

Nach der Therapie und dann?

Workshop, Onkologiekongress

Bern, 2015



MONICA SCHILDKNECHT
ONKOLOGIEPFLEGEFACHFRAU (HÖFA)
ONKOLOGISCHE PRAXEN
DR.MED. MONIKA REICHLIN/ DR.MED.
MONIKA JERMANN, ZÜRICH
DR.MED SILVIA BAUMANN, WINTERTHUR
FACHDOZENTIN, CAREUM

KATHRIN FELLINGER,
ONKOLOGIEPFLEGEFACHFRAU
ONKOLOGISCHE PRAXIS
DR.MED. MONIKA REICHLIN
DR.MED. MONIKA JERMANN, ZÜRICH
BILDUNGSVERANTWORTLICHE,
KLINIK SUSENBERG, ZÜRICH



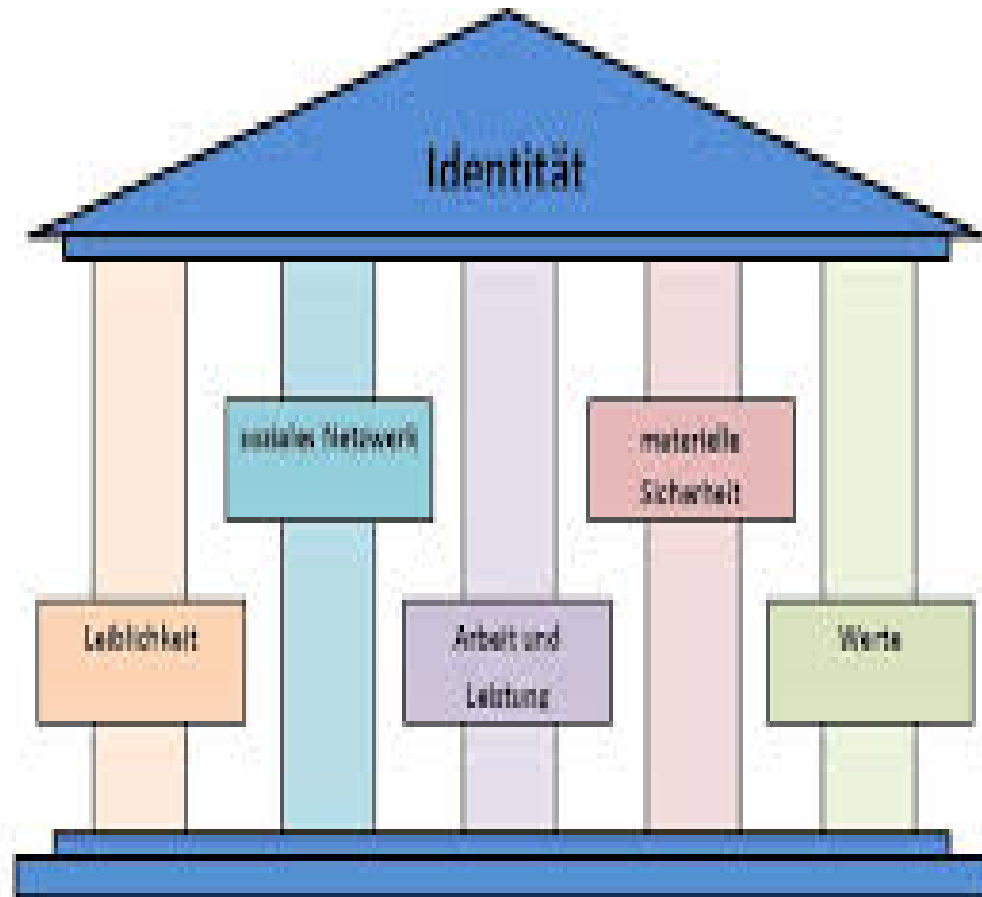
Krebsdiagnose: Erschütterung in den Grundfesten



„Nichts ist mehr wie früher!“

Reaktion oft Verspätet!

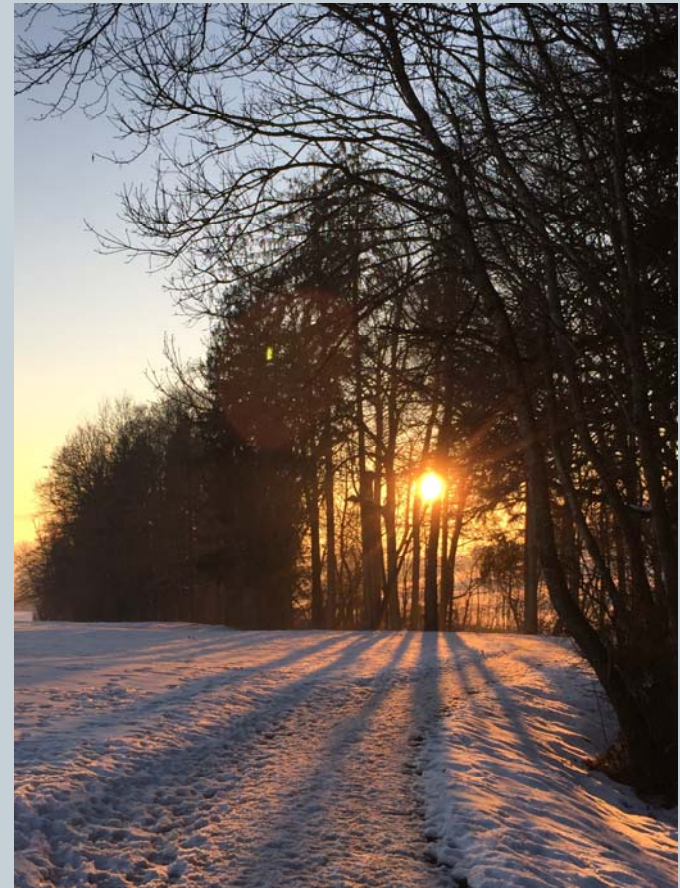
H.G.Petzold,
Die fünf Säulen der Identität



Nach Abschluss der Therapie



**„...Eigentlich
müsste es mir
doch gut gehen....!“**



Nach Abschluss der Therapie



- **Wechselbad der Gefühle:**
 - Erleichterung über Abschluss der Therapie, es geschafft zu haben
 - Vorfreude auf „normalen“ Alltag
 - Das Leben kann weitergehen!
- **Aber:**
 - Nichts ist wie vorher
 - Erwartungen des Umfelds
 - Überforderung im Alltag
 - Unsicherheit, weil kein Sicherheitsnetz mehr!

Studie CAMON



- **Zweiarmige, randomisierte, klinisch kontrollierte Studie (CAMON)**
Universität Zürich (USZ), Institut für Hausarztmedizin Krebsliga CH/ ZH
Projektleitung Irène Bachmann Mettler
- **Übliche Versorgung versus:**
- **Übliche Versorgung **und Case Management/Coaching****
- **Einschlusskriterien:**
 - belastete Patienten
 - nach Abschluss einer kurativen Tumorthherapie (ausser Antihormon- und Antikörpertherapie)

«CAMON» Case Management in der onkologischen Rehabilitation



- Primäre Zielsetzung / Outcome
 - **Gesundheitsbezogene Lebensqualität** ist mit Case Management & Coaching nach 12 Monaten besser im Vergleich mit Patienten ohne Case Management/Coaching
- Sekundäre Zielsetzung / Outcome
 - **Selbstwirksamkeit**
 - Inanspruchnahme des Gesundheitswesens (Hausarzt Onkologe, Spezialärzte, weitere Dienste)

Häufigste Themen/ Belastungen nach Therapieende

- Müdigkeit, Fatigue
- Konzentrationsschwierigkeiten, Chemobrain
- Ängste, Angst vor Rezidiv
- Schlafstörungen, Depressionen
- Angst vor Arbeitsunfähigkeit/ Kündigung
- Veränderte Partnerschaftsbeziehung
- Hormonelle Beschwerden, Polyneuropathie
- Veränderte Sexualität



Aber...aus den Augen aus dem Sinn?!



„ich muss alles aufschreiben,
ich bin so vergesslich!“

„Eines Morgens ging gar nichts
mehr,
ich habe das Gefühl gehabt, als
hätte mich ein Traktor
überfahren

„Zur Arbeit muss ich immer
ein zweites Tenue
mitnehmen, weil ich so schwitze!“

Ziele der ambulanten onkologischen Rehabilitation

- Förderung der Selbstmanagementfähigkeiten
- Information und Verbesserung des Zugangs zu bestehenden Angeboten für alle Patientinnen/Patienten
- Erhöhung der körperlichen Leistungsfähigkeit und Krankheitsbewältigung, Verbesserung der Lebensqualität
- Betroffene fühlen sich ganzheitlicher wahrgenommen
- Kontinuität im Behandlungs-Rehabilitationsprozess



Rolle der Pflegenden während der Rehabilitation und der Nachsorge



Arbeitsweise

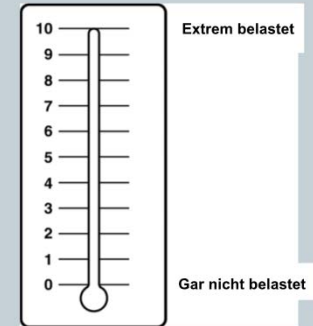


- **Problemerkennung mittels Distressthermometer**

➔ **Schnelle Fokussierung auf aktuelle Situation**

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

Sonstige Probleme: _____

NCCN 1.2005 Distress Management Guidelines. © National Comprehensive Cancer Network. Alle Rechte vorbehalten. Deutsche Version: Mehrardt, A., Möller, D., Lehmann, C., Koch, U. (2006) Die deutsche Version des NCCN Distress-Thermometers - Empirische Prüfung eines Screening-Instrumentes zur Erkennung psychosozialer Belastung bei Krebspatienten. Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie, 54 (2), 215-223.

Arbeitsweise



- **Zielorientierung**
 - Zielformulierung, Überprüfung
- **Kommunikationsmittel:**
 - Gesprächsleitfaden/ Verlaufsdokument
 - Gespräche (im Mittel 5, à ca. 1½ Std.)
 - Mails, Telefonate, SMS nach Bedarf
- **Setting**
 - „neutrale“ Orte
 - Zu Hause in privatem Rahmen
 - Familienzentriert, wenn erwünscht
 - Möglichst kein zusätzlicher Aufwand!



Arbeitsweise



- **Kommunikationstechnik:**
 - Ressourcen orientiert → Fokussierung auf Stärken!
 - Zauberworte: WÜRDIGEN, LOBEN

**Alle Gesprächsmodelle
kondensieren
im aktiven Zuhören**



Fallbeispiel



- 36-jährige Patientin, in Deutschland aufgewachsen, mit Mamma-Ca und Ablatio, Entfernung von 13 Lymphknoten. Therapie 6x AC, Radiotherapie 5 Wochen. 12x mal Herceptin, Tamoxifen über 5 Jahre, geplanter Brustaufbau
- Alleinerziehend, Tochter 10-jährig bis vor 2 Jahren bei Grosseltern am Bodensee gewohnt. Partner hat sie verlassen, nachdem sie schwanger wurde. Wohnt in 3-Zimmer Stadtwohnung.
- Arbeitet 80% in einer Bank als Sachbearbeiterin
- Hobbies: Velo fahren, Yoga, Schwimmen

Belastungen



Körperliche Ebene:

- Müde, erschöpft, schwach, muss vier Stockwerke hochlaufen zur Wohnung, kann Einkaufstaschen nicht tragen
- Schlafschwierigkeiten
- Schmerzen im li Arm, Gelenkschmerzen
- Leidet unter verändertem Körperbild, empfindet sich nicht mehr attraktiv
- Hormonelle Schwierigkeiten

Belastungen



Emotionale / affektive Ebene

- Dünnhäutig, labil, stimmungsschwankend
- Fühlt sich überfordert mit der momentanen Lebenssituation
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Angst vor Rezidiv
- Angst nicht mehr für Tochter da sein zu können
- Erniedrigtes Selbstwertgefühl

Belastungen



Psychosoziale Ebene

- Angst vor Arbeitseinstieg, den Anforderungen nicht mehr genügen zu können,
- Existenzangst, finanzielle Einbusse
- Wunsch, dass leiblicher Vater Kontakt mit Tochter aufnimmt.

Interventionen/Massnahmen



- Krebsliga: Klärung der finanz. Situation
- Oncofamily care Betreuung während Randzeiten, QZ (Mittagessen)
- Physiotherapeutin/Lymphdrainagetherapeutin/
- Yoga
- Frauenzentrale: Rechtliche Situation bez. Alimente, Vormundschaftsbehörde, Friedensrichter
- Jugendstelle Samovar: Elternberatung
- Psychoonkologe
- Rehacoach

Was brauchen Betroffene?



- **Körperlichen und seelischen Kräfteaufbau**, damit Weiterleben und Alltag wieder bewältigt werden können.
- Einen **Ort und Zeit** zum Ausweinen –
Zum Deponieren der Wut –
Raum für das eigene Krankheitserleben



Was ist not-wendig in einer Rehabilitation?

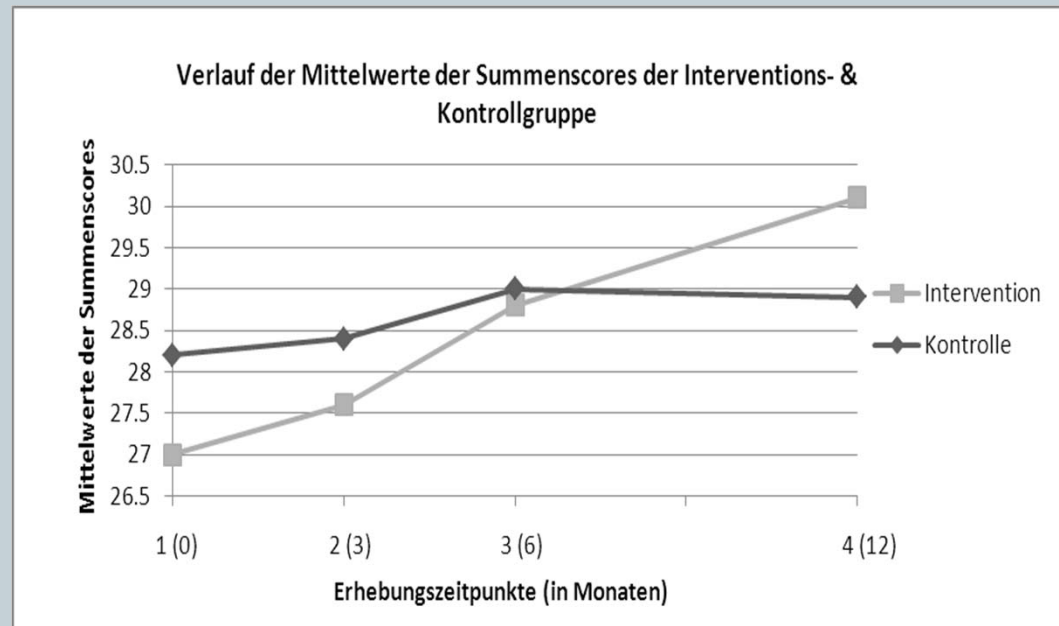


- Eine Ansprechperson des Vertrauens, die fragt:“
Was beschäftigt Sie besonders?
- Sich der persönlichen Situation des Betroffenen annehmen.
- Bedürfnisse wahrnehmen
- Erstellung eines **angepassten** Rehaprogramms anhand eines spezifisch für onkologische Patienten konzipierten Behandlungsangebotes

Resultate Selbstwirksamkeitserwartung



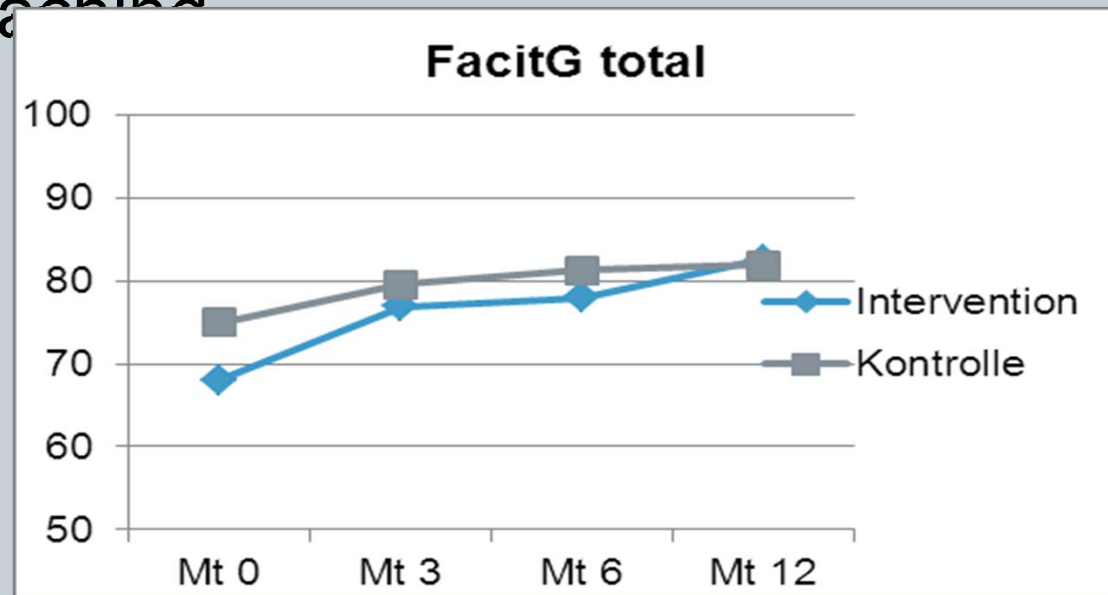
- Patienten mit Case Management haben nach einem Jahr eine statistisch signifikant höhere Selbstwirksamkeit als Patienten in der Kontrollgruppe



Resultate Lebensqualität



- Mit Case Management/Coaching ist die Lebensqualität im Verlauf eines Jahres statistisch signifikant besser als ohne Case Management/Coaching
- (p-Wert 0.001)



Zusammenfassung

Seite
24

- **Case Management/Coaching** fördert signifikant:
 - die Lebensqualität,
 - das Selbstmanagement und die Selbstwirksamkeit
=Kompetenzentwicklung,
Probleme und Situationen anzugehen und zu verändern
 - bezieht Patienten aktiver in die ambulante Rehabilitation ein.



Schlussfolgerungen

Seite
25

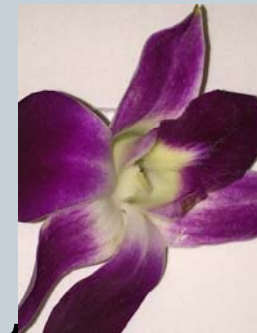
- **Sensibilisierung der Fachpersonen**
 - Bedarf an Rehabilitation ist vorhanden
 - Individuelles Programm
 - Konsequentes Erfassen/Beurteilen der Belastung
Rehabilitationsbedarf
 - Einbezug von Fachpersonen (Multiprofessionell)
- **Case Management/Coaching mit klar definierten Aufgaben**
 - Integriert in die Klinik/Praxis
 - Nahe beim Patient
 - Kontinuierliche Begleitung

Take Home Message



Zauberwort: vorausschauende Planung!

- **Betroffene sensibilisieren auf mögliche Belastungen.**
- **Betonen, dass dies häufig ist!**
- **Erwähnen, dass die Erholungsphase nach Tumortherapie länger dauern kann!**
- **Telefonische Nachfrage nach ca. 1 – 2 Monate nach Abschluss der Therapie.**
- **Evt. Anwendung des Distressthermometers.**
- **Bei hoher Belastung Überweisung an Fachpersonen organisieren**





**Aussergewöhnliche Lebenssituationen
erfordern aussergewöhnliche
Bewältigungsmechanismen**

(Heim/Perez,1994)

Wir danken für Ihre Aufmerksamkeit!

Literatur



- Adams, Robert. Empowerment, Participation and Social Work. New York 2008
- Ansen, Harald: Der Beratungsprozess. In: Schaeffer/Schmid-Kähler 2012, 145-159
- Culley, Sue: Beratung als Prozess. Weinheim, Basel 2011
- Schaeffer, Doris/Schmidt-Kähler, Sebastian (Hrsg): Lehrbuch Patientenberatung Bern 2012
- Miller William/Rollnik Stephen: Motivierende Gesprächsführung
- (Heiner Seidlitz, Dietmar Theiss, Ressourcenorientierte Telefonberatung)