



Checkliste für Angehörige von Krebspatienten

Zum Abhaken – Seite 1 von 2 – als Ergänzung zum Patientenleitfaden

1. Sofort nach der Diagnose

- Ruhe bewahren – auch für sich selbst
- Den Betroffenen aktiv zuhören, nicht drängen
- Keine Ratschläge aufzwingen
- Fragen stellen: Was brauchst du gerade?
- Eigene Reaktion und Gefühle zulassen
- Informationen gemeinsam sammeln

2. Arzttermine begleiten

- Fragen für das Gespräch vorab notieren
- Mitschreiben oder Aufnahme anfragen
- Diagnose und Therapieplan verstehen helfen
- Zweitmeinung gemeinsam recherchieren
- Befunde und Arztbriefe gemeinsam aufbewahren

3. Alltag organisieren

- Haushalt und Besorgungen übernehmen
- Mahlzeiten planen und vorbereiten
- Fahrten zu Terminen organisieren
- Kinderbetreuung regeln falls nötig
- Aufgaben im Freundes- und Familienkreis verteilen
- Hilfe annehmen und koordinieren

4. Kommunikation im Umfeld

- Mit dem Betroffenen absprechen: Wer wird informiert?
- Familie und Freunde koordiniert informieren
- Arbeitgeber des Betroffenen falls nötig einbeziehen
- Kinder altersgerecht informieren
- Grenzen des Betroffenen kommunizieren



Checkliste für Angehörige von Krebspatienten

Zum Abhaken – Seite 2 von 2 – als Ergänzung zum Patientenleitfaden

5. Emotionale Unterstützung

- Präsenz zeigen – da sein ohne Druck
- Schweigen aushalten können
- Nicht bagatellisieren oder positiv überreden
- Eigene Ängste nicht auf den Betroffenen projizieren
- Gefühle des Betroffenen ernst nehmen
- Professionelle Hilfe ansprechen wenn nötig

6. Selbstfürsorge als Angehöriger

- Eigene Belastung wahrnehmen und ernst nehmen
- Angehörigenberatung in Anspruch nehmen
- Austausch mit anderen Angehörigen suchen
- Eigene Auszeiten einplanen ohne schlechtes Gewissen
- Psychologische Unterstützung bei Bedarf
- Eigene Gesundheit nicht vernachlässigen

7. Finanzielles und Rechtliches

- Pflegeleistungen und -geld prüfen
- Pflegezeit- und Familienpflegezeitgesetz prüfen
- Freistellung vom Arbeitgeber anfragen
- Vollmachten und Verfügungen des Betroffenen kennen
- Sozialberatung gemeinsam aufsuchen

8. Langfristige Begleitung

- Regelmässige Nachsorgetermine begleiten
- Veränderungen im Befinden aufmerksam wahrnehmen
- Rückfall-Symptome kennen und ansprechen
- Gemeinsam neue Normalität finden
- Fachkräfte auf Holistic Sanitas nutzen
- Langzeitunterstützung aktiv einfordern