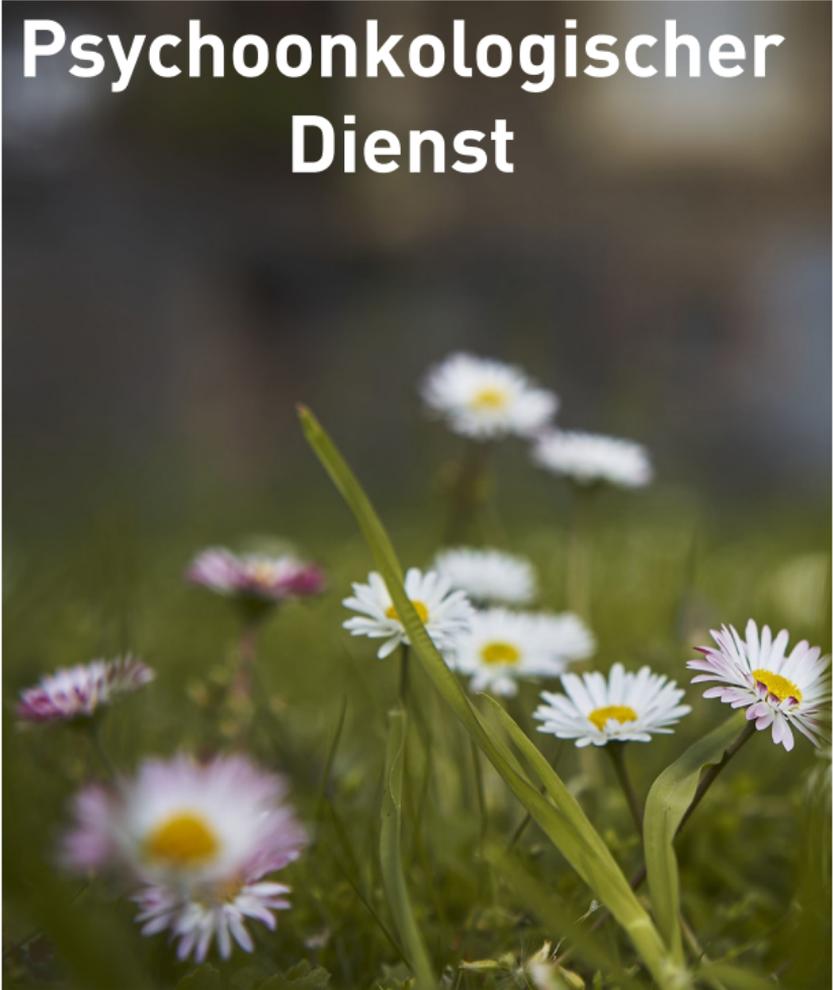


# Psychoonkologischer Dienst



## Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

## **Liebe Patientin, lieber Patient,**

die Diagnose einer Krebserkrankung löst viele Fragen aus, sehr häufig Gefühle von Unsicherheit und Sorge, möglicherweise auch Ängste. Schlaf- und Appetitstörungen, der schwierige Umgang mit Nebenwirkungen von Chemotherapeutika treten oft auf.

In dieser Situation ist die bestmögliche Aktivierung der eigenen Bewältigungsmöglichkeiten gefordert; eine wichtige Unterstützung können dabei das soziale Umfeld und vertraute Bezugspersonen sein.

In unserem Klinikum stellt Ihnen der psychoonkologische Dienst der LVR-Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie Essen folgende Angebote bereit:

### **Fachärztliches Gespräch zur Diagnosestellung und Therapieplanung**

Falls Sie wünschen, können Sie mit einem Facharzt/einer Fachärztin für Psychosomatische Medizin über Ihre emotionalen Probleme sprechen und mit ihm/ihr zusammen festlegen, ob bei Ihnen eine krankheitswertige psychische Belastung vorliegt und eine spezifische psychotherapeutische Behandlung empfehlenswert ist.

### **Krisenintervention**

Eine Krisenintervention beinhaltet in der Regel mehrere fachärztliche Gespräche, in denen Sie mit dem Experten/der Expertin realisierbare Ziele festlegen. Bei einer Krisenintervention können Sie z. B. Ihre Lebenssituation und Ihre Sorgen genau unter die Lupe nehmen, kleine Übungen zur Entspannung erlernen oder an Verhaltensänderungen arbeiten. Auch Medikamente können bei Ängsten, gedrückter Stimmungslage, Schlaf- oder Appetitstörungen eine wichtige Hilfe sein.

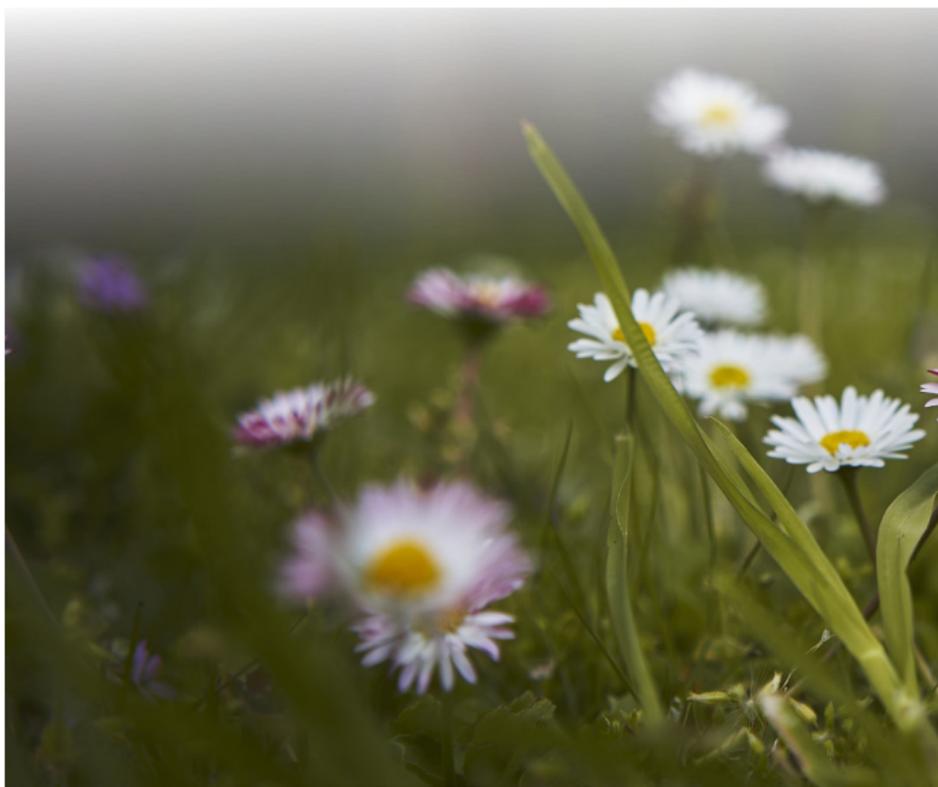
## Gruppenangebote

Das Gruppenangebot richtet sich an Patientinnen und Patienten jedes Alters und in allen Erkrankungsstadien. Sie soll der Krankheitsbewältigung dienen und helfen, eine gegebenenfalls krankheitsbedingte Isolation zu überwinden.

Die Betroffenen können über ein in der Gruppe erlerntes Problemlösetraining konkrete Handlungsalternativen für ihre Situation entwickeln und auch umsetzen.

Einen wichtigen Raum nimmt das Erlernen von Entspannungstechniken (z. B. Progressive Muskelrelaxation) ein, die – auch im häuslichen Bereich anwendbar – eine effektive Stressregulation ermöglichen.

Ein weiteres Angebot stellt die Kunsttherapeutische Gruppe dar, die im Umgang mit bildnerischen Materialien einen alternativen Zugang zu inneren Prozessen ermöglicht und Entlastung schaffen kann. Die Gruppen finden in der Regel alle zwei Wochen über acht Termine statt. Bei Interesse besteht prinzipiell auch die Möglichkeit der Fortsetzung der Teilnahme.



## Hilfe für Angehörige

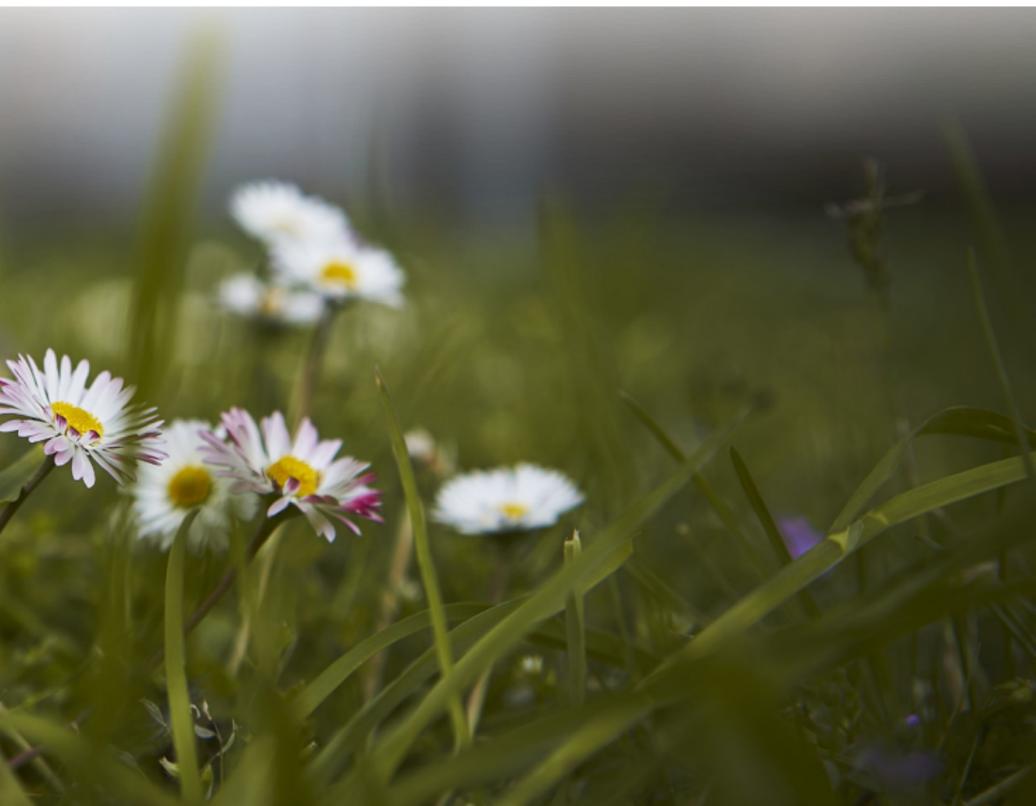
Für Partner, Familie und Freunde kann die Krebserkrankung in der Behandlungsphase sowie in der Nachsorge

ebenfalls eine psychische Belastung auslösen. Diese kann sich in Gefühlen wie Überforderung, Niedergeschlagenheit und Ängsten sowie in Anspannung, Erschöpfung oder Gereiztheit ausdrücken. Oft ist es für Angehörige schwierig, sich an Veränderungen durch die Erkrankung anzupassen und mit der neuen Situation umzugehen. In diesen Fällen können wir Ihnen Einzel-, Paar- oder Familiengespräche anbieten.



## Vermittlung in ambulante Fachpsychotherapie

Falls die oben beschriebenen Hilfestellungen nicht ausreichen oder eine weitere psychotherapeutische Behandlung erwünscht ist, können wir Ihnen Adressen von niedergelassenen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten vermitteln, die sich mit den besonderen Problemen von Krebspatientinnen und -patienten auskennen.



## Was müssen Sie tun, damit Sie psychoonkologische Hilfe bekommen?

Falls Sie ein oder mehrere der beschriebenen Probleme bei sich wahrnehmen, können Sie mit Ihrem behandelnden Stationsarzt/Stationsärztin darüber sprechen, die den psychoonkologischen Dienst benachrichtigen. Der psychoonkologische Dienst sucht Sie dann an Ihrem Krankenbett auf.

Nachdem Ihre stationäre Behandlung abgeschlossen ist, können Sie sich mit einem Überweisungsschein Ihres Hausarztes/Ihrer Hausärztin an die psychosomatische Ambulanz wenden.

Eine Terminvereinbarung ist über das Ambulanzsekretariat unter der Telefonnummer:

**0201 438 755-101**

zu folgenden Zeiten möglich:

Mo. bis Fr.            07.30-12.00 Uhr

Mo. bis Do.           12.30-16.00 Uhr

Fr.                      12.30-14.30 Uhr

per Mail an: [ambulanz-pm.essen@lvr.de](mailto:ambulanz-pm.essen@lvr.de)



**Professor Dr. med. Martin Teufel**

Direktor der Klinik für

Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

## Anschrift

### LVR-Klinikum Essen

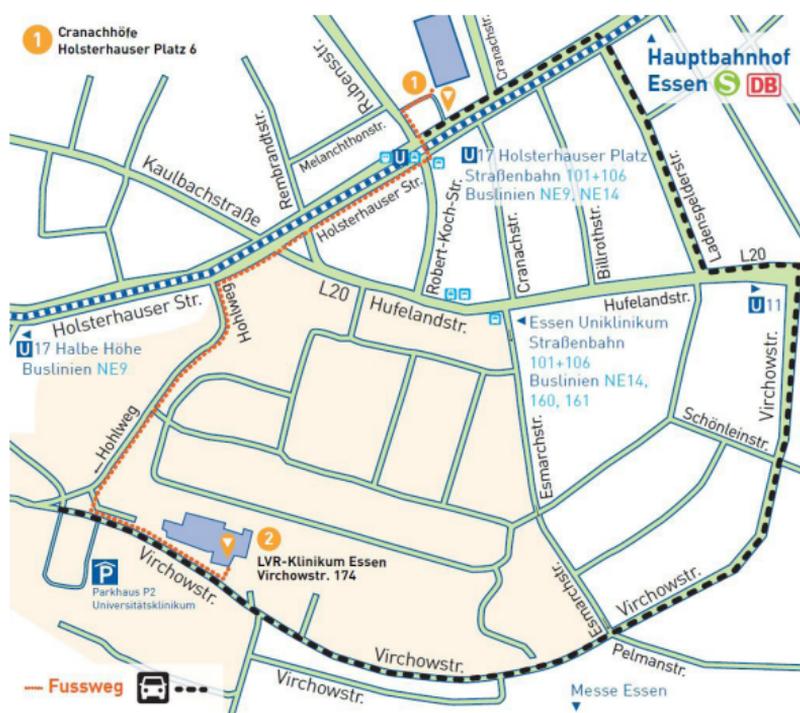
Kliniken und Institut der Universität Duisburg-Essen  
Ambulanz der Klinik für Psychosomatische Medizin und  
Psychotherapie

Holsterhauser Platz 6, 45147 Essen

Tel 0201 438 755-101

Mail [ambulanz-pm.essen@lvr.de](mailto:ambulanz-pm.essen@lvr.de)

## Anfahrt



Weitere Informationen  
finden Sie auf unserer  
Webseite:



### LVR-Klinikum Essen

Kliniken und Institut der Universität Duisburg-Essen

Virchowstr. 174, 45147 Essen

Tel 0201 7227-0, Fax 0201 7227-301

klunikum-essen@lvr.de [www.klinikum-essen.lvr.de](http://www.klinikum-essen.lvr.de)