

Rolf Verres

Die Kunst zu leben

Krebsrisiko und Psyche

T)



Piper
München Zürich

Mb-OOfe

Inhaltsverzeichnis

i. Krebswelten im Kopf—Aufklärung als Orientierungshilfe und als Verunsicherung	9
Wir brauchen ein neues Verständnis der ärztlichen Aufklärung	11
Jeden Morgen frisch auf den Tisch: Für 50 Pfennig <i>Aids</i> und Krebs.	24
2. Unheil-Kunde: Was ist Krebs?	27
Eine Störung der Ordnung des Lebens	28
Deutungen und Phantasien von »Laien«.	34
3. Die Angst als ein Zugang zum Leben	41
»Wer sich fürchtet, kriegt's gerade ?«	42
Die Schwierigkeit, miteinander über Angst zu reden	47
4. Spekulationen über die Ursachen	51
Gedanken zur »Krebsumwelt«.	56
»Zu wenig Körpergefühl und so«.	60

5. Gibt es eine »Krebspersönlichkeit«?	66
Die Suche nach psychosozialen Risikofaktoren	6j
Fritz Zorn: »Natürlich habe ich auch Krebs«	69
Ungelöste Probleme der Forschung	71
Ein neues Forschungsprogramm:	
Psychoneuroimmunologie	74
 6. Leben ist lebensgefährlich: Kann ich mich vor Krebs schützen?	79
Die Schadstoffe der Woche	83
»Essen muß man ja irgendwas, nicht?«	85
 7. Genießen und bewußt »sündigen«: Die Lust am Risiko	94
Selbstbestimmung oder arztgerechtes Gesundheits- verhalten : ein Widerspruch ?	98
Risikobereitschaft und Faszination	100
 8. Früherkennung: Gut gemeint, aber.	105
Sinn und Nutzen der Krebs-Früherkennung	106
Ruhiger leben mit Krebs-Früherkennung oder mit »Krebs-Späterkennung«?	107
Die unerbetene Konfrontation mit Krebs	110
Früherkennung und Ethik	111
Rationales Denken und intuitives Erleben	113
»Jeder kann mit seinem Körper machen, was er will«	116
Neuere Entwicklungen	118

9- Beachtung von Warnzeichen des Körpers: »Hysterische« Selbstquälerei oder Ausdruck von Lebenslust?120
Die Selbstuntersuchung der Brust121
Weitere Möglichkeiten der Eigendiagnostik.123
Loblied auf den Hypochonder: »Der Krauterer wird ziemlich alt!«125
Ich lebe mit meinem Körper im Einklang — was bedeutet das ?127
10. Das Konzept der geteilten Verantwortung130
Die Angst vor den »Mühlen der Medizin«131
Die Verdrängung der Sprache durch die High-Tech-Medizin.	x33«
Zwanzig Minuten vor dem Tod noch Krankengymnastik?134
Selbstkritik von Ärzten.135
Helfen kann wichtiger sein als Heilen.139
Eine Charta der Patienten-Rechte.142
11. »Erst durch die Krankheit bin ich aufgewacht«: Wird das Leben intensiver durch die Krankheit?145
Die Suche nach dem Sinn.147
Verzweiflung und Selbsterkenntnis.153
12. Der Aussteiger: Professor Noll und die drei Abende am Nil155
»Sinn-Oasen«158
Anpassung, Verweigerung und Autonomie.159

13. Die gläserne Wand	165
»Ich habe gedacht: er schläft...«	168
Das Streben nach einer gerechten Welt	174
14. Offenheit und Dankbarkeit	177
Aufklärung aller Beteiligten als Voraussetzung echter Hoffnung	183
Selbsthilfegruppen	187
Muß Dankbarkeit immer ausgedrückt werden ?	189
15. Krebstherapie und »Lebensqualität«	191
Was ist das: Lebensqualität?	191
Aggressive oder sanfte Therapie	198
Dreistufenplan zur individuellen Schmerztherapie	200
Stärkung des Lebenswillens	202
16. Psychoonkologie:	
Eine neue Politik gegen die Krebsangst	205
Wechselwirkungen zwischen Nachsorge und Vorsorge	206
Künftige Aufgaben der Psychoonkologie	208
17. Zukunftsmusik: Forschung und Lebenskunst	213
Wie entsteht Gesundheit ?	218
Was haben Kunst und Musik mit Medizin und Gesundheit zu tun ?	220
Das eigene Leben als ein Gesamtkunstwerk gestalten	223
Literaturverzeichnis	228