



# „Ich schaff's nicht allein“

Ganzheitliche Medizin: Der wichtige psychosomatische Dienst betreut Patienten im Krankenhaus und hilft der Seele durch die Krise.

Die Gespräche mit Psychotherapeut Leopold Wurst (rechts) halfen Thomas Porta durch acht Operationen

## WAS PATIENTEN EMPFINDEN

# Bitte kein Mitleid

Susanne Leonhardt begleitete Frau M. durch ihre Krebserkrankung. Und weiter.

Zum ersten Mal getroffen haben sich Psychotherapeutin Susanne Leonhardt und Frau M. vor acht Jahren, an M.'s Krankenbett. „Ich stand kurz vor der Stammzellen-Transplantation“, erinnert sich M., die damals an Knochenkrebs litt. „Mir ist Frau M. bei der Visite aufgefallen“, sagt Leonhardt vom psychosomatischen Dienst am LKH-Universitätsklinikum Graz. „Ich habe mich vorgestellt, erklärt, dass wir Patienten psychologisch betreuen und

gefragt: Möchten Sie das?“, erzählt Leonhardt. „Und ich habe sofort Ja gesagt“, schließt M. an. Familie und Freunde waren M. in der Zeit eine große Unterstützung, aber sie brauchte mehr. Ihr Umfeld war mit der Situation genauso überfordert wie M. selbst, und sie wollte ihren Partner nicht noch mehr belasten. „Ich wollte kein Mitleid mehr“, sagt M., „ich wollte meine Krankheit nicht mehr schönreden. Alle haben gesagt: ‚Du bist eine starke Frau, du

schaffst das‘ – das konnte ich nicht mehr hören.“ Bei Psychotherapeutin Leonhardt konnte sie alles auf den Tisch legen, offen über ihre Ängste reden und – neue Perspektiven finden.

### Absturz

„Mit der Diagnose bin ich aus meiner normalen Wirklichkeit gestürzt“, sagt M. Sie musste erst begreifen, dass ihr neues Leben, mit der Krankheit, auch sehr schön und wertvoll ist.

Auch nachdem die Akut-Phase der Krankheit überstanden war, setzte M. ihre Treffen mit Leonhardt fort, in größeren Abständen. „Vor Kontroll-Untersuchungen kommen die Ängste wieder hoch“, sagt M., die sich durch die Krankheit, aber auch durch die Therapie selbst weiterentwickelt hat. „Ich bin mir selbst gegenüber großzügiger geworden“, lächelt M. Es muss nicht mehr alles perfekt sein, auch nicht der anderen wegen.



Psychotherapeutin Susanne Leonhardt (r.) war für Patientin M. (li., unkenntlich gemacht) eine große Stütze: „Ich konnte all meine Ängste auf den Tisch legen“

CHRISTIAN JUNGWIRTH (5)

SONJA SAURUGGER

**T**homas Portas Hände zittern, solange er sich erinnern kann. Je älter er wurde, umso schlimmer wurde das Zittern. „Ich habe einen essenziellen Tremor“, weiß Porta heute, mit 28. Vor eineinhalb Jahren wurde ihm ein Schrittmacher fürs Gehirn eingesetzt. Die erste Operation war eine Wachoperation – Porta wurden bei vollem Bewusstsein Elektroden ins Gehirn gesetzt. „Ich hatte vorher Angst, aber während der OP haben die Ärzte mich unterhalten, wir haben uns Witze erzählt.“ Die Operation verlief gut, doch seine Wunden wollten nicht verheilen. Im letzten Jahr hatte er eine Operation nach der anderen. In acht Operationen wurden seine Narben immer wieder neu vernäht. „Es war kein Ende in Sicht“, erzählt Porta, doch er war psychisch am Ende. Und fragte nach Hilfe. „Ich dachte: Ich bin im Krankenhaus, da wird es jemanden geben, der mir helfen kann.“ Psychologe Leopold Wurst kam und konnte helfen. „Die Wund-

heilungsstörungen können durch Stress bedingt sein“, weiß Wurst. In den Gesprächen fanden Patient und Therapeut heraus, dass Porta privat mit vielen Stressoren konfrontiert war. „Ich war in Pension, da ich durch den Tremor nicht arbeiten konnte“, sagt Porta. Ohne Beschäftigung zu sein, war schlimm, ebenso wie die Einschränkungen: nicht in die Sonne, keine Tätigkeit, bei der man ins Schwitzen kommt. Mit Entspannungsübungen konnte Wurst helfen. Vor fünf Wochen dann die letzte Operation – wieder eine Wach-OP. „Da ist alles aufgekommen“, sagt Porta. Er hatte das Gefühl, jeden Schnitt des Chirurgen zu spüren. Kein Fehler der Betäubung, sondern Ausdruck der psychischen Belastung. „Vor der letzten OP dachte ich, ich schaff's allein“, sagt Porta, „aber ich schaff's nicht.“ Einmal die Woche treffen sich Patient und Therapeut, sprechen über Portas Ängste und Träume, in denen er jede Nacht die Operation durchlebt. „Ich weiß nicht, mit wem ich sonst reden soll“, sagt er.



## PSYCHOTHERAPEUTEN ÜBER IHRE ARBEIT MIT PATIENTEN

### Ganzheitliche Heilmethode

„Jeder Krankenhausaufenthalt ist eine Krisensituation für den Patienten. Neben der medizinischen Betreuung wollen wir den Menschen auch eine psychische Stütze bieten und so ganzheitlich heilen. Einerseits betreuen wir Patienten, die mit einer schweren Diagnose oder einem Trauma nach einem Unfall fertigwerden müssen. Andererseits gibt es aber körperliche Beschwerden und Krankheiten, die psychisch bedingt sind. Hier versuchen wir, die Ursachen zu finden.“

**Christian Fazekas** ist Leiter des psychosomatischen Dienstes.



„Wir als Psychotherapeuten müssen nicht so tun, als ob uns die Situation nicht berührt. Ich habe diese Krebspatientin betreut – eine junge Frau, Mutter von noch kleinen Kindern und mit einer schlimmen Diagnose. Diese Situation war sehr tragisch und hat mich tief berührt, auch weil ich selbst Mutter bin. Ich habe einfach mit der Patientin und ihrer Familie mitgeweint. So kann man den Menschen auch zeigen, dass Tränen eine ganz normale und adäquate Reaktion auf Krisensituationen sind. Und Menschen auch dazu ermuntern, mit ihren Emotionen offen umzugehen, denn nur so kann man mit ihnen zurechtkommen.“



### „Ich habe einfach mitgeweint“

uns lassen könnten. Für die Patienten nehmen wir vielleicht die Rolle einer Freundin, der Schwester, der Mutter ein, aber die Beziehung zu den Patienten bleibt eine therapeutische.“  
**Monika Glawischnig-Goschnik** ist Psychotherapeutin an der Klinik für Dermatologie und Venerologie.

Aber auch wenn ich mich auf so eine Situation emotional einlasse, ist es doch meine Aufgabe, Distanz zu wahren. Denn trotz alledem ist es ja nicht mein Schicksal. Man muss immer mit einem Fuß draußen bleiben. Ich und wir alle könnten den Beruf auch nicht machen, wenn wir uns nicht wieder zurücknehmen könnten und die Emotionen hinter uns lassen könnten. Für die Patienten nehmen wir vielleicht die Rolle einer Freundin, der Schwester, der Mutter ein, aber die Beziehung zu den Patienten bleibt eine therapeutische.“

### Wie kann man weiterleben?

„Ich habe oft mit Diabetes-Patienten zu tun. Ich erinnere mich an einen jungen Mann, der die Diagnose Diabetes bekam. Seine erste Frage war: ‚Was ist, wenn ich mit Freunden ein Bier trinken gehe? Kann ich noch fortgehen?‘ Mit solchen persönlichen Anliegen wollen sich Patienten oft nicht an behandelnde Ärzte wenden und sprechen lieber mit mir. Meine Aufgabe ist es, den Menschen neue Perspektiven aufzuzeigen: Wie kann ich mit der Krankheit weiterleben?“



**Susanne Pieringer** ist Ärztin und Psychotherapeutin an der Endokrinologie.