



zu meiner Person

- seit 2016 in eigener Praxis

Schwerpunkt: Begleitung
von Krebspatient*Innen und
deren Angehörigen, sowie
Hypnose und Hypnotherapie

- langjährige Tätigkeit als
Psychoonkologin im
Schwarzwald-Baar-Klinikum
- seit 2019 im Kantonsspital
Münsterlingen und
Frauenfeld
- examinierte Kranken-
schwester

Sie erreichen mich in der
Gemeinschaftspraxis
„Obere Laube 42“
c/o Katrin Winter
Obere Laube 42
78462 Konstanz
TEL.: 0178/3206746

oder über

info@psychotherapie-pilger.de

www.psychotherapie-pilger.de

NEU

Videosprechstunden

Anfahrt



Psychoonkologische
Begleitung von

Krebspatienten

und

ihren Angehörigen

Antje Pilger

Diplom-Psychologin
Psychoonkologin (DKG)
Hypnotherapeutin (DGH)

Es freut mich, dass Sie sich für mein Angebot interessieren!

Eine **Krebsdiagnose** zu erhalten, kann ein tiefer Einschnitt in das Leben des Betroffenen und/oder nahestehenden Menschen bedeuten, bei dem eine professionelle Unterstützung sehr hilfreich sein kann.

Körperliche, psychische und soziale

Probleme können Anpassungsprozesse erfordern, unabhängig davon in welcher Phase der Erkrankung Sie sich befinden. Eine psychoonkologische Begleitung beinhaltet z. B. eine Hilfestellung in der Krankheitsverarbeitung bis hin zur Krisenbewältigung. Alleine oder gemeinsam mit der Familie können belastende Themen in den Gesprächen bearbeitet werden.

Themen können sein:

- Hilfestellung bei der Verarbeitung der Diagnose
- Kommunikation über die Erkrankung in der Familie: mit Kindern, Partner*In, Eltern
- verändertes Körperbild; Sexualität
- Ängste, Sorgen
- Depression
- Bewältigung der onkologischen Therapie
- körperliche Symptome wie z. B. Schmerzen, Übelkeit oder Luftnot
- krebisbedingte chronische Müdigkeit (das sogenannte chronische Fatigue-Syndrom)
- Veränderungen in sozialen Bereichen (existenzielle Sorgen)
- Begleitung in der letzten Lebensphase

Auch die Unterstützung in der Trauerphase nach dem Verlust eines nahestehenden Menschen gehört zu meinem Angebot.

Ziele sind eine verbesserte Krankheitsbewältigung und eine gute Lebensqualität.

Da eine Krebsdiagnose einen Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen treffen kann, so können auch die damit verbundenen Belastungen sehr unterschiedlich sein.

Der **Schwerpunkt** der psychoonkologischen Begleitung liegt deshalb auf den unterstützenden, entlastenden und stabilisierenden **Gesprächen**, die an den **individuellen Bedürfnissen und Ressourcen** der Patient*Innen und/oder Angehörigen orientiert sind. Während der gesamten medizinischen Behandlungsphase oder zu verschiedenen Zeitpunkten des Krankheitsverlaufes können diese Gespräche stattfinden. Manchmal genügt ein Gespräch, manchmal erstreckt sie die Begleitung über einen längeren Zeitraum, je nach Bedarf, Themen oder Belastungen.

Auch das Kennenlernen und Einüben von **Entspannungsverfahren** wird von vielen Menschen als hilfreich und unterstützend erlebt.

Sowohl bei psychischen Belastungen, aber auch bei körperlichen Symptomen wie z.B. Schmerzen, Übelkeit oder Luftnot hat sich die **Hypnotherapie** als sehr wirksame und wissenschaftlich gut belegte Methode gezeigt, die ich bei Interesse gerne genauer erkläre und häufig und effektiv anwende.

Kosten und Ablauf

Ein Erstgespräch dient dem gegenseitigen Kennenlernen. Eine vertrauensvolle Beziehung ist eine wichtige Voraussetzung für den therapeutischen Prozess.

Da der Zugang zur Praxis leider nicht barrierefrei ist, sind auch Hausbesuche möglich.

Mein Angebot richtet sich an Selbstzahler und Privatversicherte, da eine Abrechnung mit gesetzlichen Krankenversicherungen leider nicht möglich ist. Manche Zusatzversicherungen erstatten die Behandlung. Gerne können Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vorab erkundigen, ob die Kosten übernommen werden.

Onlinesprechstunden

Da das Immunsystem von Krebspatient*Innen oft geschwächt ist und sie sich vor Infektionen schützen sollten, biete ich unterstützende Gespräche auch als **Videosprechstunden** über eine besonders gesicherte Software an.

Sollten Sie weitere Fragen haben, freue ich mich über Ihre Anfrage per Telefon oder Mail!