

mit Roger von Moos
sprach Andrea Hilber Thelen

Immer noch existiert viel Halbwissen rund um die Krankheit Krebs, und für viele ist die Diagnose gleichzusetzen mit dem sicheren Tod. Dass dem nicht so ist und wie man mit der Diagnose Krebs am besten umgeht, weiss Roger von Moos. Von Moos ist Chefarzt der Onkologie am Kantonsspital Graubünden und Vizepräsident der Schweizerischen Arbeitsgemeinschaft für klinische Krebsforschung. Er setzt sich für ein neues Bewusstsein rund um die Krebserkrankung ein.

Roger von Moos, einmal Krebs, immer Krebs, stimmt das?

ROGER VON MOOS: Zwei Drittel aller Krebspatienten können geheilt werden. Das heisst, der Krebs ist weg und kommt auch nicht mehr. Bei 40 Prozent ist es so, dass der Tumor nicht ganz verschwindet. Der Krebs wird zur chronischen Krankheit. Das heisst, man kann so gut wie möglich solange als möglich leben.



«Eine Krebstherapie ist wie ein Marathonlauf. Rennen muss der Patient selber.»

Roger von Moos
Chefarzt der Onkologie/Hämatologie

Wie reagieren Menschen, wenn sie die Diagnose Krebs erhalten, gibt es Unterschiede zwischen den Geschlechtern?

Die Reaktionen sind so individuell, wie wir Menschen sind. Jeder reagiert anders. Die einen nehmen die Information sehr gefasst entgegen und stellen rationale Fragen, wie man was dagegen machen kann. Andere haben sehr emotionale Reaktionen mit Tränen, Trauer und Verzweiflung. Es gibt auch Menschen, die sich zuerst einen Moment lang total verschliessen. Dann macht es keinen Sinn, das Gespräch im Moment weiterzuführen. Der Schreck muss erst verarbeitet werden. Hier arbeiten wir auch immer Hand in Hand mit Psychoonkologen.

Was sind Psychoonkologen?

Das sind Psychologen, die auf psychische Probleme von Patienten mit Krebs spezialisiert sind. Sie haben grosse Erfahrung in diesem Bereich. Vor allem lehren die Psychoonkologen Hilfe zur Selbsthilfe und zeigen Strategien auf, wie man selber besser mit der Diagnose umgehen kann.

Wie wichtig ist der psychische Zustand eines Menschen für eine Heilung?

Das ist noch schwierig zu sagen. Es gibt diverse Untersuchungen und Studien, die das eine und das andere behaupten, beweisen zu können. Letztlich wissen wir es nicht. Einflüsse auf das Leben sind so vielfältig, dass man schlussendlich nicht mit Sicherheit sagen kann, wie ausschlaggebend die psychische Stabilität ist. Allerdings gibt es beim Dickdarmkrebs eine überzeugende Studie, in der man einer Gruppe von Patienten eine psychoonkologische Unterstützung zur Verfügung



Gleich zweimal an Krebs erkrankt: Die amerikanische Sängerin Anastacia hat innerhalb von zehn Jahren zwei Brustkrebse besiegt. Bild Keystone

«Krebs bedeutet nicht zwingend Tod»

Für die meisten Menschen bedeutet Krebs das sichere Todesurteil. Doch können heute rund zwei Drittel aller Patienten geheilt werden. Trotzdem wird die Krankheit in der Öffentlichkeit noch weitgehend tabuisiert. Grund genug, darüber zu reden.

stellte und der anderen Gruppe nicht. Die Gruppe mit der psychologischen Betreuung konnte einen Überlebensvorteil vorweisen.

Die Psyche also hat Einfluss auf die Heilung?

Ich kann mir das gut vorstellen, auch wenn ich es nicht wissenschaftlich belegen kann. Wenn die Lebensqualität stimmt und man mit einem Problem umgehen kann, könnte das gewisse positive Auswirkungen auf das Immunsystem haben – und damit auch aufs Überleben. Letztlich ist die Lebensqualität während der Zeit, die man noch zur Verfügung hat, wichtig. Wenn man mit dem Schicksal hadert, dann lebt man sicherlich deutlich schlechter, als wenn man einen Weg findet, mit der Krankheit zu leben.

Es scheint nicht einfach zu sein, über Krebs zu reden, weder für Betroffene noch in der Bevölkerung.

Vor zehn Jahren war es noch ein sehr grosses Tabuthema. Doch ich habe das Gefühl, dass immer mehr Patienten rausgehen und ihre Umwelt mit der Krankheit konfrontieren. Es wird immer mehr darüber gesprochen. Ich denke, es geht in eine gute Richtung, so dass wir langsam von einer Stigmatisierung wegkommen. Das ist einer der Gründe, warum es für mich Sinn macht, im «Wissenschaftscafé» das Thema Krebs zu diskutieren.

Wie soll sich das Umfeld eines Betroffenen verhalten?

Das Schwierigste für meine Patienten ist, dass alle im Umfeld mit gut gemeinten Ratschlägen kommen. Und je-

der hat einen anderen Ratschlag. Das verwirrt mehr, als dass es hilft. Zum Schluss wissen die Patienten gar nicht mehr, was sie machen sollen und ob sie da wo sie behandelt werden, auch wirklich richtig behandelt werden. Das löst eine grosse Unsicherheit aus.

Was ist für einen Patienten in Behandlung am Wichtigsten?

Ich glaube, für Patienten ist es essenziell, dass sie ihrem Behandlungsteam vertrauen und sich gut aufgehoben fühlen. Wenn das nicht stimmt, dann müssen sie jemand anderen wählen. Wenn das Verhältnis zur Pflege oder zum Arzt nicht stimmt, dann muss man das ändern. Man soll nicht versuchen, sich durchzubeissen, es gibt genug Onkologen. Einen wird man finden, der zu einem passt. Man darf es

sagen, man soll es sagen, ja, man muss es sagen, wenn für einen etwas nicht stimmt. Letztlich ist eine Krebserkrankung mit der Therapie wie ein Marathonlauf. Rennen muss der Patient selber. Aber er muss ein optimales Team um sich haben. Getränke und Bananen müssen zur richtigen Zeit am richtigen Ort sein. Dieser Teamspirit mit dem Patienten zusammen geht nur dann, wenn man sich gegenseitig vertraut.

Wie stark wird Krebs noch stigmatisiert?

Leider noch zu oft. Es ist ganz wichtig, Menschen mit Krebs wieder in der Arbeitswelt zu integrieren. Ich sehe allerdings, dass das nicht ganz einfach ist. Ich habe das Gefühl, wenn ein Arbeitgeber von Krebs hört, schreibt er seinen Mitarbeiter ab. In Amerika gibt es eine eigentliche Bewegung von Menschen, die den Krebs besiegt. Sie schliessen sich zusammen, zeigen sich in der Öffentlichkeit und kämpfen für ihre Rechte, eben gerade am Arbeits-

«Wir versuchen immer, das Überleben zu verbessern, aber was uns als Mensch ausmacht, haben wir vernachlässigt.»

platz. Sie sagen: Wir sind da, wir sind immer noch da, und wir sind geheilt und gesund. Dieses Bewusstsein fehlt hier noch.

Wo sehen Sie noch Handlungsbedarf?

Die Sexualität ist in der Onkologie oft noch ein Tabuthema. Leider ist hier bis jetzt noch wenig gemacht worden. Man hat sich sehr darauf konzentriert, das Überleben zu verbessern, aber alles, was uns als Mensch ausmacht, ist teilweise vernachlässigt worden. Doch glücklicherweise finden hier jetzt doch grössere Anstrengungen statt.

Ist es wichtig, dass man sein Leben nach der Diagnose ändert?

Ich glaube, man soll dann etwas ändern, wenn man vorher sein Leben so gelebt hat, wie man es eigentlich nicht leben wollte. So gesehen ist die Diagnose Krebs auch eine Chance, seinem Leben einen anderen oder neuen Sinn zu geben. Aber einen anderen Sinn gibt man seinem Leben nur dann, wenn man vorher etwas gemacht hat, das man eigentlich nicht wollte.

Kennen Sie Personen, die ihr Leben nach der Diagnose auf den Kopf stellten?

Ja, das sieht man immer wieder. Patienten, die ihre Lebensumstände radikal verändern und danach glücklich werden. Ich kenne eine Frau, die sich nach der Diagnose Krebs scheiden liess, jetzt eine neue Beziehung hat und total glücklich ist. Und ja, sie lebt immer noch und ist geheilt.

Im Rahmen der Veranstaltungsreihe «Wissenschaftscafé 2015» findet morgen Abend, 16. April, um 18 Uhr im Café «Merz» in Chur ein Diskussionsabend zum Thema «Diagnose Krebs – und plötzlich ist alles anders» statt. Mit Roger von Moos (Chefarzt Onkologie), Christian Eggenberger (Hausarzt), Angela Zindel (Fachpsychologin) und Rosita Huber (Betroffene und Buchautorin). Moderiert wird der Anlass von Dario Morandi (Redaktor «Südostschweiz»).