

Kanker is een ingrijpende ziekte die niet alleen de patiënt raakt. Ook als partner, moeder of kind van iemand met kanker heb je soms een klankbord nodig om met al die emoties en veranderingen om te gaan.



ONCOLOGIE

Hilde Van Goethem

Kanker in je gezin: dubbel verdriet

In een nog niet zo ver verleden werd er weinig aandacht besteed aan het psychologisch lijden van een patiënt met kanker. Het doel was om een patiënt te genezen, bij zijn emoties stond men niet echt stil. Laat staan dat er aan de partner of familie werd gevraagd welke impact de ziekte op hen had. Dat is nu gelukkig anders.

Morgane Hubin, psychologe bij het multidisciplinair borstcentrum: "Kanker heeft niet alleen gevolgen op lichamelijk, maar ook op sociaal en psychologisch vlak. Daarom heeft elke afdeling een psycholoog bij wie de zieke tijdens zijn opname terecht kan. Tijdens die gesprekken merken we dat de partner of het gezin een

grote steun kan betekenen in het werkingsproces van de patiënt. Maar we staan ook stil bij de partner, de

af van de situatie. Bij patiënten die bijvoorbeeld in een terminale fase zitten, volgen we de zieke en hun nabije

"Iedereen gaat op zijn eigen manier om met tegenslag en verdriet"

kinderen of de ouders zelf. Hun verdriet is anders qua inhoud, maar daarom niet minder groot. Hoe gaan zij met de ziekte om, bij wie kunnen ze steun vinden? We maken hen duidelijk dat ook zij een gesprek bij de psycholoog kunnen aanvragen. Samen met de patiënt, maar ook apart als ze daar behoefte aan hebben. De frequentie van die gesprekken hangt

geliefden bijna dagelijks op, als ze daar behoefte aan hebben."

Verschillen

Morgane Hubin: "Iedereen gaat op zijn eigen manier om met tegenslagen en verdriet. De ene persoon praat er graag over, de andere helemaal niet. De ene is pessimistisch en bang, de andere is positief en sussend. Die ver-

schillen zorgen ervoor dat partners soms het gevoel hebben dat ze niet bij elkaar terecht kunnen, dat ze elkaar niet begrijpen. Tijdens de gesprekken proberen we duidelijk te maken dat iedereen de ziekte op zijn eigen manier verwerkt en dat zoiets perfect normaal is. Hoe je met iets omgaat, hangt af van je persoonlijkheid, maar ook van de dingen die je in het verleden hebt meegemaakt. Misschien verloor je eerder al een familielid of goede vriend aan kanker. Dat bepaalt mee hoe je nu met de ziekte van je partner omgaat. We tonen begrip voor die verschillende emoties, maar proberen ook te zoeken naar hoe de partners en kinderen dit op elkaar kunnen afstemmen en hoe toch een minimale communicatie kan bereikt worden. Een ziekte kan je als koppel namelijk dicht bij elkaar brengen, maar ook uit mekaar drijven.”

Kinderen

“We besteden ook veel aandacht aan de begeleiding van kinderen. Vroeger werden kinderen overal buiten gehouden, maar zij voelen aan dat er iets aan de hand is. Als hen niets verteld wordt, gebruiken ze hun fantasie: daardoor kan de situatie soms nog veel erger worden in hun hoofd. We vragen altijd eerst aan de ouders wat ze al verteld hebben aan hun kind en op welke manier ze het nieuws willen brengen. De begeleiding is eerder gericht op speltherapie of op het maken van een tekening. We zoeken naar manieren waarop het kind zich kan uiten. We hebben ook een aantal kinderboekjes die we kunnen gebruiken als hulpmiddel om iets uit te leggen. Als de kinderen het echt moeilijk hebben, kunnen ze begeleid worden door collega’s die er specifieke opleidingen voor gevolgd hebben. Of we verwijzen hen door naar kinderpsychologen buiten het ziekenhuis.”

“De impact van de ziekte op het gezin loopt ook door na de behandeling. De patiënt heeft soms nog nevenwerkingen, is moe of bang dat de ziekte zal terugkomen. De partner, kinderen of familie reageren vaak anders: voor hen is het allemaal voorbij. Wie ziek is, voelt zich dan soms wat alleen en onbegrepen. We verwijzen hem dan door naar een psycholoog in zijn thuisomgeving, zodat hij ook na de behandelingen in het ziekenhuis bij iemand terecht kan.”

Infosessies

Morgane: “Naast die gesprekken organiseren we infosessies voor de partner en zijn naasten. Tijdens die sessies halen we het evenwicht tussen de draagkracht en de draaglast aan. Als partner ben je nu de persoon die alles regelt in het gezin, diegene waar de patiënt op steunt. Maar bij wie vind jij als partner steun? Hoe kun je je eigen batterijen opladen? Word je erger belast dan wat je aankunt op dit moment? Je mag jezelf niet volledig wegcijferen, want het is belangrijk dat je er zelf niet aan onderdoor gaat. Je moet een evenwicht proberen vinden tussen het zorgen voor je partner en het zoeken van steun in je omgeving. En hulp durven vragen aan de sociaal werker, de arts of de psycholoog.”

“We gaan ook in op de beperkingen van iemand die kanker heeft. Hij kan vermoeid en misselijk worden, zijn haar verliezen of minder eetlust hebben. Dat heeft ook weer emotionele gevolgen: de zieke krijgt het moeilijker, wordt stiller en afhankelijker van de partner. De partner heeft het dan weer moeilijk om zijn man of vrouw zo te zien: je moet vaak wennen aan een ander uiterlijk, een amputatie of stoma. Het is een taboe om daarover te praten, maar het is normaal dat je het daar moeilijk mee hebt.

Misschien ben je zelf heel onzeker en is je partner diegene die altijd de leiding neemt. Als hij dan plots ziek



Psychologe Morgane Hubin:
“Het is een taboe om te zeggen dat je het moeilijk hebt met het veranderende uiterlijk van een partner die kanker heeft.”

wordt, moet je als koppel een nieuw evenwicht zoeken, want dan bij jij ineens diegene die alle initiatieven moet nemen.”

“In de infosessies bespreken we heel wat thema’s op een interactieve manier. De deelnemers kunnen er hun eigen verhaal kwijt of kunnen in dialoog gaan met lotgenoten. Want het kan zeker ook helpen om te horen hoe andere koppels met de ziekte en de daarbij horende veranderingen omgaan.” ▶

Zelf een infosessie volgen?

Wat als kanker je partner treft?

10 oktober 2014, 13 februari 2015 en 12 juni 2015
telkens van 9.30 tot 11 uur.

Help, mijn volwassen zoon/dochter heeft kanker. Hoe ga ik ermee om?

13 november 2014 en 7 mei 2015
telkens van 13.30 tot 15 uur.

Communicatie met kinderen

4 november 2014, van 13.30 tot 15.30 uur
20 januari 2015, van 10 tot 12 uur
5 mei 2015, van 13.30 tot 15.30 uur

Neem contact op met de arts, de verpleegkundige, de sociaal werker of met de psycholoog van de afdeling als je nood hebt aan een gesprek of een infosessie wilt volgen.

Meer info op www.uzleuven.be/lki/infosessies.