replens sanol®, 9 Appl
- Sana Gel®: gut haftend, Hyalofemme, Premeno duo
- Kadefungin Befeuchtungsovula mit Vit A + E
- Granatapfel: Delima Femin®
- Östriol (Gynoflor® Tabl) für Scheide



Donders et al, Breast Cancer ResTreat 145, 2014; Constantine G et al, Climacteric 18, 2015,
www.journalonko.de 3/2015 AGO Meeting State of the Art 2015

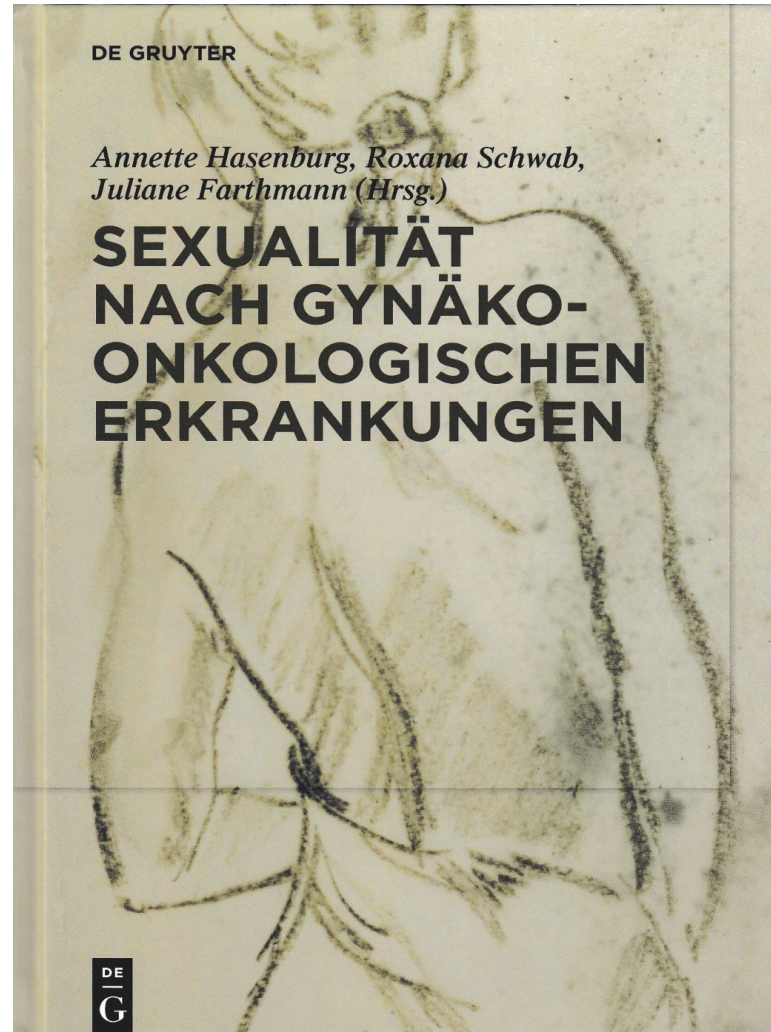
Was hilft sonst noch?

- Körperliche Aktivität
 - Verbesserung Lebensgefühl
 - Anstieg von Endorphinen unter Ausdauerleistung
 - Abnahme von Depressionen
- Mind-Body Medizin
- Erlernen von Entspannungstechniken
- Atemtraining
- Optimierung Tagesstruktur nach körperlicher Belastbarkeit

Krebs - Herausforderung für Partnerschaft

- Krebsdiagnose trifft nicht nur Patientin, sondern auch Partner*in, Familie, Freunde
- Erkrankung kann genutzt werden, um gemeinsam zu wachsen und Partnerschaft neue Bedeutung zu geben
- Mit Partner*in über Beschwerden und Ängste, aber auch über Wünsche und Fantasien sprechen
- Integration von Partner*in in psychoonkologische Begleitung
- Wichtigster Tipp: **Leben genießen, Schwerpunkte setzen für Menschen und Aktivitäten, die wirklich wichtig sind**







Fragen, Anmerkungen, Ideen?

