



KÖRPERBILD, KÖRPERBILDVERÄNDERUNGEN, VERÄNDERUNG DER SEXUALITÄT

KATRIN WIENS, PPM PALLIATIVE CARE
EVANGELISCHE LUNGENKLINIK BERLIN BUCH
21.03.2025

Körperbild

- Das Körperbild beschreibt die **individuelle Wahrnehmung des eigenen Körpers** und die damit verbundenen positiven oder negativen Gefühle.
- So beeinflusst die Beziehung zu unserem Körper stets unsere momentane Stimmung und damit auch unsere Gesundheit und Beziehungen mit anderen Menschen
- Tage an denen man sich im eigenen Körper nicht wohl fühlt sind normal
- Auch die Tatsache, dass es eventuell einen Teil des Körpers gibt, mit dem man sich nicht so anfreunden möchte, kennen wir alle irgendwie







Aufgabe (10 min.)

Markieren sie auf der Abbildung,
welche Körperteile von **Jedem berührt werden dürfen in grün**,
Körperteile die nur von **ausgewählten Personen berührt werden dürfen in gelb** und **absolute Tabuzonen in rot**

Jeder für sich, anonym

Abbildungen werden anonym im Anschluss miteinander verglichen

Aufgabe

Austausch in Murmelgruppen (10 min)

- Was mag ich an mir besonders?
- Was eher nicht?
- Welche Veränderung am Körper, bei einer schweren Erkrankung, hätte den größten Einfluss auf meine Lebensqualität?

Brustkrebs –es geht an die Substanz

Erfahrungen einer erkrankten Frau:

„Als ich in der Brust einen Knoten verspürte, habe ich mich beim Arzt angemeldet, den Termin aber immer wieder verschoben, aus Angst vor der Diagnose. Als ich sicher war, dass es ein Tumor ist und es sogar hieß, man müsse die Brust entfernen, war das ein riesiger Schock. Ich bin 32, noch nicht verheiratet, habe keine Kinder und im Moment auch keinen Partner. Natürlich hat man da Angst, dass man vielleicht niemanden mehr finden wird(...)“

Körperbildveränderungen am Beispiel des Mama CA

Brustkrebs gilt in Deutschland als die häufigste Krebserkrankung bei der Frau

Die Mastektomie, als Therapieoption hat Einfluss auf das Körperbild der Betroffenen und die Lebensqualität

Der Verlust der Brust, als bedeutendes Geschlechtsmerkmal der Frau, kann zu einem Verlust der Identität führen

Folgen sind: Trauer über die entfernte Brust

Verlust des Selbstwertgefühls

Partnerschaften und die Sexualität können darunter leiden

Schamgefühl



Weitere Ursachen für körperliche Veränderungen

Bei Brusterhaltenden Therapien

- Kopfhaarverlust und Verlust weiterer Körperhaare
- Hautveränderungen, wie z.B. Verfärbungen der Haut, Hautausschläge, Verfärbungen und Veränderungen der Nägel
- Volumenverlust an der Brust sowie Verfärbungen bei Strahlentherapie
- Gewichts zu- oder Abnahme
- Sexuelle Beeinträchtigungen durch Libidoverlust, typische Symptome der Wechseljahre treten auf
- Lymphödeme nach axillärer Lymphknotenentfernung
- Schmerzen, vor allem Knochenschmerzen bei oralen Medikamenten

Kältekappe gegen Haarausfall bei Chemotherapie



Veränderungen der Nägel





Körperassoziierte Interventionsmaßnahmen

- Beginnt präoperativ mit der Vorbereitung auf ein verändertes Aussehen
- Idealerweise sind Aufklärungsgespräche multiprofessionell angelegt, d.h. Breast Care Nurse oder onkologische Fachpflegekräfte sind von Beginn an involviert
- Die Bedeutung des Körperbildes jeder einzelnen Frau sollte im Vorfeld erfragt werden
- Offenheit und Ehrlichkeit der Operateure zu Auswirkungen der Operation auf das Körperbild

Die Bedeutung des Körperbildes jeder einzelnen Frau sollte im Vorfeld erfragt werden

Aufgabe: Formulieren sie Fragen, die ein Gespräch erleichtern können

Gruppenarbeit: 20 min., 5 Gruppen

Auswertung im Plenum

Was unterstützt die Betroffenen?

- vertrauensvolle Beziehung aufbauen
- Sprachlosigkeit aushalten/
- warten können Wünsche und Bedürfnisse wahrnehmen
- ansprechen Beratung anbieten / organisieren
- Hilfen vermitteln
- Trauerprozessen Raum geben...

Was sollten Begleitende mitbringen, um gut begleiten zu können?

- Eigene Leiblichkeit kennen,
- Sensibilität für die Verletzlichkeit in diesem Bereich
- Grenzen und Hemmungen akzeptieren,
- liebevoll annehmen
- Empathie, Akzeptanz, Offenheit, Selbstkongruenz
- Thematisierung im eigenen Team (Enttabuisierung)
- Bewusstsein für die eigene Rolle entwickeln
- Humor haben- an den richtigen Stellen

<https://www.youtube.com/watch?v=tLdn7mUkdyl>



Quellen

https://reposit.haw-hamburg.de/bitstream/20.500.12738/9157/1/2019Buerger_Charlotte_BA.pdf

Körperbild und Körperbildstörungen, Handbuch für Pflege- und Gesundheitsberufe, Andreas Uschok (Hrsg.)