

Wichtige Adressen

Ihr Kontakt zur Frauensebsthilfe nach Krebs Bundesverband e.V.

Telefon 0228 – 3 38 89-400
www.frauensebsthilfe.de
kontakt@frauensebsthilfe.de

Folgende DVDs können Sie kostenlos bei der Frauensebsthilfe nach Krebs anfordern:

- Brustkrebs – was nun?
- Brustkrebs – leben mit Metastasen
- Krebskranke Frauen und ihre Kinder
- Angehörige krebskranker Menschen

Flüsterpost e. V. – Unterstützung für Kinder krebskranker Eltern

Tel.: 0 61 31 - 5 54 87 98
www.kinder-krebskranker-eltern.de
info@kinder-krebskranker-eltern.de

Hilfe für Kinder krebskranker Eltern e. V.

Dr. Lida Schneider
Tel.: 0 69 – 6 72 45 04
www.hilfe-fuer-kinder-krebskranker-eltern.de
hkke@hilfe-fuer-kinder-krebskranker.de

„gemeinsam gesund werden“

Rexrodt von Fircks Stiftung
Tel.: 0 21 02 - 52 85 49
www.rvfs.de
annette@rexrodt-von-fircks.de

COSIP-Beratungskonzept

www.verbund-kinder-krebskranker-eltern.de

Krebskranke Frauen und ihre Kinder Eine Orientierungshilfe



Eine Frau, insbesondere eine Mutter, die an Krebs erkrankt, durchlebt eine extrem schwere Zeit.

Als Mutter erleben Sie wahrscheinlich eine doppelte Lebenskrise. Sie sehen sich persönlich mit der Diagnose Krebs konfrontiert und stehen gleichzeitig vor der Herausforderung, Ihrer Familie, insbesondere Ihrem Kind die Angst einflößende Lebenssituation zu erklären. Kinder brauchen einen geregelten Tagesablauf, aber Ihre Erkrankung und die Behandlung wird vieles auf den Kopf stellen.

Informieren Sie Ihre Ärztin darüber, dass Sie ein Kind/Kinder haben.

Die Ärztin* kann Ihnen wertvolle Hinweise geben, wie Sie Ihrem Kind altersgerechte Informationen zum Krankheitsgeschehen geben können.

Suchen Sie möglichst früh das Gespräch mit Ihrem Kind und nehmen Sie sich Zeit dafür. Versuchen Sie altersgerecht die Fakten zu erklären. Sie dürfen aber auch sagen, dass Sie Angst haben. Berichten Sie möglichst sachlich über jeden bevorstehenden Behandlungsschritt, aber auch wie es Ihnen gerade geht.

Kinder bemerken schnell, dass etwas nicht stimmt. Bei Unwissenheit sind ihre Fantasien meist schlimmer als die Realität. Nicht über die familiäre Situation zu sprechen, signalisiert den Kindern, dass sie zu schrecklich ist, um darüber reden zu können.

Sie erfahren es möglicherweise von außen und bekommen falsche Informationen. Sie fühlen sich isoliert, ausgeschlossen und unwichtig, wenn sie spüren, dass mit ihnen über so wichtige Ereignisse und Situationen nicht gesprochen wird. Die Kinder ziehen möglicherweise falsche Schlüsse, z. B. dass sie an der Erkrankung schuld seien.

Weichen Sie den Fragen der Kinder nicht aus, antworten Sie wahrheitsgemäß, aber auch altersangepasst.

Informierte Kinder machen es ihren Müttern bzw. ihren Eltern leichter. Für Kinder sind sogar sehr traurige Wahrheiten besser als die Angst vor der Ungewissheit. Die Einbeziehung stärkt die Kinder und hilft Ihnen bei der Krankheitsbewältigung.

Für die Aufrechterhaltung von Geheimnissen müssen Sie keine Energie mehr aufbringen.

Gestalten Sie den Alltag für die Kinder so normal wie möglich. Kinder brauchen gemeinsame Zeit mit den Eltern und jetzt ganz besonders.

Holen Sie sich Unterstützung bei Freunden und Verwandten oder professionellen Familienhelfern.

Informieren Sie die Erzieherinnen und Lehrkräfte sowie wichtige Bezugspersonen Ihres Kindes über Ihre Erkrankung.

Erzieher- wie auch Lehrerinnen können so angemessen auf plötzliche Verhaltens- und/oder Leistungsänderungen Ihrer Kinder eingehen. Mit dem Hintergrundwissen können sie Ihr Kind auffangen und gezielt unterstützen.

Nehmen Sie bei Bedarf psychosoziale Unterstützung in Anspruch. Nutzen

Sie z.B. das Gesprächsangebot in Selbsthilfegruppen oder tauschen Sie sich mit anderen betroffenen Müttern im Forum der Frauenselbsthilfe aus: <https://forum.frauenselbsthilfe.de>.

Überlegen Sie, ob für Sie eine Anschlussheilbehandlung oder Rehabilitation gemeinsam mit Ihrem Kind in Frage kommt.

Kinder können dort im „geschützten Raum“ unter fachkundiger Anleitung und altersgerecht eigene Bewältigungsstrategien im Umgang mit der Erkrankung ihrer Mutter entwickeln.

Prüfen Sie, ob ein psychoonkologisches Angebot für Sie in Frage kommt – vielleicht gemeinsam mit Ihrem Kind; fragen Sie Ihre Ärztin!

Versuchen Sie zu akzeptieren, dass Sie nicht alles richtig machen können. Gehen Sie nachsichtig und liebevoll mit sich selbst um.

** In diesem Flyer wird ausschließlich die weibliche Sprachformen verwendet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichwohl auch für das männliche Geschlecht.*

Die Frauenselbsthilfe nach Krebs hat eine DVD zum Thema „Krebskranke Frauen und ihre Kinder“ produziert, die kostenfrei bestellt werden kann:
Tel.: 02 28 – 3 38 89 4-02, kontakt@frauenselbsthilfe.de