

Als MitarbeiterInnen der SINOVA Klinik Ravensburg verfügen wir über eine langjährige Erfahrung und Weiterbildung in der Psychoonkologie (psychische Begleitung von Krebspatienten).

Durch die enge Zusammenarbeit in einem multi-professionellen Team ist es uns möglich, Ihnen eine Vielfalt verschiedener, unterstützender Maßnahmen anzubieten.

Wir freuen uns, wenn Sie mit uns Kontakt aufnehmen.

Im Rahmen des Brust- und Darmzentrums Oberschwaben werden Sie betreut von:

DR. MED. SUSANNE BACHTHALER

SUSANNE.BACHTHALER@SINOVA-KLINIK.DE

KATHARINA CHUDZIENSKI,

PSYCHOLOGISCHE PSYCHOTHERAPEUTIN

KATHARINA.CHUDZIENSKI@SINOVA-KLINIK.DE

DR. MED. ANNETTE WILMERS

ANNETTE.WILMERS@SINOVA-KLINIK.DE

Wenn Sie oder Ihre Angehörigen einen individuellen Gesprächstermin wünschen, können Sie entweder über unser Sekretariat direkt mit uns Kontakt aufnehmen oder Sie wenden sich an das Pflegepersonal und die behandelnden Ärztinnen und Ärzte der Oberschwabenklinik.

Die Anti-Stress-Gruppe trifft sich regelmäßig in den Räumen der SINOVA Klinik (neben der Kinderklinik St. Nikolaus).

Aktuelle Termine finden Sie im Beilageblatt dieses Flyers oder können Sie in unserem Sekretariat erfahren.

Die Teilnahme an der Anti-Stress-Gruppe ist kostenlos und auch noch in der Zeit nach Ihrer Entlassung möglich. Unser psychoonkologisches Angebot richtet sich in erster Linie an PatientInnen im Brust- und Darmzentrum während des stationären Aufenthalts.

SINOVA Klinik Ravensburg

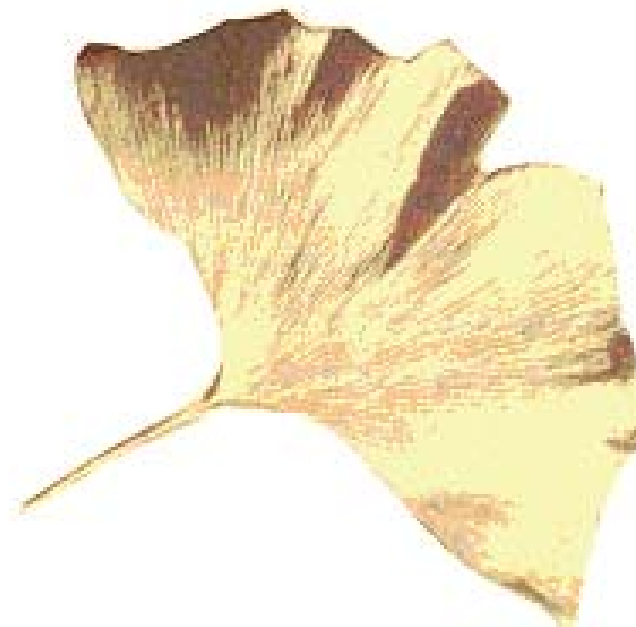
Nikolausstr. 14

88212 Ravensburg

Sekretariat Frau Altstätter oder

Frau Delimar

Tel. 0751/3553-5700



PSYCHOONKOLOGIE AM BRUSTZENTRUM UND DARMZENTRUM OBERSCHWABEN

Liebe Patientin, lieber Patient,

„Krebs“ stellt für die meisten betroffenen Menschen eine große Herausforderung dar – nicht zuletzt deshalb, weil damit Ängste, körperlicher sowie seelischer Schmerz und oft auch soziale Probleme verbunden sind.

„...das zieht mir den Boden unter den Füßen weg“...„ich fühle mich wie gelähmt“... „ich kann gar nicht mehr klar denken“. So oder ähnlich beschreiben Betroffene ihr Erleben nach der Diagnosemitteilung.

Viele Menschen erleben die Diagnose als Schock. Sie fühlen sich entwurzelt und aus ihrem alltäglichen Leben herausgerissen. Das bisherige Dasein, die Pläne für die Zukunft, der Sinn des Lebens – alles scheint plötzlich in Frage gestellt. Die Unsicherheit und die Ungewissheit, über das, was kommen wird, lösen neben großer Angst oft Gefühle des Ausgeliefertseins, der Bedrohung und der Isolation aus.

In dieser schwierigen Situation können wir Ihnen Unterstützung anbieten.

WIE KANN DIESE UNTERSTÜTZUNG AUSSEHEN?

EINZELGESPRÄCHE

Hier geht es um Klärung Ihrer seelischen Situation, um Art und Umfang von Belastungen, aber auch von Ressourcen (Quellen von Kraft, Freude, Unterstützung). Wir können uns mit Ihnen zusammen auf die Suche nach einem Weg machen, wie Sie konstruktiv mit Ihrer Krankheit umgehen können und Ihre Kompetenzen fördern, um so Ihre persönlichen Bewältigungsmöglichkeiten herauszufinden und zu stärken.

ANGEHÖRIGENGESPRÄCHE

Nicht nur Sie als unmittelbar Betroffene sind durch die Krebserkrankung belastet, sondern auch ihre Familie – wenn auch auf andere Weise. Angehörige stehen teils hilflos „daneben“, teils ziehen sie sich zurück. Manchmal reagieren sie mit hektischer Aktivität und können so ihr eigentlich vorhandenes Unterstützungspotential kaum einbringen. Wir bieten deshalb ebenfalls für Angehörige Beratungsgespräche an – mit Ihnen zusammen oder auf Wunsch alleine.

ANTI-STRESS-GRUPPE

Krebserkrankungen verursachen Stress. Stress kann die Zusammenarbeit mit dem Arzt und den Heilungsprozess behindern. In der Anti-Stress-Gruppe versuchen wir, Stressauslöser zu erkennen und Ihnen Möglichkeiten auf zu zeigen, wie Sie Stress reduzieren oder besser damit umgehen können.

Wir arbeiten mit Elementen aus verschiedenen Entspannungsverfahren, aus der Achtsamkeitsarbeit und der Psychoedukation. Neben Imaginations- und Stabilisierungsübungen möchten wir Sie außerdem mit moderater Ausdauertherapie bekannt machen.

All diese unterschiedlichen Übungen können dazu beitragen, innere Unruhe, Nervosität und Anspannung abzubauen. Sie können somit dabei helfen, eine anstrengende Therapiephase (z.B. Chemo- oder Strahlentherapie) besser zu verkraften.