

Lebensmut statt Kapitulation

Die Selbsthilfegruppe „Frauen nach Krebs“ ist für viele Erkrankte ein Ankerpunkt.

Von Iris Antelmann

Braunschweig. Todesangst – Uta Blankenburg weiß genau, wie sie sich anfühlt. Wie es ist, der hässlichen Fratze Tod ins Gesicht zu blicken. Mit bereits 45 Jahren. Das zuvor Unvorstellbare kam im Jahr 2007 mit der Diagnose ihres Arztes: Krebs in beiden Brüsten.

Heute, sieben Jahre später, lacht die Braunschweigerin ein Lachen, wie es vielleicht nur Menschen können, die schon einmal am Abgrund standen. Es ist ein gewinnbringendes, ansteckendes Lachen – die 52-Jährige strahlt unbändige Lebenslust und Zuversicht aus. „Ich habe dem Krebs die lange Nase gezeigt“, sagt sie kämpferisch.

Damals, im Oktober 2007, wurden Karzinome in beiden Brüsten festgestellt. Schnell stand fest: Nur eine Amputation würde eine weitere Ausbreitung der Krankheit stoppen können. Nach sieben Monaten Chemotherapie bekam Uta Blankenburg Implantate.

Inzwischen gilt die 52-Jährige als geheilt, nur noch alle zwei Jahre muss sie zur Nachsorge. Zwar ist sie nicht mehr so belastbar wie vor der Erkrankung,

„manchmal komme ich mir vor wie eine alte Frau“. Aber unter dem Strich fühlt sich die Braunschweigerin gut – dabei vergisst sie nie das Gefühl von damals. „Die Diagnose zog mir den Boden unter den Füßen weg. Es war die Selbsthilfegruppe, die dafür gesorgt hat, dass ich nie kapituliert habe.“ Die Gespräche unter Gleichgesinnten in der Gruppe „Frauen nach Krebs“ haben sie über Wasser gehalten, ihr neuen Lebensmut gegeben.

Die Selbsthilfegruppe als Ankerpunkt – auch Renate Hey hat das erlebt. „Die Gruppe hat mich aufgefangen“, sagt die heute 75-Jährige. Als sie Ende 2005 die Diagnose Krebs bekam, stand auch sie Todesängste aus. „Das Wort Krebs konnte ich zunächst nicht



Sie haben dem Krebs den Kampf angesagt (von links): Renate Hey, Uta Blankenburg und Lydia Lauer. Foto: Iris Antelmann

aussprechen, denn die Krankheit war für mich gleichbedeutend mit dem Tod.“

Auch Renate Hey hatte Brustkrebs – im Laufe der Untersuchungen wurde dann festgestellt, dass auch die

Leber und Knochen Metastasen aufwiesen. Nach erfolgreicher Chemotherapie und diagnostizierter Heilung dann die

neuerliche schockierende Nachricht vor vier Jahren: wieder Brustkrebs. Doch auch dieses Mal konnte der Krankheit der Garaus gemacht werden. „Ich habe dem Krebs in jeder Weise den Kampf angesagt“, sagt Renate Hey mit fester Stimme. Dabei setzt sie vor allem auf anthroposophische Behandlungen und gesunde Lebensweise.

Todesangst, wie sie Uta Blankenburg und Renate Hey erfahren, hat Lydia Lauer trotz ihrer schweren Krebserkrankung nicht erlebt. „Komischerweise bin ich in kein Loch gefallen. Ich habe mich

selbst gewundert“, sagt die 55-Jährige. 1999 wurde ein Karzinom in einer Niere entdeckt. Nach erfolgreicher Operation und der Hoffnung auf vollständige Heilung ertastete Lydia Lauer im Jahr 2008 einen Knoten in der Brust – wieder Krebs, wieder Operation sowie anschließende Bestrahlung.

„Im letzten Jahr hatte ich dann das Gefühl, dass im Bauchraum etwas nicht stimmt.“ Tatsächlich wurde ein vergrößerter Lymphknoten in Höhe der Bauchspeicheldrüse entdeckt, ein neuerli-

cher Eingriff war unumgänglich, um die Metastase des Nierenzellkarzinoms zu entfernen.

Bereits nach der Brustkrebsdiagnose schloss sich Lydia Lauer der Selbsthilfegruppe an. „Ich wollte wissen, ob das, was ich fühlte, normal ist. Ich wollte für mich die Symptome relativieren können.“ Die richtige Entscheidung, wie sie schnell feststellte, denn unter Gleichgesinnten fühlt sie sich am besten aufgehoben. Inzwischen engagiert sie sich gar als Leiterin der Gruppe.

■ DIE SELBSTHILFEGRUPPE

Frauenselbsthilfe nach Krebs – Landesverband Niedersachsen/Bremen, Gruppe Braunschweiger Region – Erfahrungsaustausch der Erkrankten und ihrer Angehörigen. Krankheits-spezifische Gespräche finden ebenso statt wie Gespräche allgemeiner Art. Die Krebsarten sind unterschiedlichster Natur.

Treffen: jeden zweiten Mittwoch des Monats, 18 bis 20 Uhr

in der DRK-Begegnungsstätte „Am Wasserturm“, Hochstr.13.

Kontakt: Lydia Lauer, ☎ (0531) 7 75 25, E-Mail: lydia-lauer@web.de, Internet www.frauenselbsthilfe.de sowie KIBiS (Kontakt, Information und Beratung im Selbsthilfebereich): ☎ (0531) 4 80 79 20, E-Mail: kibis@paritaetischer-bs.de. Im Internet: www.selbsthilfe-braunschweig.de

DREI FRAGEN AN



Dr. Oliver Marschal (50), Facharzt für Innere Medizin, Medikamentöse Tumortherapie, Palliativmedizin und Ernährungsmedizin. Foto: privat

Vorsorge ist ein wichtiger Faktor

1 Welche Faktoren steigern das Risiko, an Krebs zu erkranken?

Allgemein ist sicher bekannt, dass Nikotin- und Alkoholkonsum krebserregend sind. Darüber hinaus spielen Übergewicht und Bewegungsmangel eine große Rolle. Ein hoher Konsum an Geräuchertem, Gepökeltm, Ge-grilltem steigert ebenfalls das Risiko.

2 Welche Themen liegen Ihnen in Bezug auf eine Krebserkrankung besonders am Herzen?

Zunächst der Bereich Vorsorge. Die regelmäßige Teilnahme an anerkannten Vorsorgeprogrammen ist in meinen Augen wichtig, um Tumorerkrankungen in einem möglichst frühen Stadium zu entdecken, da zu einem solchen Zeitpunkt die Behandlungserfolge größer sind. Darüber hinaus das Thema Lebensqualität unter palliativen Therapien. Hierbei bedarf es einer vertrauensvollen und offenen Gesprächsatmosphäre zwischen Patienten und Behandelnden. Große Bedeutung hat das viel zu wenig beachtete Thema Mangelernährung und sehr starke Abmagerung (Kachexie) im Verlauf einer Krebserkrankung. Der Ernährungsstatus des Patienten bestimmt in hohem Maße dessen Lebensqualität und -prognose.

3 Sind psychotherapeutische Begleittherapien in jedem Falle sinnvoll?

Uneingeschränkt ja, wenn der Patient dazu bereit ist. Auch eine umfassende Betreuung der gesamten Familie ist oft sehr hilfreich und notwendig. Leider fällt es manchmal schwer, einen Termin gerade bei akuten Ereignissen zu bekommen.

Selbsthilfe