



krebsliga

25 Jahre

Krebstelefon

Krebstelefon

Kostenlose
Beratung
0800 11 88 11

25 Jahre



JUBILÄUMSBEILAGE

Für Betroffene und Angehörige im Einsatz



Liebe Leserin, lieber Leser

«Chräbstelefon, guete Tag. Mi Name isch...» So beginnt jedes Gespräch mit dem Krebstelefon der Krebsliga; heute wie auch vor 25 Jahren. Vier Mitarbeiterinnen starteten damals die wertvolle Initiative des kostenlosen Beratungs- und Informationsdienstes, vorerst nur in Deutsch und Französisch. Die Idee des Angebotes war klar: Krebsbetroffenen Menschen und ihren Angehörigen schnell und anonym Unterstützung und Halt geben.

1995 bedienten die Beraterinnen das Telefon wochentags zwischen 16 und 19 Uhr und beantworteten dazu Briefe. Inzwischen wird der Dienst zehn Stunden pro Tag betreut, und die elektronische Post hat die Briefe nahezu vollständig ersetzt. Neben dem Telefon haben sich verschiedene Kommunikationskanäle entwickelt: Für Erwachsene sowie für Kinder und Jugendliche steht ein Chat zur Verfügung. Im krebbsforum.ch tauschen Betroffene ihre Erfahrungen untereinander aus. In der Expertensprechstunde können Fragen rund um Krebs an Fachspezialistinnen und -spezialisten gestellt werden. Zusätzlich unterstützt das Krebstelefon auch Fachpersonen mit Informationen. Alle Beraterinnen sind ausgebildete Pflegefachfrauen und verfügen über Zusatzausbildungen in Onkologie und Psychoonkologie. 1995 beantwortete der Dienst total rund 1550 Fragen, heute sind es fast viermal mehr – 5900 Anfragen.

Auch wenn es heute in der Kommunikation viele Wege gibt, die zum Krebstelefon führen, so ist eines immer gleichgeblieben: Das Engagement des Teams, der Respekt vor allen Anrufernden und das Angebot, die Menschen ein Stück auf ihrem Weg zu begleiten. Denn die Nöte und Herausforderungen durch eine Krebserkrankung sind im letzten Vierteljahrhundert nicht kleiner geworden: Schwierigkeiten in der Kommunikation mit dem Umfeld, das Zurückfinden in den

Arbeitsprozess, die Mehrfachbelastung der Nahestehenden, die Trauer um das Verlorene, die Angst um die Zukunft oder finanzielle Engpässe.

Das Krebstelefon als Informations- und Beratungsdienst wird es auch in Zukunft brauchen, dessen bin ich mir sicher. In 25 Jahren werden wir in der technologischen Entwicklung zwar an einem anderen Punkt stehen, aber das oberste Ziel wird gleichbleiben: Ein kompetenter Dienst für Krebsbetroffene und ihr Umfeld. Auch in 25 Jahren wird es die Anliegen dieser Menschen ernst nehmen und ihnen Halt und Unterstützung geben.

Blättern Sie weiter und lernen Sie in dieser Jubiläumsausgabe Menschen kennen, die vom Krebstelefon begleitet wurden. Kommen Sie mit auf eine Zeitreise zu den Anfängen des Dienstes. Und entdecken Sie, welche sieben Frauen heute das Telefon bedienen und sagen: «Chräbstelefon, guete Tag. Mi Name isch ...»

Ich wünsche Ihnen eine spannende und anregende Lektüre!



Daniela de la Cruz
CEO Krebsliga Schweiz

«Ich hätte nie so viel Hilfe erwartet»

Conrad Gaehler und sein Bruder waren gemeinsam für die Betreuung und die medizinischen Entscheidungen ihrer Mutter zuständig. Die Frau war zwar dement, körperlich aber noch rüstig. Vor einem Jahr bekam sie die Diagnose Brustkrebs. Mithilfe des Krebstelefons haben die beiden Brüder einen Weg für die onkologische Betreuung ihrer Mutter gefunden.

Als Conrad Gaehler vom Hausarzt erfuhr, dass seine Mutter Brustkrebs hat, tauchten unterschiedliche Fragen auf: Was bedeutet diese Diagnose für eine 98-jährige Frau? Was würden Untersuchungen und allenfalls Therapien bringen? Er realisierte rasch, dass er diese ethischen Fragen nicht alleine beantworten konnte. Zudem wusste er selber nur wenig über die Erkrankung Brustkrebs und wollte dazu neutrale, medizinische Informationen. «Ich suchte Unterstützung, damit mein Bruder und ich die richtigen Entscheidungen für unsere Mutter treffen konnten», fasst der bald 75-jährige Mann sein Anliegen zusammen. Dabei habe er ans Krebstelefon der Krebsliga gedacht und es einfach ausprobiert.

Als der ratsuchende Mann bei der Hotline anrief, stellte er sich darauf ein, dass er zuerst wohl drei Mal weiterverbunden werden würde: «Ich war überrascht, dass ich ohne Umschweife bei einer Beraterin landete.» In dem ersten Gespräch ging es um grundsätzliche Fragen: «Was heisst Brustkrebs für eine ältere Frau?» Die beiden Brüder hatten vor allem das Anliegen, dass ihre Mutter nicht unnötig leiden muss und dass sie ihren Lebensabend in der Altersresidenz mit möglichst viel Lebensqualität und ohne grosse Veränderungen verbringen kann. «Dadurch, dass die Beraterin am Krebstelefon mir verschiedene Möglichkeiten aufzeichnete, sah ich Vieles klarer. Es war ein

gemeinsames Lehrgespräch. Wir erarbeiteten zusammen einen Weg, der am Ende für mich stimmte. Das entlastete mich.» Er wusste somit, wie er gegenüber dem Hausarzt die Meinung vertreten konnte, dass sie in einem ersten Schritt noch keine onkologischen Untersuchungen machen und abwarten würden.

«Ich war überrascht, dass ich ohne Umschweife bei einer Beraterin landete.»

«Das Wichtigste für mich war der Umstand, dass ich mich ernst genommen fühlte. Man hatte Zeit für mich. Auch ein zweites und drittes Mal.» Da sich der Verlauf der Krankheit änderte und der Tumor schneller wuchs als angenommen, wurden für Conrad Gaehler weitere Beratungsgespräche wichtig, neue Entscheidungen mussten getroffen werden. «Ich hätte nie so viel Hilfe vom Krebstelefon erwartet!«

Wie mir das Krebstelefon geholfen hat

- Die Beraterin nahm mich und meine Anliegen ernst; sie hat mir das Krankheitsbild ausführlich erklärt.
- Sie hat mich in meinen Entscheidungen unterstützt und zugleich entlastet. Sätze wie «andere waren mit ähnlichen Fragen und Entscheidungen konfrontiert», haben mich in meinem Weg bestätigt.
- Durch die Diskussion in den Telefongesprächen merkte ich, dass ich die richtigen Entscheidungen für meine Mutter treffen konnte.



WIR SIND FÜR SIE DA!

Alle Krebstelefon-Beraterinnen sind ausgebildete Pflegefachfrauen mit Zusatzausbildungen in Onkologie und Psychoonkologie. Dazu gibt es im Team universitäre Abschlüsse in Psychologie und Public Health.



«Ihnen widme ich meine ganze Aufmerksamkeit.»
Anna Zahno,
Leiterin Krebstelefon



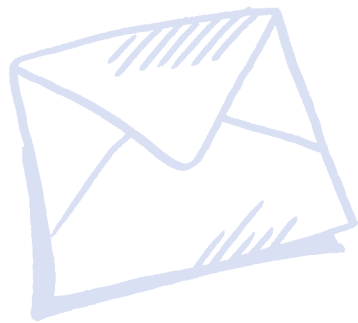
«Ich interessiere mich für Ihr Anliegen.»
Cornelia Orelli



«Ich begleite Sie auch in schwieriger Zeit.»
Lilian Rey



«Ich unterstütze Sie gerne auf Ihrem Weg und höre Ihnen zu.»
Fabiola In-Albon



«Zusammen suchen wir die beste Lösung für Sie.»
Gabriella Pidoux



«Ich bin gerne für Sie da.»
Carine Neyens



«Gemeinsam finden wir Antworten auf Ihre Fragen.»
Rita Lang



Krebstelefon

0800 11 88 11

Montag bis Freitag, 9–19 Uhr
Helpline: helpline@krebsliga.ch
Wir beantworten Fragen auch per E-Mail
Cancerline: www.krebsliga.ch/cancerline
Der Chat zu Krebs für Erwachsene, Kinder und Jugendliche.
Montag bis Freitag von 11–16 Uhr
www.krebsforum.ch:
Virtuelle Austauschplattform
Skype: [krebstelefon.ch](https://www.skype.com/name/krebstelefon.ch):
Montag bis Freitag, 11–16 Uhr
Sprachen: d, f, i, engl.



«Es war immer jemand da, wenn ich es brauchte»

Die unerwartete Diagnose Krebs veränderte das Leben einer heute 73-jährigen Frau von einem Tag auf den anderen. Das Krebstelefon begleitete sie in einem längeren Prozess. In den Beratungen konnte sie sich aussprechen und profitierte von kompetenten Informationen.

Den siebzigsten Geburtstag hatte sich die unternehmungslustige Frau ganz anders vorgestellt. Statt ihre geplante Reise anzutreten, wurde sie mit einer unerwarteten Diagnose konfrontiert. «Als im Mai 2016 die Hiobsbotschaft Brustkrebs kam, war ich am Boden zerstört. Ich konnte es kaum glauben.» Die alleinstehende Frau stellte sich viele Fragen über die Heilungschancen und welche Folgeprobleme entstehen könnten. Rundherum ging alles sehr schnell: Abklärungen mit Röntgen, MRI und Ultraschall wurden gemacht. «In dieser Zeit funktionierte ich nur noch und machte alles so, wie es mir der Arzt verordnete. Ich war in einer Art Schockzustand», erinnert sie sich. Bereits acht Tage nach dem Befund kam die erste Operation an der Brust. Weil mehr Gewebematerial als zuerst beabsichtigt entfernt werden musste, empfahl der Frauenarzt die Entfernung der ganzen rechten Brust. «Diese Botschaft überrumpelte

mich ein zweites Mal. Nun brauchte ich definitiv mehr Informationen, und ich musste mit jemandem darüber sprechen.» Sie bekam zwar grosse Unterstützung von ihrem Bruder und der Schwägerin. Dennoch sei es für sie manchmal schwierig gewesen, mit den beiden über krebspezifische Fragen zu sprechen: «Wenn man selber nicht betroffen ist, kann man sich Vieles nicht vorstellen oder nachempfinden.»

Bereits seit Jahren ist sie treue Spenderin der Krebsliga und kannte dadurch das Angebot des Krebstelefon. «Ich hatte eine sehr nette Beraterin am Telefon, die mich beruhigte, meine Fragen beantwortete und mir anschliessend Broschüren zusandte.» Damit konnte sich die heute 73-jährige Frau ein Bild machen, was die zweite Operation bedeutete. Die Brust wurde ihr vollständig entfernt und sie musste sich entscheiden, ob sie einen Brustaufbau machen wollte oder nicht.

«Wenn man selber nicht betroffen ist, kann man Vieles nicht nachempfinden.»

Sie war froh und dankbar, konnte sie sich mit ihren spezifischen und auch sehr persönlichen Fragen nun ans Krebstelefon wenden. Nach einem längeren Prozess entschied sie sich gegen einen Brustaufbau: «Wegen meines Alters und der mehrfachen Operationen. Dennoch vermisse ich meine Brust noch heute», resümiert sie. Sie habe den Versuch unternommen, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen und suchte den Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe und zu einer Psychoonkologin. Aber während und auch nach der Therapie habe es mit dem Krebstelefon am besten geklappt: «Es war immer jemand da, wenn ich es brauchte. Sofort und unkompliziert.»

Wie mir das Krebstelefon geholfen hat

- Ich bin dankbar, begleitete es mich während und nach der Therapie. Das gab mir viel Halt.
- Die Beraterin konnte mich sofort beruhigen. Sie gab mir glaubwürdige und differenzierte Informationen.
- Durch die Gespräche merkte ich, dass ich mit meinen Problemen nicht alleine bin.

1995: Anfänge vom Krebstelefon

Christine Meuwly-Leuenberger hat die Anfänge und den Aufbau des Krebstelefon hautnah miterlebt und mitgestaltet. Von 1995 bis 2005 war sie Leiterin des Beratungs- und Informationsdienstes. Es sei eine spannende und bereichernde Zeit gewesen, erzählt sie.

Aufgezeichnet von Joëlle Beeler

«Als ich das Stelleninserat vom Krebstelefon las, hätte ich nie gedacht, dass ich den Job jemals bekommen würde. Doch mit meiner Pflegefachausbildung, meiner Zweisprachigkeit und auch durch meine Bereitschaft flexibel zu arbeiten, bekam ich den Traumjob. Für mich als damals 29-jährige Frau war es aufregend, neben meiner Arbeit in einer onkologischen Praxis in einem Pilotprojekt wie dem Krebstelefon mitwirken zu können. Wir wussten damals ja noch nicht, ob dieser Dienst in der Schweiz tatsächlich auf ein Bedürfnis stossen würde.

«Wir halfen den Betroffenen, ihre Diagnose zu verstehen.»

Zu Beginn waren es von Montag bis Freitag drei Stunden, in denen Krebsbetroffene oder Angehörige anrufen und sich bei einer der vier Beraterinnen Rat und Informationen holen konnten. Ich erinnere mich daran, dass sich in den Anfängen vorwiegend Direktbetroffene meldeten. Nach einer Ersttherapie hatten sie Fragen, wie sie ihren Alltag neu strukturieren oder wie sie Ängste verarbeiten könnten. Wir halfen ihnen, ihre Diagnose zu verstehen, indem wir die medizinische Fachsprache herunterbrachen. Am Telefon konnten sie aber auch über ihre unmittelbaren Sor-

gen erzählen und etwas Ballast abwerfen. Dabei erwies sich die Anonymität am Telefon als ideal. Die Menschen wollten nicht am nächsten Morgen beim Einkaufen im Grossverteiler wiedererkannt werden.

Ein Thema, welches in den 90er-Jahren in der Bevölkerung immer wieder Wellen geworfen hatte, war die Ernährung: Randensaft-Kur, Blutgruppen-Diät, etc. im Kampf gegen Krebs tauchten immer wieder auf. Aufmerksam verfolgten wir Beraterinnen, welche Trends in den Illustrierten breitgeschlagen wurden. Wenn dann Fragen dazu ans Krebstelefon kamen, ging es darum, sachlich zu argumentieren und auf mögliche Gefahren hinzuweisen. Sowieso, Kompetenz und Glaubwürdigkeit waren uns immer ein grosses Anliegen. Wenn jemand zum Beispiel gezielte Informationen zu neusten Ergebnissen einer Studie suchte, machten wir eine Recherche und meldeten uns innert 72 Stunden wieder zurück. Und obwohl es das Internet damals schon gab, stützten wir uns noch mehrheitlich auf Fachliteratur aus der Bibliothek oder griffen auf medizinische Datenbanken zurück.

Wenn ich jetzt zurückblicke, ist aus dem kleinen Pilotprojekt eine feste Institution für Betroffene und Angehörige in der ganzen Schweiz geworden. Aus dem zweisprachigen Telefondienst entwickelten sich diverse neue Kommunikationskanäle in vier Sprachen. Ich bin stolz, konnte ich mithelfen, ein Beratungsangebot zu etablieren, welches den Menschen bei Krebs schnell und kompetent weiterhilft. Es war eine spannende und bereichernde Zeit gewesen!»

Christine Meuwly-Leuenberger war von 1995 bis 2005 Krebstelefonleiterin. Seit 2016 ist nun Anna Zahno die Leiterin des Dienstes.



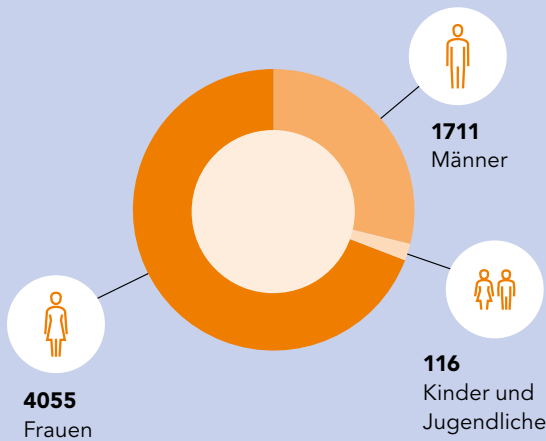
krebsliga

25 Jahre Krebstelefon

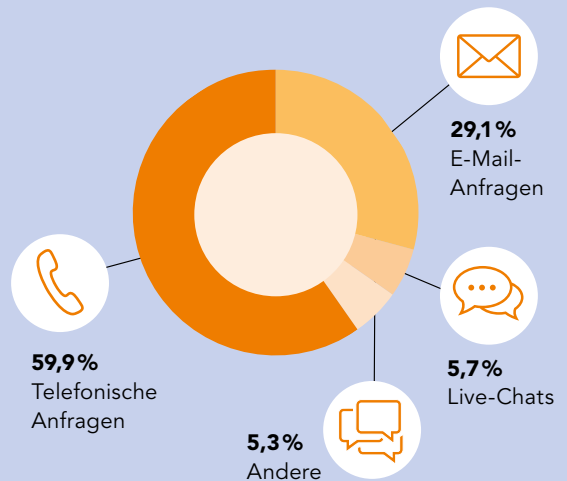


Der Beratungs- und Informationsdienst in Zahlen

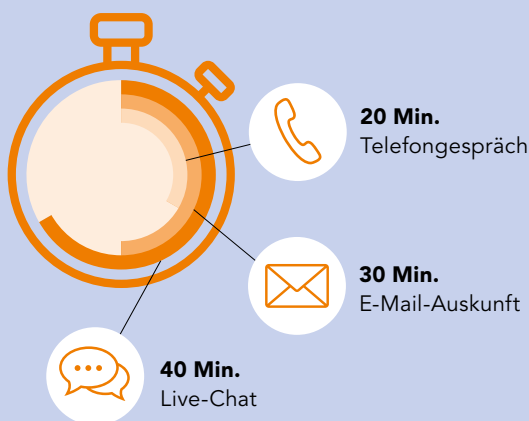
2019 beantworteten die Beraterinnen 5882 Anfragen.



Die häufigsten Fragen kamen per Telefon.



Durchschnittliche Dauer pro Anfrage in Minuten.



Die häufigsten Fragen kamen zum Thema Leben mit Krebs.

