

Angst

Angst kommt bei Schwerkranken häufig vor. Krebsbetroffene berichten in 44% über Angst, 23% über eine für die Person bedeutsame Angst. Typische angstausslösende Situationen sind Vorsorgeuntersuchungen, Diagnostik, Behandlung und Rückfall. Nicht alle Angstzustände sind abnorm. Angst tritt als physiologische Reaktion zur Gefahrensignalisation auf. Andererseits kann aber Angst zur Verzögerung und Vermeidung von Vorsorge- und Diagnostikmassnahmen führen und dadurch die Heilungschance ungünstig beeinflussen. In dieser stärkeren Ausprägung wird Angst wertlos und lähmend und muss dann behandelt werden.

Beschwerden und Merkmale

Wenn der Patient die Angst nicht verbal mitteilen kann, ist sie an folgenden Merkmalen erkennbar:

- Psychomotorische Unruhe
- Körperliche Symptome wie Atemnot, Schwitzen, Klos im Hals, Druck im Oberbauch, Gefühl des Herzrasens
- Vermeidensverhalten (Ort, Situationen)
- Unkonzentriertheit

Behandlung

Vor einer Behandlung muss nach den Ursachen der Angst gefragt und gesucht werden. Behandelt werden muss, wenn die Angst nicht situationsgerecht und die Symptome so ausgeprägt sind, dass der Patient sich als verändert erlebt und leidet. An Medikamenten-Nebenwirkungen, Sauerstoffmangel, Stoffwechsellentgleisungen sowie Infekte und unkontrollierte Schmerzen muss gedacht werden und diese dann gezielt behandelt werden.

Was können wir tun?

- Unterstützung durch Gespräche und Information
- Entspannungsübungen, Massagen
- Verbesserung der durch den Patienten wahrgenommen Lebensqualität
- Bei ausgeprägtem Leiden angstlösende Medikamente