

## Wer wir sind – Psychologie / Psychoonkologie



Wir sind Dr. Sabine Noetzel, Dr. Christina Sokol und Sophia Lux und arbeiten als Psychologinnen bzw. Psychoonkologinnen im St. Bernward Krankenhaus. Als Team begleiten, informieren und unterstützen wir Sie, Ihre Familien und Zugehörige in den verschiedenen Phasen der Krankheitsbewältigung und gehen auf individuelle Bedürfnisse ein.

### Angebote

- ➔ Einzel-, Paar- und Angehörigengespräche
- ➔ Gruppenangebote (Kompass, Brustkrebsgruppe ...)
- ➔ Sprechstunde für an Krebs erkrankte Eltern

### Ziele

- ➔ Stabilisierung und Stärkung
- ➔ Klärung und Orientierung
- ➔ Aktivitätsaufbau
- ➔ Bewältigung
- ➔ Informationen und Tipps

## Unterstützende Abteilungen



### Breast Nurses

Wir – Maria Hübner und Andrea Köhler – arbeiten seit Jahren als Breast Nurses am St. Bernward Krankenhaus. Wir sind examinierte Gesundheits- und Krankenpflegerinnen mit einer speziellen Zusatzqualifikation. Wir begleiten Frauen und Männer mit Brustkrankungen. Unsere Betreuung geht dabei weit über die pflegerischen Aspekte hinaus.



### Onkologische Pflegekräfte

Wir – Juliane Althaus, André Barth, Sabrina Altmann, Silke Rotermundt und Daria Curland – sind als speziell weitergebildete Gesundheits- und Krankenpfleger\*innen zuständig für die Betreuung und Versorgung von an Krebs Erkrankten. Wir begleiten und beraten Patienten, von der Diagnosestellung über den Zeitraum der Therapie und darüber hinaus.

### Ansprechpartnerinnen

#### Psychologinnen / Psychoonkologinnen

Sophia Lux  
Telefon 05121 90-5083  
E-Mail s.lux@bernward-khs.de

Dr. Sabine Noetzel  
Telefon 05121 90-5880  
E-Mail s.noetzel@bernward-khs.de

Dr. Christina Sokol  
Telefon 05121 90-1838  
E-Mail c.sokol@bernward-khs.de

#### Breast-Nurse-Team

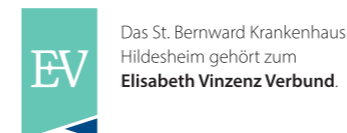
Andrea Köhler, Maria Hübner  
Telefon 05121 90-5848  
E-Mail breast-nurse@bernward-khs.de

#### Onkologische Pflege

Juliane Althaus, André Barth, Sabrina Altmann,  
Silke Rotermundt, Daria Curland  
Telefon 05121 90-5084  
E-Mail onkologische-pflege@bernward-khs.de

#### St. Bernward Krankenhaus GmbH

Treibestraße 9, 31134 Hildesheim  
Telefon 05121 90-0  
Fax 05121 90-16 98  
E-Mail info@bernward-khs.de  
www.bernward-khs.de



Das St. Bernward Krankenhaus  
Hildesheim gehört zum  
Elisabeth Vinzenz Verbund.



Akademisches  
Lehrkrankenhaus der  
Universität Göttingen

## Psychologie / Psychoonkologie – Krankheitsbewältigung für Patienten und Angehörige

### Lebenszeit ist Zeit zum Leben

- ➔ Psychologische und psychoonkologische Beratung
- ➔ „Kompass“ – Gruppenangebot für an Krebs erkrankte Menschen und Angehörige
- ➔ Gruppenangebot für Frauen und Männer mit /nach Brustkrebs



## Was ist Psychoonkologie?

Die Psychoonkologie beschäftigt sich mit den psychologischen und sozialen Dimensionen von Krebserkrankungen in allen Phasen der Erkrankung sowie in der Nachsorge.

Drei Themenschwerpunkte hierbei sind:

### 1. Krankheitsbezogene Themen

Informationsvermittlung zur Erleichterung des Umgangs

- ➔ mit Symptomen der Krankheitsverarbeitung (Angst, Depression, Hoffnungslosigkeit, Hilflosigkeit)
- ➔ mit Symptomen der Behandlung (z. B. bei der Chemotherapie)
- ➔ mit der Beeinflussung des Immunsystems durch Verhaltensweisen und Emotionen

### 2. Persönliche Themen

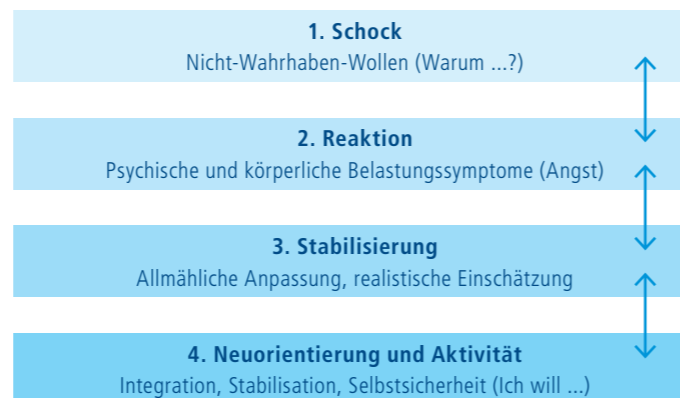
- ➔ Verbesserung der eigenen Einstellung und Haltung zur Krebserkrankung
- ➔ Förderung der Gesundheit und Wiederentdecken der eigenen Ressourcen (Stärken)
- ➔ Auseinandersetzung mit Lebenssinnfragen
- ➔ Auseinandersetzung mit persönlichen Veränderungen (Beruf, soziale Beziehungen, Verhalten, Körperbild, ...)

### 3. Themen im Umfeld

- ➔ Verbesserung der Kommunikation mit Angehörigen, Kindern und Behandlern
- ➔ Sinnvolle Einbindung / Entlastung und Abgrenzung von Angehörigen.
- ➔ offene Konflikte klären

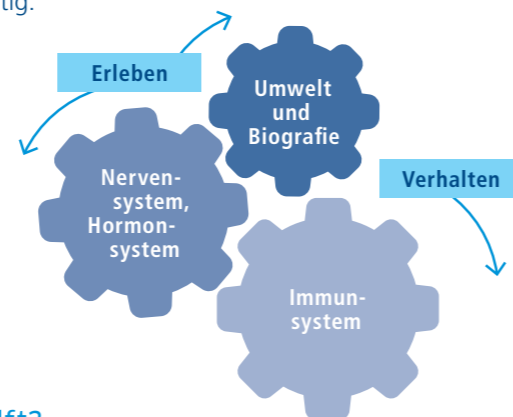
## Phasen der Krankheitsbewältigung

Erkrankte Menschen und deren Angehörige können verschiedene Phasen der Bewältigung erleben.



### Was passiert mit dem Körper / der Psyche?

Lang andauernder Stress zeigt sich im psychischen Erleben und Verhalten. Das Immunsystem kann dadurch geschwächt werden. Nerven-, Hormon- und Immunsystem greifen dabei wie Zahnräder ineinander und beeinflussen sich gegenseitig.



### Was hilft?

Die Auseinandersetzung mit der aktuellen Situation hilft bei der Bewältigung individueller Themen und bei der Stabilisierung. Wir wollen Sie dabei unterstützen für Sie hilfreiche Aktivitäten zu finden und aufzubauen.

## Gruppenangebote: Information und Austausch

Die Diagnose Krebs ist für Betroffene und Angehörige eine besondere Belastung und Herausforderung. Mit unseren kostenlosen Gruppenangeboten möchten wir Ihnen zeigen, dass Sie in dieser schweren Zeit nicht allein sind.

Am St. Bernward Krankenhaus gibt es zwei Gruppen, die sich mittwochs von 17 bis 18.30 Uhr treffen. An diesen Abenden sprechen wechselnde Referenten über verschiedene Aspekte einer Krebserkrankung. Außerdem bieten die Treffen Raum für Fragen und Austausch mit anderen Betroffenen.

### Gruppenangebot „Kompass“

Unser Gruppenangebot ist offen für Menschen mit Krebserkrankungen (verschiedene Diagnosen) und ihre Angehörigen. Ansprechpartnerinnen sind die Psychoonkologinnen Dr. Sabine Noetzel und Sophia Lux sowie die Fachpflegekräfte für Onkologie.

### Gruppenangebot für Frauen und Männer mit und nach Brustkrebs

In einem geschützten Rahmen informieren wir an Brustkrebs Erkrankte über unterschiedliche Schwerpunkte ihrer Erkrankung und geben ihnen die Gelegenheit zum Gespräch. Ansprechpartnerinnen sind die Psychoonkologin Dr. Christina Sokol und die Breast Nurses Maria Hübner und Andrea Köhler.

Mit beiden Gruppen möchten wir Ihnen helfen, besser zu verstehen, wie Ihre Erkrankung verschiedene Lebensbereiche beeinflussen kann – damit Sie sich sicherer fühlen, Antworten finden, Ressourcen mobilisieren und den Behandlungsalltag bewusster mitgestalten können.

## Gruppenangebote: Themen und Anmeldung

In unseren Gruppenangeboten „Kompass“ und „für Frauen und Männer mit und nach Brustkrebs“ kommen unter anderem folgende Themen zur Sprache:

- ➔ Strahlentherapie, Chemotherapie
- ➔ Unterstützende Therapieformen (Kunst, Tanz, Sport, Yoga)
- ➔ Komplementärmedizin
- ➔ Management von Nebenwirkungen
- ➔ Psychoonkologie
- ➔ Sozialrecht
- ➔ Familie / Beziehung
- ➔ Ernährung
- ➔ Entspannung / Stressbewältigung / Achtsamkeit
- ➔ Selbsthilfegruppen
- ➔ Fatigue
- ➔ Nur Gruppenangebot Brustkrebs:  
Brustrekonstruktion nach einer OP,  
Genetische Bedeutung von Brustkrebs

Die Themen erstellen wir unter ganzheitlichen Aspekten in Zusammenarbeit mit Patienten sowie medizinischen und sozialen Einrichtungen. Begleitet werden die Angebote von Experten aus medizinischen, psychoonkologischen und anderen unterstützenden Fachbereichen.

Alle Termine und Themen finden Sie auf der Homepage des St. Bernward Krankenhauses unter [www.bernward-khs.de/downloads](http://www.bernward-khs.de/downloads) unter dem Punkt „Unterstützende Angebote“.

### Anmeldung für die Gruppenangebote

G.I.Z. – Gesundheitsinformationszentrum des BK  
Treibestraße 9, 31134 Hildesheim  
Telefon: 05121 90-1605, Fax: 05121 90-1614  
E-Mail: [giz@bernward-khs.de](mailto:giz@bernward-khs.de)

### Öffnungszeiten

Mo. bis Mi.: 07.00 – 15.30 Uhr  
Do.: 07.00 – 16.30 Uhr  
Fr.: 07.00 – 13.00 Uhr