



PRESSEINFORMATION

Diagnose Krebs - was nun?

Die Diagnose ist ein Schock. Wie Patienten die erste Zeit danach bewältigen und wieder Sicherheit gewinnen, beschreibt das neue GfBK-Info der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V.

Heidelberg, 19.10.2015

Wieso gerade ich? Wie soll ich mein Leben weiter führen? Welche Schmerzen kommen auf mich zu? Menschen sind nach der Diagnose Krebs ängstlich, verunsichert. Sie haben viele Fragen – und anfangs wenig Antworten darauf. „In der ersten Zeit stürzt sehr viel auf einen ein und man hat keine Idee, wie es weitergehen soll“, sagt die Mitautorin Sabine Hötzel, die selbst an Krebs erkrankt war.

Mit der neuen GfBK-Info „Zehn Schritte für die erste Zeit nach der Diagnose“ will die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V. (GfBK) Patienten Unterstützung für die schwierige erste Zeit bieten. Die GfBK ist die größte Beratungsorganisation für ganzheitliche Medizin gegen Krebs im deutschsprachigen Raum.

Sich Zeit nehmen

„Die Zeit drängt“ ist anfangs oft das Gefühl, manchmal wird es auch von Ärzten gefördert. Doch meistens wächst ein Tumor nicht in wenigen Tagen. „Nehmen Sie sich Zeit“, rät die GfBK deshalb. Zeit, um die Diagnose anzunehmen. Zeit, um sich zu stabilisieren. Zeit, um sich zu informieren und zu orientieren.

Dazu gehört der Arzt des Vertrauens. „Hören Sie in sich hinein, ob Sie mit der ärztlichen Situation zufrieden sind“, sagt Sabine Hötzel. „Können Sie sich ihm anvertrauen? Würdigt er Ihre eigenen Vorstellungen, geht er auf Ihre Fragen ein?“ Sich Zweitmeinungen einzuholen, wenn man nicht sicher ist, sei das gute Recht jedes Patienten.

Wissen kann Angst mindern

Informationen können helfen, die eigene Situation besser einzuschätzen. Das Medium Internet ist nach Erfahrung der GfBK mit Vorsicht zu benutzen. Die vielen Informationen „überfluten“, viele Internetforen sind zudem nicht unabhängig, sondern von der pharmazeutischen Industrie gesponsert. Direkt nachfragen, wenn man Informationen braucht, ist der Rat der GfBK. Beim behandelnden Arzt, dem zuständigen Arzt im Krankenhaus oder auch dem ärztlichen Beratungsdienst der GfBK.

Fortsetzung...

Presseinformation

Was ist das Ziel der Therapie? Gibt es mehr als eine Therapie – und welche Vor- und Nachteile haben sie? Welche Nebenwirkungen können auf mich zukommen? Welche naturkundlichen Methoden kann ich nutzen? Die GfBK empfiehlt Patienten, sich eine individuelle Frageliste zusammenzustellen und diese zu den Gesprächen mitnehmen. Hilfreich ist auch, wenn Angehörige oder Freunde den Patienten zu Arztterminen mitzunehmen. „Oft ist man selbst viel zu aufgeregt, um alles mitzubekommen“, weiß Sabine Hötzel aus eigener Erfahrung.

Das Mitspracherecht nutzen

Was ist mir wichtig? Keine Leitlinie oder ärztliche Empfehlung kann Patienten die eigene Entscheidung abnehmen. Und diese Entscheidung sollte persönlich stimmig sein.

Zuwendung für die Seele

Und wenn es einem den Boden unter den Füßen wegzieht? Dann gibt es Fachleute wie den Sozialdienst in der Klinik, Therapeuten, die mit der Situation von Krebskranken vertraut sind oder Selbsthilfegruppen. „Sie müssen dieser schweren Situation nicht allein begegnen“, sagt Sabine Hötzel. Unterstützend wirken auch nahe Angehörige und Freunde, wenn sie das Gefühl vermitteln: Ich bin an Deiner Seite.

Sorgsam mit sich umgehen

Die erste Zeit nach der Diagnose ist eine Ausnahmesituation. Umso wichtiger ist es, auf die eigenen Bedürfnisse zu achten. Sich Gutes tun und wieder beginnen Vertrauen zu gewinnen in sich, seine eigenen Selbstheilungskräfte. „Erst steht nur die Krankheit im Mittelpunkt. Geben Sie von Anfang an der Gesundheit Raum“, rät Sabine Hötzel. Für sie selbst war das ein entscheidender Punkt auf dem Weg zur Heilung.

Das GfBK-Info „Zehn Schritte für die erste Zeit nach der Diagnose“ gibt es auf der Website der GfBK, versehen mit zahlreichen Links zu weiterführenden Informationen und kurzen Videobeiträgen: www.biokrebs.de/therapien/diagnosekrebs oder als Download unter www.biokrebs.de/images/download/Therapie_Infos/Zehn_Schritte_f_Homepage.pdf

Pressekontakt

Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V. (GfBK)

Rainer Lange, Pressereferent

Tel.: 06221 4332108

E-Mail: presse@biokrebs.de

Die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V. (GfBK) ist ein unabhängiger, gemeinnütziger Verein, der seit 33 Jahren Krebspatienten, Angehörige und Therapeuten unterstützt. Mit über 20.000 Mitgliedern und Förderern ist sie die größte Beratungsorganisation für ganzheitliche Medizin gegen Krebs im deutschsprachigen Raum. Die GfBK setzt sich ein für eine individuelle, menschliche Krebstherapie, in der naturheilkundliche Methoden besonders berücksichtigt werden. Die Gesellschaft berät kostenfrei und unabhängig über bewährte biologische Therapieverfahren. Die Arbeit wird ausschließlich durch Mitgliedsbeiträge und private Spenden finanziert. Das Deutsche Zentralinstitut für soziale Fragen (DZI) hat der GfBK das Spendensiegel zuerkannt.