lebensmut
Leben mit Krebs

„Wie sag ich's meinem Arzt?"

Ein Interview mit der Psycho-Onkologin Dr. Pia Heußner

Foto: © art in action, Monika Sedlmayr

Oberärztin Dr. Pia Heußner leitet die Psycho-Onkologie an der Medizinischen Klinik III im Klinikum Großhadern und das interdisziplinäre Zentrum für Psycho-Onkologie.

Was will ich dem Arzt sagen? Was muss er wissen? Das Arzt-Patienten-Gespräch ist für beide Seiten nicht selten eine Herausforderung. Die Psycho-Onkologin Dr. Pia Heußner kennt aus vielen Patientengesprächen die inneren und äußeren „Behinderer" guter Kommunikation.

Frau Dr. Heußner, wie muss ein Arztgespräch verlaufen, damit sich der Patient gut informiert fühlt?
In einem guten Gespräch kann der Patient dem Arzt sein Anliegen, seine Sorgen und Fragen deutlich machen. Und er erhält die für ihn wichtigen Informationen, weiß also am Schluss, was auf ihn zukommt.

Das hört sich einfacher an, als es wohl ist.
Richtig. Denn auch wenn Arzt und Patient dieselbe Sprache sprechen, heißt das noch nicht, dass die Kommunikation gelingt und der Arzt die Vorstellungen und Wünsche des Patienten vollständig wahrnehmen kann.

Ärzte lernen mittlerweile in Trainings, wie sie Patientengespräche gut führen. Liegt es hauptsächlich am Arzt, wenn die Verständigung nicht funktioniert?
Wenn Arzt und Patient miteinander sprechen, liegt es auch an den Beiden, dass die Kommunikation gelingt. Doch es gibt verschiedene innere und äußere Gründe, wenn das Gespräch für den Patienten nicht zufriedenstellend verläuft. Äußerliche Hemmnisse für ein gutes Gespräch – und dagegen müssen Ärzte immer kämpfen – sind mangelnde Zeit sowie Störungen und Unterbrechungen. Das Telefon klingelt, der Pieper nervt, bei der Visite ist zu wenig Zeit für den einzelnen Patienten …

Und was meinen Sie mit inneren Hindernissen?
Ich will es mal so sagen: Sicher, jeder Arzt kann ein Stück weit lernen, was ein gutes Gespräch ausmacht und wie man es führt. Aber nicht jeder Arzt hat die Sensibilität und die Fähigkeit, sich dem Patienten auch menschlich zuzuwenden.

Und noch etwas kommt hinzu: Wenn es den optimalen Arzt gäbe, wäre dieser nicht nur Fachexperte, sondern auch Hellseher. Das heißt, er wüsste bei jedem Patienten sofort, was und wie viel der Patient bereits weiß, was dieser wissen möchte und welche Ängste und Sorgen er hat.

Aber der Arzt ist kein Hellseher.
Nein, das ist er nicht. Also wird er vor allem auf das eingehen, was der Patient fragt und ihm sagt. Und die Erfahrung zeigt, dass der Patient das Eigentliche nicht immer anspricht, also das, um was es für ihn am dringendsten geht. Doch ohne Mithilfe des Patienten wird es für den Arzt unmöglich, dessen Erwartungen zu erfüllen.

Das müssen Sie mit einem Beispiel erklären.
Ich erlebe immer wieder, dass Patienten beunruhigende Erlebnisse oder Geschichten über Behandlungen, Nebenwirkungen usw. mit sich herumtragen, aber leider nicht beim Arzt ansprechen. Ein Beispiel: Eine Patientin hat

eine an Krebs erkrankte Freundin über Jahre begleitet. Sie hat erlebt, wie sehr diese unter den Therapien gelitten hat. Nun sorgt sie sich, ob es ihr mit ihrer eigenen Krebsbehandlung womöglich genauso gehen wird.

Erfährt ihr Arzt von diesen Ängsten, kann er mit der Patientin klären, ob und inwiefern ihre Situation überhaupt vergleichbar ist. Er hat dann die Chance, für die Patientin klar zu trennen zwischen einerseits ihrer persönlichen Krankheitssituation und Behandlung und andererseits dem, was sie bei ihrer Freundin miterlebt hat.

Weil jeder Mensch und jede Krebserkrankung individuell ist?

Ja, und entsprechend auch anders behandelt werden muss. Zudem profitiert diese Patientin heute womöglich von neuen Diagnose-, Operations- und Therapiemöglichkeiten, die es damals für ihre kranke Freundin noch nicht gab. All dies kann ihr Arzt mit ihr klären.

Das klingt gut. Aber nicht jeder Patient kann oder möchte dem Arzt seine Ängste schildern.

Ja, und es ist auch sein gutes Recht, das selbst zu entscheiden. Doch darf jeder Patient erwarten, dass sich der Arzt nicht nur den Tumor sieht, sondern ihn als ganzen Mensch wahrnimmt – und damit auch seine Ängste Raum finden.

Deshalb appelliere ich an meine Patienten: Sagen sie ihrem Arzt, was sie beschäftigt! Nur dann kann er sie gut und vollständig informieren. Und nur dann haben sie als Patient die Chance zu erfahren, was von dem Gehörten, Gelesenen und Erlebten auf sie zutrifft und was nicht.

Was sollten Patienten dem Arzt noch sagen?

Immer wieder zögern Patienten, dem Arzt mitzuteilen, dass es ihnen nicht gutgeht, sie also z.B. ein Medikament nicht gut vertragen. Oder dass sie z.B. nicht gleich sagen, wenn sie einen neuen Knoten entdecken oder die Operationsnarbe Probleme macht – weil sie dem Arzt nicht gerne schlechte Nachrichten überbringen oder aus Rücksicht, weil dieser so viel zu tun hat.

Auch da mein Appell: Bitte keine falsche Rücksichtnahme! Ihr Arzt muss solche Dinge erfahren, damit er sie richtig behandeln kann. Sie belasten ihn dadurch nicht, Sie unterstützen ihn bei seiner Arbeit.

Was, wenn es mir schwerfällt, meine Fragen gegenüber dem Arzt zu formulieren?

Mein Tipp: Überlegen Sie sich vor dem Gespräch oder der Visite, was Sie wissen möchten, und schreiben Sie die Fragen auf. Mit dem Zettel vor sich können Sie nichts vergessen. Der erfahrene Arzt sieht ihn ebenfalls und fragt nach – und zudem können Sie auch mitnotieren, was Sie hören. Oder bitten Sie einen vertrauten Menschen mit in das Gespräch. Vier Ohren hören sowieso mehr und besser als nur zwei. Und der Begleiter kann darauf achten, dass alles Wichtige zur Sprache kommt.

Wie ist das bei der Visite, wo nur wenig Zeit für Fragen ist?

Ja, viel Zeit ist nicht, aber der Patient kann und sollte sie trotzdem für sich nutzen. Am besten geht das, wenn er sich vorher schon überlegt hat, was seine ein oder zwei wichtigsten Fragen sind. Dafür sollte im Visitengespräch immer Zeit sein.

Klare und umfassende Informationen muss der Patient aber auch ertragen und bewältigen können.

Richtig, und deshalb kann es sein, dass ich als Patient bestimmte Fragen nicht gleich oder gar nicht stelle. Vielleicht bin ich mir nicht sicher, ob ich die Antwort im Augenblick verkraften kann. Oder es ist mir alles zu viel. Für den Arzt ist dies allerdings nicht einfach zu erkennen. So kann es passieren, dass er den Patienten mit Dingen konfrontiert, die diesen überfordern. Oder dass es einfach zu viele Informationen auf einmal sind, die der Patient nicht aufnehmen und verarbeiten kann. In beiden Fällen kann es so weit kommen, dass sich der Patient missverstanden bzw. nicht achtsam behandelt fühlt.

Wie beraten Sie einen Patienten, der solche oder ähnliche Kommunikationsprobleme mit einem Arzt hat?

Zunächst versuche ich mit ihm herauszufinden, wie stark das Gefühl der Antipathie oder Enttäuschung ist. Geht es so weit, dass der Patient dem Arzt nicht vertraut? Oder kann er sagen: Ja, das ist ein Experte, bei dem ich fachlich sehr gut aufgehoben bin und dessen medizinische Expertise ich nutzen möchte. Und für die anderen Themen, meine Sorgen, meine Fragen, für die suche ich mir jemand Anderen zum Reden. Dieses Sortieren von Vorteilen und Interessen und das Verteilen von Rollen kann eine gute Möglichkeit sein, um die eigenen Ansprüche und Bedürfnisse zu erfüllen. Hier der Arzt für meine Fragen und Entscheidungen als Patient – dort mein Ansprecund schwierigen Themen und für das Vorsortieren.

Und dieser Ansprechpartner können auch Sie sein …

Ja natürlich, das ist eine unserer Kernaufgaben in der Psycho-Onkologie.

Das Gespräch führte Regine Kramer