

Krebs verändert vieles – auch die Haut und das Körperbild



**MAIKE
NESTRIEPKE**
*Onkologische
Kosmetikerin*

Eine Krebserkrankung trifft die Betroffenen meist plötzlich und kann das gewohnte Leben komplett auf den Kopf stellen. Die Diagnose an sich und die folgenden Krebstherapien stellen häufig eine große körperliche, seelische und soziale Belastung dar.

Auch äußerlich können die Folgen unangenehm sein: Das eigene Körperbild verändert sich, damit zusammenhängend verändert sich die Selbstwahrnehmung, was häufig in einem verminderten Selbstwertgefühl zum Ausdruck kommt. Die verschiedenen Krebstherapien können zu sichtbaren und fühlbaren Veränderungen des Erscheinungsbildes führen. Diese Veränderungen können sehr belastend sein, wie viele Patienten berichten. So können zum Beispiel eine Brustoperation oder eine Darmoperation den Körper massiv verändern. Die Chemotherapie und die Radiotherapie verändern die Haut und wirken sich auch auf die Haarstruktur und die Nägel aus. Verlust des Kopfhaars, der Augenbrauen und Wimpern werden als belastend erlebt. Trockene, juckende und gerötete sowie sehr empfindliche Haut im Gesicht und am Körper sind mögliche Auswirkungen, mit denen die Betroffenen umgehen müssen.

Diese Veränderungen zeigen sich nicht bei jedem Betroffenen in gleicher Intensität. Häufig verschwinden sie nach Abschluss der Therapie – in manchen Fällen bleiben sie jedoch länger bestehen oder bleiben für immer.

Viele Betroffene stellen sich während oder nach einer Krebsbehandlung Fragen zu diesen Veränderungen:

- Was könnte mir helfen, wenn sich mein Haar lichtet oder ganz ausfällt?
- Wie kann ich den Übergang für mich erleichtern, bis die Haare wieder nachwachsen?
- Was kann ich tun, wenn meine Gesichtshaut oder meine Körperhaut juckt, schmerzt oder sich unangenehm verändert?
- Meine Kopfhaut tut so weh?! Gibt es etwas, was die Missempfindungen lindert?
- Was kann ich tun, wenn die Chemotherapie die Haut meiner Hände oder Füße angreift?
- Meine Augenbrauen und Wimpern sind ausgefallen – was kann ich tun, um meinem Gesicht wieder ein bisschen mehr Ausdruck zu verleihen und meinen Teint aufzufrischen?

In solchen Situationen kann es schwer fallen, sich in seiner Haut einigermaßen wohlfühlen und sich als die Person wiederzuerkennen, die es vor der Krankheit gab. Diese Erfahrungen machen Frauen wie auch Männer.

Unterstützung im Umgang mit den Veränderungen des Körperbildes und der Selbstwahrnehmung sowie den Haut- und Haarveränderungen finden viele Betroffene durch eine onkologische kosmetische Betreuung. Die onkologische Kosmetik ist ein Bereich der allgemeinen Kosmetik, der spezialisiert ist auf die Bedürfnisse von Patienten während und nach einer Krebsterapie. Sie ist ein zusätzliches Angebot zur medizinischen Therapie und reiht sich in andere Elemente des achtsamen Umgangs (wie z. B. Ernährung und Bewegung) mit sich selbst ein. Individuelle Information, Beratung, Anleitung und Durchführung spezifisch abgestimmter Behandlungen zur Hautpflege können Erleichterung und Linderung schaffen.

Sie folgt dem Grundsatz:

Beruhigen-Stärken-Schützen

Die onkologische Kosmetik möchte Gefühle und Gedanken wie:

- sich in seiner Haut wohlfühlen,
- sich in seinem Körper wiedererkennen,
- etwas aktiv zum eigenen Wohlbefinden und zum äußeren Erscheinungsbild beitragen,

fördern und festigen.



Die Betroffenen werden angeleitet und gestärkt, um in diesem Lebensbereich trotz der Krebserkrankung und des häufig erlebten Kontrollverlustes, eine aktive und gestaltende Rolle zu übernehmen. Die Lebensqualität während und nach einer Krebsterapie soll damit gefördert werden. Denn: „Wer sich in seiner Haut wohlfühlt und etwas dazu beitragen kann, fühlt sich insgesamt besser“.

Im zweiten Teil des Artikels zur onkologischen Kosmetik und Hautpflege erfahren Sie mehr über die konkreten Möglichkeiten und welche Angebote und Unterstützung die Fondation Cancer ab dem zweiten Semester 2018 für die Betroffenen bereithält. ●