

# Transplantation und Partnerschaft: Mögliche Auswirkungen und Problemfelder

Ilka Ahrent, Dipl.-Psych., Müritz Klinik, Klinik



Müritz Klinik

# Transplantation und Partnerschaft

- ▶ Einleitung
- ▶ Gedanken auf Seiten des gesunden sowie des kranken Partners
  - Denk- und Verhaltensweisen in den einzelnen Krankheitsphasen
- ▶ Bewältigungsmöglichkeiten
- ▶ Fallbeispiele aus unserer Klinik
- ▶ Resilienz bzw. innere Stärke
- ▶ Zusammenfassung

- ▶ Jede Krankheit bedeutet auch eine Beeinflussung der Partnerschaft.
- ▶ Bsp.: schon eine 14-tägige Erkältung ... 😊
- ▶ Monate-/jahrelange Krankheiten stellen schwerste Belastungen dar, die eine Beziehung zu ertragen hat.
- ▶ tägliche Konfrontation mit den Beschwerden erfordert von Beiden große menschliche Reife



- ▶ *In dieser Phase als Paar glücklich zu sein, ist noch keine Kunst !*



- ▶ *Wünsche, Träume, Freude, Sorgen, Alltag...*

# Gefahr: Schuldgefühle des Erkrankten



Müritz Klinik

- ▶ **Gesunder Partner:** gerät in schwierige emotionale Lage, versucht, zu unterstützen und zu helfen, wo es nur geht  
(aber diese Bemühungen haben Grenzen: Enttäuschung, Wut, Ärger)

- ▶ **Risiko:** gegenseitige Vorwürfe/Schuldgefühle
  - Lebensfreude und Beziehungsqualität leiden
  - Gefühle können erkalten

Ergebnis: Krankheit sowie möglicherweise auch noch Beeinträchtigung der Partnerschaft

- ▶ Angesichts der schweren Dauerbelastung braucht die Paarbeziehung eine besondere Pflege. (vgl. Weiss) - *Beziehungspflege*
- ▶ ... diese „besondere Pflege“ wird jedoch häufig vernachlässigt – Ansatzpunkt!
  - Modell: Auto/ Zeit des Kennenlernens

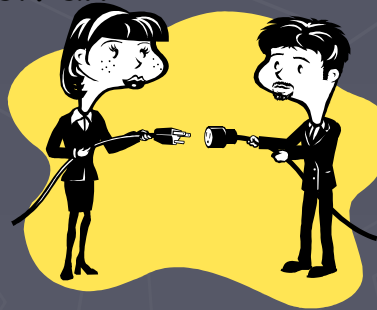
- Rolle des starken, stützenden, optimistischen Teils

„Wir schaffen das schon ...“

• Gefahr: Überforderung; Risiko, auch krank zu werden (psychovegetative Erschöpfung, Depression, Angst)

„Wer denkt eigentlich an mich?“

Gesunder Partner



- Zerrissenheit: zwischen dem Wunsch nach Verständnis und der Angst, den anderen zu überfordern, nur noch Ballast zu sein

Kranker Partner

- ▶ Gefahr: Beide Partner machen möglicherweise ihre Sorgen mit sich aus, verschließen sich, Isolation
- ▶ Ziel: offene Kommunikation, Emotionen zulassen, hoffen, gemeinsam Entscheidungen treffen (vgl. Meissner)

# Zeit der Diagnosestellung



Müriz Klinik

▶ Diagnose einer chronischen Erkrankung:  
Beziehung wird auf harte Probe gestellt

gemeinsame Pläne, eingespieltes  
Zusammenleben, klar verteilte Rollen ...  
wird infrage gestellt

vieles

beide Partner hegen zwiespältige Gedanken  
und Gefühle



# Wartezeit

- ▶ Angehörige fühlen sich oft verantwortlich für das Wohlergehen des Patienten
- ▶ Pat. selbst reagiert oft gereizt u. ungeduldig, zieht sich zurück
- ▶ Angehörige wiederum sind evtl. auch erschöpft; fühlen sich ausgeschlossen und manchmal unverstanden, verbergen dies aber



# Nach der Transplantation

- ▶ „Normalfall“: Zeit der Zweisamkeit, d.h. Pläne werden geschmiedet, Hoffnungen aufgebaut
- ▶ Partner/in hofft, leidet und freut sich mit ...ist jedoch auch oft erschöpft u. ausgebrannt ... ist ständiger Ansprechpartner für den Patienten selbst, für Angehörige, Nachbarn, Kollegen ...
- ▶ Gefahr: gerade jetzt erwartet der Pat. Zuwendung, kann der Angehörige diese nicht geben: Gefahr von Spannung, Vorwürfen, Missverständnissen
- ▶ **Gegenseitige Bedürfnisse unbedingt aussprechen!**

- Patient versucht nach Rückkehr aus der Klinik oft die alte Rollenverteilung wieder einzunehmen

**!** *„Ich erkenne meinen Partner/in nicht wieder ...“*

- neue Rollen mussten eingenommen werden (Entscheidungen, Alltagsbewältigung ...)



- Unterschiedliche Erwartungen an das Leben nach TX
- Ambivalenz zwischen Anhänglichkeit und Unabhängigkeit (vgl. Smeritschnig, Freundorfer, 2004)

## Chronische Belastungen

- ▶ (z.B. enge emotionale Begleitung eines Partners; langer Krankheitsverlauf/ belastende Lebensveränderungen)

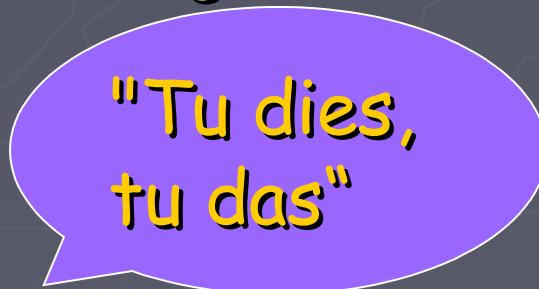


## Psychovegetative Erschöpfung/ Depressives Syndrom

- ▶ *Symptome:* Gefühl der Überforderung, Unruhe, depressive Stimmung, Angst, Anhedonie, vermehrtes Weinen, Gefühl von „Leere“, Krankheit nicht mehr „ertragen“ zu können, verminderter Appetit

- ▶ wichtigster Schritt: Anerkennung des Partners  
(Schwierigkeiten und beständige Mühe des Kranken wahrnehmen, würdigen/Mitgefühl zeigen)
- ▶ Risiko: engagierte Lebenspartner können oft nur schwer ertragen, dass sie selbst so wenig helfen können

! guter Wille führt oft zu Aktionismus:



"Tu dies,  
tu das"



Kranke fühlen sich oft zu verschiedenen  
Maßnahmen gedrängt !

# Lebenspartner können nur in begrenztem Umfang Therapeuten sein !

**Hilfreich:** Akzeptanz, gegen die Krankheit nur begrenzt etwas ausrichten zu können und trotzdem Mitgefühl zeigen

- ▶ in einzelnen Bereichen (z.B. schwere Einkäufe/Begleitung bei Arztbesuchen) konkrete Hilfe möglich

# Bewältigungsmöglichkeiten



Müritz Klinik

- Feste Regeln und Absprachen (vgl. Fallbsp. N.)
- offene Kommunikation, aber ohne die Erkrankung zum einzigen Lebensinhalt zu machen (Zelebrieren der Erkrankung)
- so viel Normalität im Alltag wie möglich (bewusst gemeinsame Aktivitäten und Interessen entwickeln)
- Ziel: „lebendige“ Beziehung pflegen, um leichter mit der Erkrankung zurechtzukommen (vgl. Kulzer)
- gesunder Egoismus: Schaffen/Erlauben von Freiräumen auf Seiten des gesunden Partners, um Überforderung vorzubeugen und Kräfte zu sammeln
- Unabhängigkeit auf Seiten des kranken Partners (Gefahr der Überfürsorge, Patienten fühlen sich „bemuttert“ und drängen in unnötige Abhängigkeit)
- ▶ ⇒ ***So viel Hilfe wie nötig, aber nicht mehr als erforderlich!***

# Fallbsp. "Offene Kommunikation/feste Regeln"

- ▶ Bsp.: Frau N. (61J): Lehrerin, sehr eigenständige, aufgeschlossene, reflektierte Frau
  - ⇒ Dialysepatientin mit diversen Komplikationen
  - ⇒ Lebendspende durch Ehemann
  - ⇒ wiederholte Komplikationen
- ▶ *„Was haben wir gekämpft!“ „Mein Mann wollte ständig auf mich aufpassen, er hatte so viele Ängste, so viele Eindrücke im Kopf: die Erlebnisse auf der ITS, meine Schwäche, meine Einbrüche ... so oft war er da und ging alleine mit all seinen Gedanken nach Hause ...“*

## „Abmachungen“, die gemeinsam erarbeitet wurden:

- Aufbau von Vertrauen hinsichtlich des körperlichen Zustandes, gemeinsames Kennenlernen der Symptome, „Notfallregeln“
- Vertrauen: *„Ich sage Dir, wenn es mir nicht gut geht ...“*
- „Verpflichtung“ zum Handy, 20€/Taxi, Offenheit und Absprachen im Sportstudio, Reni
- Kontakt mit Verwandten/Freunden, die die Patientin für ihren Ehemann organisierte, um ihm psychische Entlastung zu ermöglichen

„ReNi“





- **Anerkennung/Wertschätzung der Gefühle des gesunden Partners durch den Erkrankten**
- **Kranke müssen sich nicht für die Krankheit entschuldigen, können aber zur Perspektivenübernahme ermuntert werden!**

# Perspektivenübernahme



Müritz Klinik

- ▶ Fallbsp.: Frau P. (41 J., LTX, unklare Genese, nach nur wenigen Tagen transplantiert)
- ▶ Psychisch sehr auffällig, depressiv, weint viel, ängstlich, Schlafstörungen, starke Grübelneigung, keine Krankheitsakzeptanz
- ▶ sehr besorgt um Familie, 3 Kinder (davon 1 Kind erst 17 Monate, z.Z. Hilfe durch den Ehemann und die Mutter)

- ▶ Auffangen, Verarbeiten, Entwickeln von Bewältigungsmöglichkeiten und erster Schritte der Krankheitsverarbeitung
- ! Je besser die psychische und physische Situation von Frau P. wurde, um so deutlicher bemerkte sie aggressive Anteile des Ehemannes ... ???

- ▶ Thematisierung dieser Auffälligkeiten  
(Anspannung/Überforderung des Ehemannes durch Beruf, Versorgung der 3 Kinder, Sorge um Gesundheitszustand der Ehefrau, Besuche ...)
- ▶ Auffälligkeiten auf Seiten der Kinder:  
Schulschwierigkeiten, Anspannung, Unruhe, Sorge um die Mutter, Ratlosigkeit hinsichtlich des ansonsten so „normalen“ Alltags (Bsp. Fahrt zur Schule, zum Fußballverein ...)
- ▶ Erarbeiten von Gesprächsmöglichkeiten, Erkennen gegenseitiger Gefühlszustände, Finden von Entlastung, Veränderung der Rollenfunktionen

# Studien

- ▶ *Laederach-Hofmann et al. (2000): Einfluß von HTX auf Familie/Partnerschaft, 26 Paare*
- Datenerhebung während Wartezeit, 1 Jahr sowie 5 Jahre nach HTX
- Nach 1 Jahr: sign. Verschlechterung der Beziehung im Allgemeinen

Patienten: Schwierigkeiten im emotionalen Bereich, Umgang mit Gefühlen und Gespräche darüber

gesunde Partner: bewerten gesamte Partnerschaft/Fam. als problematisch und deutlich verschlechtert (emotionaler Bereich, Rollenfindung, Kommunikation, Werte, Normen)

*Laederach-Hofmann, Bunzel et al. (2002):  
Veränderung der Paarbeziehung nach TX:  
Vgl. von HTX/LTX/NTX*

- ▶ sign. Unterschiede prä vs. post: in Kommunikation, Emotionalität, affektive Beziehung, Rollenverhalten
- ▶ LTX und HTX: Rollenverhalten ↓, bei ca. der Hälfte der Lebertransplantierten treten Probleme auf, was am neu zu definierenden Status des Transplantierten liegt
- ▶ Unterschied zur NTX (Vermutung: Anpassung bereits während Dialysezeit)

# Wichtigkeit Angehöriger im Verlauf der Rehabilitationsmaßnahme

## ▶ Emotionaler Nahraum

- Wechselwirkungen innerhalb zwischenmenschlicher Beziehungen (Abhängigkeit/ Unabhängigkeit)

## ▶ Informationen zum Patienten

- Symptomatik; Krankheitsverlauf, Krankheitsbewältigung aus der Beobachterperspektive im Alltag
- Angehörige kennen den Patienten besser und haben oftmals größere Einflussmöglichkeiten (positive - aber auch negative)

# ▶ Angehörige als wichtigste soziale Ressource im Netzwerk

- Umsetzung erlernter oder neuer Verhaltensweisen (aktiv/ emotional unterstützend, erinnernd, kontrollierend)
  - ▶ Ernährungsumstellung
  - ▶ Integration sportlicher Aktivitäten in den Alltag
- Offener und reflektierter Austausch innerhalb der Familie oder Partnerschaft
  - ▶ bisher nicht besprochene Themen werden besprechbar (psychische Entlastung u. Verarbeitung)

**Perspektive: Gemeinsame Suche nach Kraftquellen**

# ► "Positive Psychologie"



Müritz Klinik


- beschäftigt sich mit der Frage, was das Leben lebenswert macht



Entdecken von Stärken und diese gezielt fördern



Was macht uns innerlich stark?



Innere Stärke bzw. subjektives Wohlbefinden können aktiv angestrebt werden !

# Hilfreiche Gedanken



## Schutzfaktoren für die Seele

- ▶ **Resilienz** = innere Stärke
- ▶ Widerstandsfähigkeit der Seele ist nicht nur angeboren, sondern lässt sich ein Leben lang fördern!
- ▶ **WAS bzw. WER TUT MIR GUT?**  
Kraftquellen des Alltags ...

- ▶ Aus Schwierigkeiten lernen, Krisen bewältigen zu können



**Selbstwirksamkeit**

Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten

„Ich kann die Dinge mit beeinflussen, bin nicht Opfer ...“

- ▶ Kein Klammern an Lebensentwürfen, sondern die Kraft auf die Bewältigung der Herausforderungen lenken und Neuorientierungen entwickeln!

(vgl. Kluin, 2009)

# Zusammenfassung/Ausblick

## ► Phasen der Neuorientierung



***Aufbau der Grundlage:*** Bereitschaft, sich auf Neues einzulassen; Suche nach neuen Formen des Miteinanders; Beziehungspflege

- ▶ Blick und Aufmerksamkeit auch auf das Umfeld des Patienten lenken (Wie verhalten sich die Angehörigen?, Sensibilität, Kommunikation, Aufklärung)
- ▶ Notwendigkeit von Lern- und Verarbeitungsprozessen beider Partner!
- ▶ Angebote zur Unterstützung der Partnerbeziehung – Paarberatung
- ▶ Zusammenhang zwischen Unterstützung durch familiäres Umfeld und höherer Compliance
- ▶ Partnergruppen in TX-Zentren?

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit ...



... und in der Hoffnung, dass wir zusammen viele Patienten und ihre „Partner“ weiter gut begleiten können ...



# Literatur

Kluin, K., Lauerer, M. (2009) Was die Seele stark macht. Stern 43, 64-74

Laederach-Hofmann, K., Bunzel, B., Freundorfer, E., Schubert, M.-T. (2002) Veränderung der Paarbeziehung nach Organtransplantation: Vergleich von Herz-, Leber- und Nierentransplantation. PPM Psychotherapie Psychosomatik med. Psychologie 52, 5-15.

Maisch, A. (2007) In: [http://www.welt.de/wissenschaft/article1238080/Wenn\\_der\\_Partner\\_chronisch\\_krank\\_ist.html](http://www.welt.de/wissenschaft/article1238080/Wenn_der_Partner_chronisch_krank_ist.html)

Smeritschnig, B., Freundorfer, E. In: [http://www.oegkv.at/uploads/media/freundorfer\\_smeritschnig.pdf](http://www.oegkv.at/uploads/media/freundorfer_smeritschnig.pdf)

Sperner-Unterweger, B. In: [http://www.lungentransplantation.at/downloads/pub\\_psychetransplantation.pdf](http://www.lungentransplantation.at/downloads/pub_psychetransplantation.pdf)

Weiss, T. In: <http://weiss.de/krankheiten/fibro/symptome/partnerschaft/>