

Diese Tatsache kann massive Auswirkungen auf die Lebensqualität der Betroffenen und ihr soziales Umfeld haben. Schmerzen, Angst, Unruhe, Schlafstörungen, Hoffnungslosigkeit, Traurigkeit, familiäre Probleme oder körperliche Beschwerden können auftreten.

Eine psychoonkologische Beratung als begleitende Massnahme zur Unterstützung kann helfen, mit diesen Belastungen umzugehen. Im Gespräch können Themen gemeinsam näher besprochen werden, Fragen und Unsicherheiten benannt und geklärt werden.

Die psychoonkologischen Beratungsgespräche sind ein flexibles, den jeweiligen Bedürfnissen angepasstes Angebot für Betroffene und ihr Umfeld.

## **Inhalte und Schwerpunkte einer psychoonkologischen Beratung können sein:**

- Unterstützung und Begleitung bei der Verarbeitung der Diagnose
- Herausarbeiten von aktuellen und belastenden Themen
- Unterstützung beim Einordnen von Gedanken, Gefühlen, Ängsten und Traurigkeit
- Bedeutung und Auswirkungen einer Krebserkrankung für die Betroffenen und ihr Umfeld
- Hilfestellung in der Kommunikation mit dem sozialen Umfeld
- Einbezug der Angehörigen
- Beratung betreffend möglichen Neben- und Auswirkungen von Therapien (z. B. verändertes Körperbild durch Haarverlust, Appetitlosigkeit, sonstige körperliche Veränderungen)
- Mobilisieren von Ressourcen und Aktivitäten – Bewältigungsstrategien
- Abgabe von Informationsmaterial
- Wieder Tritt im Alltag finden
- Zukunftsgestaltung