

## Universitätsklinikum Jena

Klinik für Frauenheilkunde und Fortpflanzungsmedizin  
Am Klinikum 1 • 07747 Jena  
www.frauenheilkunde-jena.de

Termine nach telefonischer Vereinbarung  
(zeitweise Anrufbeantworter)

Sie finden uns im Büro Psychoonkologie  
im Brustzentrum, Gebäude A2, Ebene 00,  
Raum 6411.00.077



## Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

### **Ramona Schunke, M.Sc.**

Institut für Psychosoziale Medizin, Psychotherapie  
und Psychoonkologie  
Ramona.Schunke@med.uni-jena.de  
Tel: 03641 - 9 39 80 58

### **Dipl.-Psych. Christiane Stubenrauch-Jäckel**

Institut für Psychosoziale Medizin,  
Psychotherapie und Psychoonkologie  
Christiane.Stubenrauch-Jaeckel@med.uni-jena.de  
Tel: 03641 - 9 39 80 51



**Ramona Schunke, M.Sc.**  
Psychologin / Psychoonkologin



**Christiane Stubenrauch-Jäckel**  
Diplom-Psychologin, Psychoonkologin

## Psychoonkologische Begleitung

Informationen für Patienten  
und Angehörige





Sein Unglück  
ausatmen können  
tief ausatmen,  
so dass man wieder einatmen kann.  
Und vielleicht auch  
sein Unglück sagen können in Worten  
in wirklichen Worten,  
die zusammenhängen  
und Sinn haben  
und die man selbst noch  
verstehen kann  
und die vielleicht sogar  
irgendwer sonst noch versteht  
oder verstehen könnte  
und ... weinen können  
das wäre schon  
fast wieder Glück.

Erich Fried

## Liebe Patientin, liebe Angehörige

Die Psychoonkologie befasst sich neben den körperlichen auch mit den psychischen, sozialen, spirituellen und lebensgeschichtlichen Belangen von Krebspatienten.

Unser Ziel ist es, betroffene PatientInnen und Angehörige bei der Bewältigung von Belastungen in allen Stadien der Erkrankung zu unterstützen und somit Lebensqualität zu verbessern.

Wir bieten Ihnen:

- Einzel- und Gruppengespräche über das Leben mit der Erkrankung (über die Diagnose, über die Therapien, die Bewältigung des Alltags, die Zeit der Nachsorge... und was kommt danach?) sowie emotionale Unterstützung und Begleitung
- eine Gesprächsmöglichkeit mit Ihren Angehörigen/ für Ihre Angehörige
- Beratung dazu, wie Sie mit Ihrem Kind über die Erkrankung sprechen können
- Bewältigungsstrategien, um besser mit Ängsten, „Stress“ oder Schmerzen umgehen zu können

- Begleitung bei der Suche nach Lösungen für Probleme, die durch Ihre Erkrankung entstanden sind
- Hilfestellung bei der Entscheidungsfindung für oder gegen eine genetische Untersuchung bei familiär bedingten Erkrankungen
- Entspannungsübungen, mit deren Hilfe Sie zur Ruhe kommen, die entstandenen Belastungen besser aushalten, bewältigen und abschalten können
- Vermittlung von Kontakten zu anderen, ebenfalls erkrankten Menschen und/- oder deren Angehörigen, um einen Austausch zu führen über das Leben mit der Krebserkrankung und den verschiedenen Möglichkeiten der Bewältigung
- Informationen über Selbsthilfegruppen und deren Angebote wie Gesprächskreise, Sportgruppen, gemeinsame Unternehmungen, aber auch Informationen über ambulante & stationäre Hilfsangebote, hilfreiche Literatur etc.