

Die Begleitung und Unterstützung krebskranker Menschen

Psychotherapie, Traditionelle Chinesische Medizin und Shiatsu

von
Dr. Eduard Tripp

Während Psychotherapie eine im Gesundheitsbereich verankerte Methode ist, die gezielt zur Heilung psychisch bedingter oder mitbedingter körperlicher Erkrankungen wie auch zur Unterstützung von Heilungsprozessen angewendet wird, handelt es sich bei Shiatsu um eine eigenständige, gewerbliche Form der ganzheitlichen Körperarbeit.¹ Shiatsu beruht auf fernöstlichen Gesundheitslehren und zielt darauf ab, durch achtsame Berührung und energetisch begründete Interventionen Regulationsprozesse im Körper anzuregen und zu stärken. Ziel ist der energetische Ausgleich von Körper, Geist und Seele und damit die Förderung von Wohlbefinden und Gesundheit. Dies auch, um Menschen in schwierigen Lebenssituationen zu begleiten und zu unterstützen. Shiatsu hat in diesem Sinne zwar keinen Heilungs- oder Therapieanspruch, vermag aber durchaus krebskranke Menschen zu unterstützen, immer begleitend zu medizinischen und sonstigen therapeutischen Maßnahmen.

Hilfreich für die Shiatsu-Arbeit mit an Krebs erkrankten Menschen ist jedoch ein grundlegendes Verständnis der Erkrankung, der Belastungen, die mit ihr einhergehen, wie auch der medizinischen und therapeutischen Ansätze, um eine adäquate Shiatsu-Behandlung anbieten und die an Krebs Erkrankten bestmöglich unterstützen zu können.

Die psychotherapeutische Begleitung von krebskranken Menschen

Die psychotherapeutische Begleitung hat zusehend Bedeutung in der Behandlung und Unterstützung von an Krebs erkrankten Menschen bekommen. Sie befasst sich mit den Entstehungsbedingungen und Auswirkungen der Erkrankung, den spezifischen Verarbeitungsmechanismen sowie Fragen zur Verbesserung der Lebensqualität und des Überlebens. Wichtige Fragen sind: Was hilft PatientInnen bei ihrer Auseinandersetzung mit der Erkrankung? Wie erleben sie ihre Erkrankung und die Behandlung? Welchen Einfluss hat dieses Erleben auf den Behandlungserfolg? Welchen Einfluss haben die Beziehungen zur Familie, zum Freundeskreis, zu den Ärzten und Therapeuten auf den Krankheitsverlauf? Wie können Betroffene psychologisch unterstützt werden?

Den Hintergrund der wissenschaftlichen Seriosität dieses Ansatzes bilden zum einen empirische Daten, die nachweisen können, dass psychosoziale Unterstützung die Lebenszeit verlängert und die Lebensqualität verbessert, sowie zum anderen Ergebnisse der Grundlagenforschung der Psychoneuroimmunologie, die eine Verbindung zwischen dem Zentralnervensystem und dem Immunsystem aufzeigen können.

Der Schlüssel zum Betreuungsverständnis von krebskranken Menschen, so schreibt Jutta Fiegl,² liegt darin, dass die Diagnose Krebs eine mit kaum etwas vergleichbare Notlage bedeutet. Die



Ängste, die die Diagnose auslöst, sind manchmal nur dadurch zu überstehen, dass man keine andere Wahl hat, als sie auf sich zu nehmen oder aufzugeben. Sie teilt das Leben für viele Menschen in zwei Hälften, in ein Davor und ein Danach, in ein (relativ) unbeschwertes Lebensgefühl vor der Diagnose und eine ungewisse Zukunft nach der Diagnose.

Themen, die sonst gerne ausgespart werden, wie Krankheit, Schmerzen und Tod, sind plötzlich und vehement da. Ängste vor dem Sterben, vor dem Wann und Wie, vor Schmerzen, körperlichem Verfall, Kontrollverlust u.ä.m. überfallen die PatientInnen. Dazu kommen Ängste, von anderen Menschen abhängig zu werden, und Gefühle wie Wut, Verzweiflung, Hoffnungslosigkeit und Resignation treten auf. Der Körper wird häufig fremd, unheimlich, bedrohlich. In ihm steckt der Feind, der meist heimlich und unbemerkt herangewachsen ist.

Zugleich jedoch sollen die Betroffenen gerade in dieser Situation Stärke, Mut und Hoffnung entwickeln und bewahren, um die

jetzt wichtigen Entscheidungen zu treffen, gegen die Erkrankung anzukämpfen.³ Psychotherapeutische Interventionen zielen deshalb darauf ab, den PatientInnen zumindest zu einem Stück mehr an Handlungsfähigkeit und Eigenverantwortlichkeit zu verhelfen.

Vereinfachend lassen sich drei Stadien im Verlauf einer Krebserkrankung unterscheiden:

- Die Phase der Diagnosestellung
- Die postoperative Phase
- Die Phase der (ambulanten) Chemotherapie

Die Phase der Diagnosestellung

Die Diagnose Krebs ist nahezu immer durch eine sehr hohe emotionale Belastung charakterisiert. Sie bedeutet eine Alarmierung, die sich auf alle Körperfunktionen auswirkt und so hoch sein kann, dass die geistige Aufnahmefähigkeit stark herabgesetzt ist. Jetzt in dieser Phase sollten die an Krebs erkrankten Menschen eine Vielzahl von Information aufnehmen, um wichtige Entscheidungen zu treffen.⁴ Und zugleich werden sie in eine Vielzahl von Klinikroutinen eingebunden, die ihnen ein Stück Autonomie und Entscheidungsfreiheit rauben.

Angst, Nervosität und Schock sind Begleitreaktionen der Diagnosestellung und sollten auf alle Fälle Gehör finden. Ein wesentlicher therapeutischer Umgang mit akuten Emotionen ist, sie unmittelbar anzusprechen und ordnen zu helfen, die unerträgliche und unfassbare Gesamtsituation durch Fragen aufzugliedern und damit fassbar zu machen.⁵ Zudem ist es wichtig, die PatientIn wieder behutsam in ihrer unmittelbaren Realität zu verankern⁶, um die Handlungsfähigkeit und Entschlussfähigkeit der PatientIn zu stärken.

Nicht Fragen „Wie muss ich mich ändern, damit ich wieder gesund werde?“ stehen im Vordergrund, sondern vielmehr „Wer bin ich, was hat für mich Bedeutung, was hält mich im Leben?“ und „Was kann ich unmittelbar selbst tun bzw. wobei brauche ich Hilfe von anderen Menschen?“ Antworten auf solche Fragen geben Betroffenen das Gefühl zurück, diese bedrohliche Situation - zumindest teilweise - kontrollieren zu können. Zudem ermöglichen sie die Wiederentdeckung der eigenen Lebenskräfte und der Möglichkeit, selbst etwas zur Gesundheit beitragen zu können und trotz der Krankheit im Leben wieder Sinnvolles zu entdecken. Und auch wenn diese Schritte nicht zur Heilung führen, so fördern sie doch Gesundheit und Lebensqualität.⁷

Vor allem Krisenmanagement, begleitende Unterstützung, Arbeit im Hier und Jetzt, Vorbereitung auf kommende belastende Situationen sind wichtige Aspekte in der ersten Phase der Erkrankung. Dazu kommen Entspannungs- und Meditationstechniken, die dabei unterstützen können, in dieser von außen und innen bedrängenden Situation wieder zu sich selbst zu finden.

Die postoperative Phase

Die Zeit nach der Operation ist gekennzeichnet durch körperliche Rekonvaleszenz und ein emotionales Auf und Ab. Auf der einen Seite steht die Hoffnung, da mit dem Eingriff der Krebs entfernt wurde, auf der anderen Seite die Spannung beim Warten auf den histologischen Befund, von dem die Nachbehandlung abhängt.

Der Fokus der Begleitarbeit liegt nun darin, die Krankheitsverarbeitung anzuregen, auf eine veränderte Lebenssituation (z.B. auch auf Grund einer entfernten Brust bei Brustkrebs) und auf das Leben mit der Krebserkrankung (wie z.B. regelmäßige Kontrollen) vorzubereiten und individuelle Ressourcen zu finden. Auch die

PatientIn zu ermutigen, sich ausreichende und sachliche Informationen über das Krankheitsbild, Präventions- und Behandlungsmöglichkeiten zu verschaffen.

Für die Verarbeitung der Erkrankung von besonderer Bedeutung sind die subjektive Theorie der Krebserkrankung und die Vorstellung von der Beeinflussbarkeit der Erkrankung und des eigenen Lebens. So neigen z.B. Menschen, die ihre Erkrankung als Strafe (Folge einer Schuld) betrachten, zu einer verbitterten und resignierenden Haltung. Und ihnen fehlt, wie allen Menschen, die die Überzeugung in sich tragen, nichts gegen das Schicksal ausrichten zu können, vielfach die Motivation Aktivitäten zu entwickeln, um am Heilungsprozess mitzuarbeiten. Hier ist es das Ziel der therapeutischen Begleitung, das Vertrauen der PatientInnen in eigene Handlungskompetenzen zu stärken, mit denen das eigene Schicksal positiv beeinflusst werden kann.

Eine weitere Frage, die die unmittelbare Zukunft betrifft, ist auch, wie man mit der Unsicherheit umgeht, die man seinem Körper gegenüber hat, weil mit der Erkrankung ein Stück Körpervertrauen verloren gegangen ist, und wie man mit der offenen Prognose umgeht.

Ein gelungener Verarbeitungsprozess, so Fiegl, liegt dann vor, wenn die PatientIn:

- über die Krankheit reden kann,
- sich wieder im sozialen Umfeld integriert,
- das veränderte Körperbild annimmt und
- nach einer Phase der Neuorientierung auch wieder vitale Bedürfnisse zeigt.

Die Phase der (ambulanten) Chemo- und Strahlentherapie

Der krebskranke Mensch lebt in dieser Phase seiner Erkrankung - nach der Entlassung aus dem Krankenhaus - wieder in seiner gewohnten Umgebung und kommt in einem bestimmten Rhythmus zur Behandlung. Während dieser Zeit werden oftmals wieder die ursprünglichen Ängste akut und durch die oft massiven Nebenwirkungen fühlen sich die Betroffenen jetzt erst richtig krank. Auch gehen Veränderungen vor sich, die für Außenstehende sichtbar werden, z.B. Haarausfall, Blässe, Schwäche und Erbrechen. Die bis jetzt oft wirksame Verleugnung kann nun nicht mehr aufrechterhalten werden. Diese Zeit bedeutet aber auch für die Familie, für die Partnerschaft eine bedeutende Belastung, die nicht selten eine große Hilflosigkeit auslöst.⁸

Die Krebserkrankung und ihre Behandlung im Verständnis der Traditionellen Chinesischen Medizin

Wenngleich die Ursachen für die Entstehung von Krebs komplex und in vielen Aspekten noch unzureichend erforscht sind, steht aus der Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) eine Disharmonie von Qi und Blut im Zentrum der Erkrankung, verbunden mit Feuchtigkeit und Schleim. Dazu kommen eine Fehlfunktion des Verdauungsapparates und pathogene Faktoren wie Toxine und Viren sowie Leere-Muster der inneren Organe.⁹

Ein Verfahren, bei denen Tumorzellen zerstört werden oder ihr Wachstum gehemmt wird, kennt die Traditionelle Chinesische Medizin nicht, weshalb generell die Kombination von westlicher und traditioneller Medizin zur Behandlung befürwortet wird. Begründet wird die Einbeziehung westlicher Therapiemethoden vor allem durch ihr schnelles und direktes Einwirken auf die Krebszellen.¹⁰

Eine Krebserkrankung wird als das Ergebnis einer längeren Fehlentwicklung verstanden, wodurch der Organismus seine Kontrolle über das Zellwachstum verloren hat. Während die westliche Krebstherapie mit Hilfe von Operationen, Chemotherapie und Bestrahlungen erfolgreich den Tumor beseitigt, verändert sie aber nichts an der individuellen Reaktionslage des Organismus. Dieses Ungleichgewicht des Organismus macht eine nachhaltige und damit auch lang dauernde Umstimmungsbehandlung erforderlich. Ein wesentliches Ziel der TCM-Behandlungen besteht deshalb darin, den Organismus in seiner Abwehr von Tumorzellen zu stärken und auf diese Weise konventionelle Behandlungen zu ergänzen.¹¹ Im Vordergrund stehen dabei nachfolgende Prinzipien:

- Stärkung von Qi und Blut,
- Anregung der Zirkulation von Qi und Blut,
- Zerstreung von Stasen und Aufweichen von Verhärtungen,
- Umwandlung von Schleim und Ausleitung von Feuchtigkeit,
- Stärkung der Verdauungsfunktionen,
- Stärkung von Leber und Niere und
- Ausheilung von Verletzungen durch das Anregen der Gewebebildung.

Prophylaxe und Behandlung

Drei Bereiche sind es, in denen die Behandlungen der TCM ansetzen:

- 1) die Prophylaxe, insbesondere die Behandlung von Störungen, die ein Entartungsrisiko in sich tragen (Präkanzerosen). Dieselben Prinzipien gelten auch nach der erfolgreichen Behandlung eines Tumors durch Operation, Chemotherapie oder Bestrahlung zur Vermeidung von Rückfällen (Sekundärprophylaxe);
- 2) die Begleitung der Akutbehandlung von Krebserkrankungen (Operationen, Chemotherapie, Bestrahlungen); und
- 3) die Begleitung im so genannten Finalstadium, wenn die

Möglichkeiten der Medizin zur Krebsbekämpfung ausgeschöpft sind. Narkosen, Operationen, Chemotherapie und Bestrahlungen verletzen das Qi der PatientIn und fordern von ihrem Organismus eine hohe Leistung an Klärung und Ausscheidung, die vor allem in Magen-Darm-Störungen (insbesondere Übelkeit und Appetitlosigkeit), Ödemen, Müdigkeit, Abgeschlagenheit und Vitalitätsverlust ihren Ausdruck finden. Arzneien und Therapien, die hier verordnet werden, sollen vor allem die Klärungs- und Entgiftungsleistung des Körpers wirksam unterstützen. Darüber hinaus führt die Anwendung traditioneller chinesischer Medizin auch zu einem besseren Ansprechen auf die Chemotherapie und zu besseren Überlebensprognosen.¹²

In der Behandlung und Betreuung von krebskranken Menschen sind auch der geistig-psychische Aspekt und die Ernährung von großer Bedeutung. Starke Stimulationen, wie etwa Aufregungen, belasten den Organismus und fördern die Erkrankung. Ängste und Sorgen sollen beruhigt und aufgelöst werden.

Krebszellen verbrauchen große Mengen an Glukose und Aminosäuren, weshalb eine schlechte Ernährung gepaart mit meist geringem Appetit zu Anämie, Immunschwäche und Auszehrung führt. Um den Appetit anzuregen sollte die Ernährung entsprechend der individuellen Konstitution, qualitativ hochwertig, reichhaltig, anregend, abwechslungsreich in Geschmack und Aussehen wie auch an die Stärke des Verdauungsapparates angepasst sein. Ist die Verdauung geschwächt, ist es besser, weniger, dafür aber häufiger zu essen, um eine weitere Schwächung von Milz, Magen und Darm zu vermeiden.

Führt die Behandlung nicht zur Überwindung der Erkrankung, verschiebt sich die Zielsetzung dahingehend, eine relative Schmerz- und Leidensfreiheit und damit mehr Lebensqualität zu erreichen.¹³ Die PatientInnen werden nach Möglichkeit darin unterstützt, ihr Leben auf die ihnen und den Umständen entsprechende Weise zu führen und zu ordnen.

Einen weiteren wesentlichen Bereich der Behandlung bildet die Prävention und Sekundärprävention, also die Vorbeugung



gegen die (neuerliche) Entstehung einer Krebserkrankung. Hier werden von TCM-Ärzten - neben der Stärkung des Immunsystems, der Entlastung des Stoffwechsels, der Vermeidung von Toxinen u.ä.m. - auch Methoden wie Qigong, Taiji und Shiatsu empfohlen, um den inneren Zellrhythmus zu stabilisieren, sich zu fokussieren und sich auch für negative Entwicklungen im Körper zu sensibilisieren.

Shiatsu mit krebserkrankten Menschen

Betrachtet man die Veröffentlichungen zu Shiatsu, so reicht das Anwendungsfeld von im weitesten Sinne gesundheitlicher Unterstützung bis hin zur Begleitung und Unterstützung von Menschen, die in einer existenziell schwierigen Lebenssituation stehen.¹⁴ Der Gesundheit fördernde Aspekt bezieht sich hier vor allem auf die Nebenwirkungen der Krebsbehandlung und auf die Behandlung von, aus der Sicht der fernöstlichen Gesundheitslehren, Krebs (mit)bedingenden Faktoren. Das bedeutet insbesondere die Stärkung des Mittleren Erwärmers, um Feuchtigkeit und Schleim zu verhindern und die Auflösung von Stagnationen. Dazu kommt die Kräftigung des Organismus, damit dieser wieder über mehr Möglichkeiten verfügt, die Erkrankung und ihre Auswirkungen zu bewältigen. Berücksichtigt wird hier auch der Umstand, dass die meisten schulmedizinischen Behandlungen, insbesondere Chemotherapie und Bestrahlungen, den Organismus angreifen. Es gilt deshalb, das Jing zu schützen und aufzubauen, um den Organismus in seiner Überlebensfunktion und Immunität zu stärken.¹⁵

Die von manchen Shiatsu-PraktikerInnen vertretene Ablehnung der Anwendung von Shiatsu bei krebserkrankten Menschen beruht meines Erachtens auf einem falschen Verständnis der Erkrankung, da hier argumentiert wird, dass die Erkrankung durch Shiatsu verteilt und beschleunigt werden könnte. Diese Annahme zeigt eine veraltete Krankheitsvorstellung, die dem modernen Verständnis von Krebs als systemische Erkrankung nicht gerecht wird.¹⁶ Im Gegenteil vermag Shiatsu - richtig und achtsam angewendet - Menschen in dieser schwierigen Lebenssituation durchaus Unterstützung zu bieten.¹⁷ Als weiteren möglichen Grund für diesen Standpunkt vermutet Pamela Ferguson,¹⁸ dass in Japan teilweise sehr harte und damit den Klienten belastende Shiatsu-Stile angewendet werden. Im Gegenteil ist es hier angebracht, tiefgehenden und fordernden Druck nach Möglichkeit zu vermeiden und generell die Behandelten nicht zu überfordern. Weniger ist in diesem Fall oft mehr.

Vor einer Operation sollen nach Möglichkeit Shiatsu, Akupunktur, Meridiandehnungen und andere Formen der fernöstlichen Körpertherapie angewendet werden, um das Qi zu stärken. Dies insbesondere in dem Körperbereich, der operiert oder auch bestrahlt wird.¹⁹ Ist die Operation schon durchgeführt worden, so ist es wichtig, genau nachzufragen und herauszufinden, wo der Tumor saß und wo die Narben verlaufen, um passende Meridiane und Tsubos für die Behandlung auszuwählen. Ein wichtiges Ziel der Behandlungen ist es, den Fluss des Qi vor allem in den betroffenen Meridianen wieder herzustellen.

Es geht also im Shiatsu nicht darum, Krebs zu heilen, sondern vorrangig um eine Begleitung für ein Leben mit und nach der Krebserkrankung. Jede Krebserkrankung ist mit körperlichen und seelischen Belastungen und Schmerzen verbunden, und krebserkrankte Menschen erleben eine starke Konzentration auf ihre Erkrankung und auf eine existenzielle Auseinandersetzung mit dem Thema Leben und Sterben. Unsicherheiten und Ängste sind deshalb natürliche Begleiter der Erkrankung. Die behandelnden Shiatsu-PraktikerInnen sind, indem sie auf die Menschen, die sie



behandeln, eingehen und sich ihnen öffnen, mit diesen Themen konfrontiert - was neben Achtsamkeit und Mitgefühl²⁰ mitunter auch große Stärke und innere Festigkeit erfordert. Sich Unterstützung und Hilfe zu holen, z.B. durch Supervision, aber auch das Achten auf die eigene Psychohygiene, das eigene Qi, ist darum sinnvoll und notwendig.

Die absichtslos unterstützende und achtsame Berührung in der Shiatsu-Sitzung ermöglicht dem krebserkrankten Menschen über Entspannung und Harmonisierung einen neuen Zugang zum eigenen Körper.

Dieser Zugang ist ihnen durch die Erkrankung vielfach verloren gegangen. Ähnlich wie meditative und die Achtsamkeit fördernde Übungen (ergänzend zu anderen therapeutischen Maßnahmen) darin unterstützen, wieder zu sich selbst zu finden, fördert auch Shiatsu die positive Besetzung des eigenen Körpers.²¹

Eine Aussöhnung mit dem Körper wird durch einfühlsame Berührung im Shiatsu erleichtert. Diese Neufindung und Neuorientierung unterstützt dabei zudem die Annahme und Bewältigung von etwaigen Funktionseinschränkungen und körperlichen Veränderungen.

In der Shiatsu-Begegnung sind aber nicht nur die direkten Folgen der Erkrankung zu berücksichtigen, sondern auch deren mittelbare Folgen, die aus der medizinischen Behandlung erwachsen. Fehlende Informationen, Unverständnis darüber, was im eigenen Körper passiert u.ä.m. führen zu Verunsicherungen auch im Umgang mit den Wahrnehmungen des Körpers und seiner Funktionen. Invasive Therapien, gepaart vielfach mit mangelndem Einfühlungsvermögen der BehandlerInnen und BetreuerInnen im



Dr. Eduard Tripp
 Psychotherapeut, Supervisor und Shiatsu-Schulleiter
www.shiatsu-austria.at

Quellen:

- Fiegl, Jutta (2005): Psychoonkologie. Psychotherapeutische Begleitstrategien im Krankenhaus - am Beispiel von Brustkrebspatientinnen. In: WLP-Nachrichten 3/2005, S. 14 - 18.
- Ferguson, Pamela Ellen (2004): Tabus über Brustkrebs brechen. In: Shiatsu Journal 39, online unter www.shiatsu-austria.at/magazin/magazin_72.htm
- Ferguson, Pamela Ellen: Busting Tabus About Breast Cancer. Part One. Erstveröffentlichung in Acupuncture Today, online unter www.shiatsu-austria.at/magazin/magazin_72a.htm
- Ferguson, Pamela Ellen: Busting Tabus About Breast Cancer. Part Two. Erstveröffentlichung in Acupuncture Today, online unter www.shiatsu-austria.at/magazin/magazin_72b.htm
- Peter, Oskar (2005): Shiatsu bei Krebs im Praxis-Alltag. In: Shiatsu Journal 40, online unter www.shiatsu-austria.at/magazin/magazin_75.htm
- Jia, Kun (1989): Prevention and Treatment of Carcinoma in Traditional Chinese Medicine. The Commercial Press, 1985
- Zhang, Dai-zha (1989): The Treatment of Cancer By Integrated Chinese-Western Medicine. Blue Poppy Press.

1 Zu beachten ist, dass die angeführten gesetzlichen und beruflichen Zuordnungen für Österreich gelten. Das bedeutet, dass mit Shiatsu (in Österreich) nur Behandlungen an gesunden Menschen bzw. nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt (eventuell nach Hinzuziehung zusätzlicher Meinungen anderer fachkundiger Ärzte) durchgeführt werden dürfen.

2 In: WLP-Nachrichten 3/2005, S. 14 - 18.

3 Psychische Faktoren sind wichtige Faktoren für die Bewältigung der Krebserkrankung, und obwohl sich gezeigt hat, dass es keine allgemein richtigen oder falschen Verhaltensweisen gibt, gilt es mittlerweile als gesichert, dass kämpferische PatientInnen eine günstigere Prognose haben als Passiv-Resignative. Generell hat die Haltung der PatientInnen zur Therapie einen großen Einfluss auf die Wirkung der Behandlungen und der Heilmittel wie auch auf ihre Nebenwirkungen.

4 In dieser Situation sind deshalb unter Umständen mehrere Gespräche empfehlenswert, damit die PatientInnen die notwendigen Informationen integrieren können.

5 Wichtige Fragen sind z.B. „Wovor haben Sie jetzt die meiste Angst?“ oder „Was macht Sie jetzt besonders traurig?“ u.ä.m.

6 Hier unterstützen beispielsweise Fragen wie „Mit wem können Sie zuhause das besprechen?“ oder „Wie werden Sie den Operationstermin organisieren?“ Hilfreich kann auch eine Rückerinnerung an frühere Bewältigungsstrategien (für schwierige Situationen) sein, auf die PatientInnen jetzt wieder zugreifen kann.

7 Vgl. das Konzept der Salutogenese von Aaron Antonovsky (z.B. unter www.shiatsu-austria.at/einfuehrung/wissen_3.htm und www.shiatsu-austria.at/einfuehrung/wissen_24.htm).

8 Die extreme Hilflosigkeit und die Empfindung des Ausgeliefertseins, die aus der Erkrankung resultieren, bedeuten eine enorme Stressbelastung. Das Gefühl der Kontrolle, des Verstehens und die Möglichkeit, etwas beitragen zu können, sind hier hilfreich. Im Kontext der Psychotherapie wird deshalb auch darauf hingearbeitet, dass die PatientInnen ein Stück mehr Eigenverantwortlichkeit und Handlungsfähigkeit (wieder)gewinnt, z.B. durch Informationen über die Krankheit, ihren Verlauf und ihre Behandlungsmöglichkeiten, durch die Aktivierung individueller Ressourcen, und durch die Nutzung innerer Energien und mentaler Mitarbeit.

9 Dr. Friedl, Gründer der Gesellschaft zur Dokumentation von Erfahrungsmaterial der Chinesischen Arzneitherapie (DECA, <http://www.tcm-praxisnetz.de>), sieht als begünstigende Faktoren für die Entstehung von Krebserkrankungen insbesondere Stoffwechsellastungen (bedingt beispielsweise durch Fehlernährung, Medikamentenrückstände und Umweltgifte), Schleimhautbelastungen beispielsweise durch chronische Entzündungen und Qi-Stagnation. Und diesem Ansatz folgend zielt seine Behandlungsstrategie darauf, stoffliche Altlasten abzubauen, entzündliche Entwicklungen aufzulösen und vegetative Funktionen zu regulieren.

10 Selbst wenn chinesische Behandlungsmethoden, so Bob Flaws im Vorwort zu The Treatment of Cancer By Integrated Chinese-Western Medicine von Zhang Dai-zha (1989), den Energiekörper des Erkrankten

Krankenhaus, die manchmal regelrecht als Angriffe erlebt werden, führen dazu, dass das Loslassen und Sich-Anvertrauen nicht mehr gelingen. Hier kann Shiatsu helfen, sich (wieder) fremden, achtsam begegnenden Händen anzuvertrauen und kann Unterstützung bieten, um wieder Ruhe zu finden und Vertrauen in die Welt zu erfahren.

Nicht vergessen sollte man dabei, dass die Behandlung und Begleitung von Menschen in schwierigen und belastenden Lebenssituationen ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen und Erfahrung des Shiatsu-Gebenden erfordern. Achtsamkeit und Einfühlungsvermögen des Shiatsu-Gebenden sind es, die das vertrauensvolle Loslassen ermöglichen, Entspannung und Vertrauen zu sich, zum eigenen Körper und damit auch zur Welt, die wir alle miteinander teilen.²²

Worüber sich Shiatsu-PraktikerInnen klar sein sollten, wenn sie krebserkrankte Menschen betreuen, ist, dass sie damit auch eine, oft unausgesprochene Verpflichtung eingehen, diese Menschen auf einen nicht absehbaren Lebensweg zu begleiten.

Mitunter bedeutet dies eine große emotionale Belastung auf einem Weg, der viel Leid, Hoffnungslosigkeit und Schmerzen mit sich bringt und bis zum Tod führen kann. Und wenn Shiatsu-PraktikerInnen zudem noch eine der wenigen oder überhaupt die einzigen Bezugspersonen sind, bei denen die erkrankten Personen sich zumindest ein wenig fallen lassen können und sich stärken, ist die Belastung für die PraktikerInnen unter Umständen groß. Der damit verbundenen Verantwortung sollte man sich als Shiatsu-PraktikerInnen bewusst sein, bevor man diesen gemeinsamen Weg beschreitet.

und damit dessen Erkrankung günstig beeinflusst, würde dies mehr Zeit erfordern, als dem erkrankten Menschen meist zur Verfügung steht.

Wenn die Krebserkrankung erkannt wird, erste wahrnehmbare Symptome auftreten und damit die Behandlung einsetzen kann, hat die Erkrankung meist schon ein fortgeschrittenes Stadium erreicht, oftmals schon mit Metastasenbildung. Das Bestreben sowohl der westlichen wie auch der traditionellen chinesischen Medizin geht deshalb in Richtung Früherkennung, um ein frühes Einsetzen der Behandlung zu ermöglichen.

11 Im Vergleich zwischen Akupunktur und chinesischer Pharmakotherapie geht Dr. Friedl davon aus, dass sich viele positive Wirkungen auch durch Akupunktur erzielen lassen, die Phytotherapie aber den Vorteil hat, dass man die Kräuter auch ohne fremde Hilfe täglich anwenden kann. Die Kräutertherapie hat deshalb einen stärkeren Langzeiteffekt und kostet zudem weniger. Von einer Selbstbehandlung mit chinesischen Kräutern ist wegen der individuell zu erstellenden Rezepturen - etwa ein Drittel der etwa 600 Heilmittel der chinesischen Pharmakotherapie werden direkt oder indirekt mit der Tumorbehandlung in Zusammenhang gebracht - abzuraten. 12 Quelle: Behandlung von Tumorerkrankungen in der Klinik am Steigerwald: <http://tcmklinik.de/pdfs/naturamed-tumor.pdf>. Angeführt wird auch, dass Akupunktur vor der Chemotherapie - und am besten auch während der Behandlungsserie - das Ausmaß der Übelkeit (und damit die nötige Dosis an Antiemetika) verringert.

13 In dieser Situation wäre es völlig kontraproduktiv, (weiterhin) Altlasten zu mobilisieren oder invasive, die PatientInnen zusätzlich belastende Eingriffe und Therapien durchzuführen.

Generell ist die Schmerzbekämpfung in der Behandlung von krebserkrankten Menschen wichtig, um die Betroffenen darin zu unterstützen, Entspannung, Ruhe und Schlaf zu finden. Unter Umständen kann es hier durchaus nötig sein, Beruhigungs- oder auch Schlafmittel zu verabreichen.

14 Siehe beispielsweise Pamela Ellen Ferguson: „Tabus über Brustkrebs brechen“ (in: Shiatsu Journal 39 / 2004, online unter www.shiatsu-austria.at/magazin/magazin_72.htm) und Oskar Peter: „Shiatsu bei Krebs im Praxis-Alltag“ (in Shiatsu Journal 40 / 2004, online unter www.shiatsu-austria.at/magazin/magazin_75.htm).

Die Schweizer Website www.krebstherapien.ch listet unter den Krebstherapien auch Shiatsu auf (http://www.krebstherapien.ch/inhalt/TCM_Shiatsu.htm, Zugriff am 30. 12. 2005) und stellt insbesondere die Verbesserung der Körperwahrnehmung sowie die Anregung und Harmonisierung des Qi-Flusses in den Vordergrund, damit die Selbstheilungskräfte wieder wirken und Blockaden sich auflösen können.

15 Vorsichtig sollte man bei Tumorerkrankungen mit der Anwendung von

Moxa sein, da die Wärmebehandlung viele Tumore zum Wachstum anregt.

16 Selbstverständlich, und das gilt ja generell als Kontraindikation in der Massage, sollen entzündete Körperbereiche, geschwollene Lymphknoten, maligne Tumore u.ä.m. nicht massiert oder gedrückt werden, doch sagt dies nichts über die sachkundige Anwendung von Shiatsu - insbesondere, wie es sich empfiehlt, nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt - aus.

17 Vgl. auch die Aussagen von Pamela Ferguson (www.shiatsu-austria.at/magazin/magazin_72.htm) oder Cliff Andrews (Oskar Peter: Shiatsu bei Krebs im Praxis-Alltag, www.shiatsu-austria.at/magazin/magazin_75.htm). Rational lässt sich eigentlich kein wirkliches Argument gegen eine achtsame Unterstützung von krebserkrankten Menschen durch Shiatsu anführen. Schwierig ist die Behandlung jedoch auch durch den Umstand, dass krebserkrankte Menschen, vor allem in späteren Phasen ihrer Erkrankung über nur noch geringe energetische Reserven verfügen und mit entsprechender Vorsicht und entsprechendem Einfühlungsvermögen behandelt werden müssen.

18 Persönliche Mitteilung, 2005.

19 Nach Möglichkeit sollte eine Operation dann erfolgen, wenn das Qi der PatientIn und damit ihr Immunsystem stark sind. Aus diesem Grund wird oft von einer Operation abgeraten, wenn eine PatientIn ihren Eisprung hat.

20 Mitgefühl und Achtsamkeit sind gefordert, das Einfühlen, das emotionale Erfassen der Lebenssituation und der Lebensumstände des Menschen, der behandelt wird - nicht Mitleid. Dies zu gewährleisten und zu entwickeln, ist eine wichtige Aufgabe einer professionellen Shiatsu-Ausbildung und -Weiterbildung.

21 Der Zugang zum eigenen Körper, die positive Erfahrung der Körperlichkeit, ist ein wichtiger Schritt, sich selbst (wieder) zu finden.

22 Die Einstellung der PatientInnen gegenüber den angewendeten therapeutischen Maßnahmen hat einen großen Einfluss auf deren Wirkungen und Nebenwirkungen. Untersuchungen und Beobachtungen zeigen, dass umso weniger Nebenwirkungen auftreten, je eindeutiger die positive Haltung gegenüber den Behandlungen und Medikamenten ist. Ausgesprochene oder auch innerliche Ablehnung von therapeutischen Maßnahmen durch Shiatsu-PraktikerInnen kann verunsichern und sich auf diese Weise negativ auf die Wirksamkeit und Verträglichkeit der Medikation und Therapie auswirken.

