

Vorwort zur ersten Auflage

»Warum können die Ärzte nicht erkennen, dass gerade der Augenblick, in dem sie sonst nichts mehr zu bieten haben, der Augenblick ist, in dem man sie am nötigsten hat?« Irvin D. Yalom

Die Diagnose einer Krebserkrankung löst in aller Regel immer noch einen Schock beim Betroffenen aus. Was vor einigen Jahrzehnten noch unweigerlich quasi mit einem Todesurteil in Verbindung gebracht werden musste, ist heute und in Zukunft zunehmend für viele Menschen als eine chronische Erkrankung anzusehen, für immer mehr Betroffene wird Krebs sogar heilbar sein. Zugleich wird in den nächsten zehn Jahren die Erkrankungswahrscheinlichkeit im Laufe des Lebens von derzeit 25 auf 33 % ansteigen, wie der bekannte deutsche Onkologe Volker Diehl aufgrund des stets steigenden durchschnittlichen Lebensalters in der Bevölkerung feststellte (pers. Mitteilung).

Dennoch wächst die Zahl sogenannter Krebsüberlebender stetig. 1997 gab es davon in den USA 8 Millionen Menschen, wobei 5 Millionen von ihnen vor mehr als fünf Jahren mit der Diagnose konfrontiert worden waren. Bei einigen Krebsarten wird die große Mehrheit der betroffenen Patienten von ihrer Krankheit ganz geheilt werden können (z. B. viele Hodgkin-Kranke, Hodenkrebs-erkrankte oder Leukämien im Kindesalter) (nach Green et al. 1997). Sehr viele Patienten werden für lange Zeit mit ihrer Krankheit leben müssen und auch können. Um diese Fortschritte zu erzielen, mussten jedoch die Behandlungsmaßnahmen aggressiver, länger andauernd und toxischer werden. Als Konsequenz davon wurde »Krebs« für viele Krebsüberlebende zu einer chronischen Erkrankung.

Dies heißt mit anderen Worten, dass der Betroffene für die Dauer seines Lebens wird lernen müssen, mit den Risiken und Beeinträchtigungen umzugehen, um eine maximale Lebenschance und -qualität erreichen zu können. Und das gilt prinzipiell so lange, wie »Krebs« nicht grundsätzlich heilbar ist. Die Auseinandersetzung mit der ständigen Bedrohung durch ein Rezidiv oder eine Aggressivierung der Grunderkrankung bleibt in vielen Fällen gegeben; sie erfordert vielfältige Anstrengungen vom betroffenen Individuum und eine grundlegende Lebensumstellung, die ihrerseits vielfältige Auswirkungen auf die Lebensführung und damit -qualität mit sich bringt.

Die vergleichsweise neuen Gebiete der Psychoonkologie und Psychoneuroimmunologie mit ihren mittlerweile kontinuierlich sich mehrenden Forschungsergebnissen versprechen jedoch zusätzliche Hilfen und Wege neben der routinemäßigen fachonkologischen Behandlung, sodass Betroffenen – Erkrankten und Angehörigen – Wissen und Strategien an die Hand gegeben werden

können, psychosoziale Bewältigungsmöglichkeiten zu erwerben, die es ihnen gestatten, ihren Ängsten und Nöten aktiv zu begegnen. Es gibt in vielen Fällen nachweisbare Einwirkungen auf den Erkrankungsprozess, die sich aus der Qualität des Erlebens der Situation, dem Gefühl der persönlichen Einflussmöglichkeit auf den Fortgang der Erkrankung und der Qualität sozialer bzw. emotionaler Unterstützung heraus ergeben. Solche Einflussmöglichkeiten zu optimieren, um günstige Einwirkungen auf den Erkrankungsprozess bzw. die Gesundheit erreichen zu können, ist eine der Hauptaufgaben der Psychoonkologie.

Dieses Buch stellt eine aktuelle Bestandsaufnahme der relativ jungen Disziplinen Psychoonkologie und Psychoneuroimmunologie dar. Alle wichtigen und neuesten internationalen Forschungsergebnisse werden im Überblick und integrierend dargestellt und diskutiert. Die möglichen Beiträge psychosozialer Aspekte zur Krebsentstehung werden ebenso umfangreich diskutiert und kritisch gewürdigt wie die Befunde zu den Einwirkungen psychosozialer Phänomene auf das Krankheitsgeschehen bei bereits bestehender Erkrankung. Darüber hinaus werden alle wichtigen psychologisch-psychotherapeutischen Interventionstechniken auf ihre Möglichkeiten der günstigen Beeinflussung des Krankheitsprozesses und des Befindens betroffener Patienten bzw. Angehöriger vorgestellt und ausführlich auf ihre Wirkungen hin betrachtet. Ein weiteres Kapitel bietet einen Einblick in die möglichen Wirkweisen psychosozialer Hilfen auf den Organismus – psychologische und soziale Hilfen wirken offenbar auf endokrine und immunologische Funktionen des Organismus ein, die ihrerseits auf Krebszellen einwirken können.

Abschließend werden Einzelfälle an unterschiedlichen Krebserkrankungen leidender Menschen vorgestellt, der Verlauf ihrer Erkrankungen über die Zeit sowie ihre Art des Umgangs mit ihrer jeweiligen Erkrankung eingehend betrachtet.

Dieses Buch kann Mut machen, auch wenn ganz deutlich unterstrichen werden muss, dass vieles noch vorläufig ist und die hochkomplexen Zusammenhänge in den meisten Fällen noch nicht ausreichend verstanden sind. Dennoch deuten einige kohärente, sich mehrende, in gleiche Richtung gehende Forschungsergebnisse an, dass es durch optimierte psychologische und soziale Hilfe in sehr vielen Fällen günstige Einwirkungen auf onkologische Krankheiten geben kann, sodass diese Option neben die übliche onkologische Routineversorgung treten und zur Regel werden sollte.

Ich danke an dieser Stelle ganz besonders Herrn Dipl.-Psych. Dr. Wulf Bertram vom Schattauer Verlag, der dieses Projekt stets und nicht verzagend unterstützt hat, sowie meinem Kollegen Prof. Dr. Manfred Schedlowski vom Institut für Medizinische Psychologie der Universität Essen für seine sehr hilfreiche Unterstützung bei der Abfassung des Kapitels IV. Auch danke ich meinem Mitarbeiter, Herrn Dipl.-Psych. Rainer Weber, sehr für seine verlässliche Hilfe bei der Suche nach Literatur und der Erstellung der zahlreichen Tabellen.

Mein größter Dank, verbunden mit großem Respekt, geht aber an die vielen Patientinnen und Patienten, die sich für psychoonkologische Forschung zur Verfügung stellten und stellen – und die ich kennen lernen durfte, um unsere Kenntnisse zu verbessern, damit zukünftig noch menschenwürdiger und besser behandelt und geholfen werden kann. Sie haben mich gelehrt, anders über das Leben nachzudenken.

Köln, Frühjahr 2002

Volker Tschuschke