

Warum es hilft, bei Krebs über Sexualität zu sprechen

Bis Betroffene über Sexualität sprechen, dauert es oft Monate bis Jahre. Die Pflegeexpertin und Sexualberaterin Claudia Pesenti-Salzmann hält es aber für sehr bereichernd, da Probleme der Sexuelsphäre die Lebensqualität beeinträchtigen können.

Interview: Nicole Bulliard, Foto: Gaëtan Bally

Was treibt Sie an, über dieses intime Thema zu sprechen?

Claudia Pesenti-Salzmann: Ich erachte die Themen Sexualität und Partnerschaft, und ihre tausend Facetten, als sehr wichtig in der Betreuung von Patienten. Sie werden bei Krebs oder anderen chronischen Krankheiten oftmals ausgeklammert, was ich aus meiner sechszwanzigjährigen Erfahrung als Pflegefachfrau – davon fünfzehn in der Onkologie – und Sexualberaterin kenne. Ganz viele

«Sexualität, Intimität, Selbstbild und Körperbild bleiben oft schwierige Themen.»

Aspekte werden sehr gut und ausführlich besprochen, doch Sexualität, Intimität, Selbstbild und Körperbild bleiben oft schwierige Themen – für Betroffene und Betreuende – und werden somit weniger aufgegriffen.

In welcher Phase der Krebserkrankung wenden sich die Leute an Sie?

Der Krebs selbst, je nachdem, wo er sich befindet, oder die Krebsbehandlung können sexuelle Dysfunktionen hervorrufen. In der Regel informieren die Ärzte bei der Diagnose und dem Behandlungsplan über die möglichen Auswirkungen auf die Sexualität. In der Anfangsphase ist das jedoch für sehr viele Menschen nicht so bedeutsam. Was ihnen durch den Kopf geht, ist der Krebs – zunächst geht es einfach nur um das (Über)Leben. Wenn die Akutbehandlungen vorbei sind und sie sich wieder um eine «neue Normalität» bemühen, treten oftmals Fragen über Sexualität und Partnerschaft in den Vordergrund. Von einem Moment zum anderen wird bewusst: Etwas ist nicht mehr so wie vorher. In dieser Phase, der Nachsorge, ist es besonders wichtig, dass das Pflegepersonal und die Ärzte der Onkologie diese Themen ansprechen, und die Betroffenen sollten unbedingt wissen, wo sie fachliche Hilfe bekommen.

Sprechen Sie mit Männern anders als mit Frauen?

Ich berate Frauen und Männer grundsätzlich gleich. Allerdings unterscheiden sich natürlich die Themen. Manche Personen erscheinen beim ersten Gespräch alleine, weil sie die Situation zunächst einmal für sich selbst begreifen wollen. Zum Zweitgespräch kommen sie dann in Begleitung. Andere kommen von Anfang an zu zweit. Wieder andere wollen auf keinen Fall, dass die Partnerin oder der Partner dabei ist, oder diese möchten nicht mitkommen. Es gibt verschiedene Konstellationen. Für mich zählen die Bedürfnisse der jeweiligen Person oder des Paares, um individuell aufzeigen zu können, welche Möglichkeiten es auf verschiedenen Ebenen gibt.

Was bieten Sie an, wenn der Körper durch chirurgische Eingriffe verändert ist und die Person das Vertrauen in den eigenen Körper verloren hat?

Wenn uns etwas an unserem Körper nicht gefällt, beispielsweise ein fehlendes Körperteil oder eine Narbe, dann sehen wir nur noch diesen einen Makel. Es gibt verschiedene Ansätze, den Menschen auf seinem Weg zum eigenen Körper und zum Vertrauen in sich zu unterstützen. Besonders spannend finde ich, mit Body-Painting zu arbeiten. Teile des Körpers, welche die Person störend empfindet, werden kunstvoll übermalt, also einerseits

«Wenn die Akutbehandlungen vorbei sind, treten Fragen über Sexualität wieder in den Vordergrund.»

verdeckt und gleichzeitig wertschätzend in ein Gesamtkunstbild integriert. Die Person sieht sich im Spiegel wieder als Ganzes und nicht mehr nur auf den vermeintlichen Makel fixiert, was sich positiv auf die eigene Wahrnehmung und das Vertrauen in sich auswirkt.



Es gilt nicht nur, mit der jeweiligen Person über Sexualität zu reden, sondern ihr auch die Freiheit zu gewähren, das zu sein, ohne zu werten, sagt Claudia Pesenti-Salzmann.

Welche Eigenarten sind mit einer palliativen Situation verbunden?

Zu Hause oder im Spital gibt es oft weniger Raum für Zweisamkeit. Wir können aber dafür sorgen, dass das Zimmer z.B. für eine Stunde allein dem Paar gehört. Meistens ist es schlicht die Nähe, die das Paar dann ungestört genießt, während andere fantasieren, was wohl da drin passiert. Es ist ungemein wichtig, das zu ermöglichen, denn viele sind es nicht gewohnt, in der Öffentlichkeit Zärtlichkeiten auszutauschen, einander in den Arm zu nehmen oder nach Rückzugsmöglichkeiten zu fragen. Es gibt Menschen, die

Die sexuelle Lust und das Erleben der Sexualität kann sich als Folge der Krebserkrankung und der Therapien verändern. Diese Broschüren thematisieren die häufigsten krebsbedingten Beeinträchtigungen der weiblichen und der männlichen Sexualität und zeigen, was man dagegen machen kann. Sie ermutigen dazu, über die Schwierigkeiten und die Bedürfnisse eines tabuisierten Themas zu reden. Die Broschüren können gratis bestellt werden unter www.krebsliga.ch/shop

vor dem Sterben nochmals Sex wollen und ihren Wunsch auch äussern. Manchmal verspüren sie dann Schuldgefühle, weil sie sich erlauben, noch an «sowas» zu denken. Dabei ist es ihr Recht und bereichernd, diese Lust zu verspüren und sie, vielleicht ein letztes Mal, auszuleben. Sexualität ist Teil unseres Lebens – nicht für alle in der gleichen Art und nicht für alle gleich wichtig – doch sie spielt eine Rolle bis zum Tod. ●