

Diagnose Brustkrebs: „Wir wollen alle nur leben“

Zwei Frauen teilen ihre Erfahrungen. Von Ängsten, Wut, Kampfgeist und dauerhaften Veränderungen

Nina Stratmann

Brustkrebs. Eine Diagnose, die nicht nur den Körper trifft, sondern das ganze Sein erschüttert. Die Angst, die Hoffnung, die hilflose Wut, die tiefe Erschöpfung, die innere Einsamkeit. „Du bist nicht mehr der Mensch, der du vorher warst“, sagt Andrea Lorenz. „Ich bin sensibler geworden, aber auch stark.“ Von dieser Stärke gibt sie jetzt anderen Frauen ab. Zusammen mit Leiterin Susanne Müller engagiert sich Andrea Lorenz im fünfköpfigen Team der ehrenamtlichen Patientinneninitiative „Impuls“. Zwei Frauen, die sehr unterschiedlich mit ihrer Brustkrebserkrankung umgehen.

Andrea Lorenz berichtet: „Zu Beginn und besonders während der Erkrankung war die Angst meine zentrale Emotion. Immer wieder der Gedanke, ob das nun mein Leben war und ob der Krebs mein Leben jetzt beendet. Ich fühlte mich wie in einer Bubble, 1000 Dinge gingen mir durch den Kopf.“ Und immer wieder dies: Das kann doch gar nicht sein.

Konnte es aber. 52 Jahre alt war Andrea Lorenz bei der Diagnose, die sie Ende 2020 erhielt: zwei Tumore in der rechten Brust. Schon im Spätsommer hatte sie das Gefühl nicht losgelassen, dass etwas mit ihrem Körper nicht stimmte. Sie hatte einen Krebsvorsorgetermin absagen müssen, und beim nächsten entdeckte ihr Gynäkologe etwas Auffälliges.

Das Warten auf die Befunde

Mammographie, Tastdiagnose, Stanzbiopsie; dann die Untersuchungen, um zu klären, ob der Krebs schon gestreut hat. Leber, Lunge und Knochen sucht er sich dazu vorzugsweise aus. „Nach der Knochenzintigrafie übermannte mich die Panik. Das Warten auf die Befunde und diese Ungewissheit, dass die Ärzte noch etwas Weiteres gefunden haben könnten, haben mich intuitiv dazu bewegt, das Wartezimmer zu verlassen.“ Damals war die Pandemie in ihrer Hochphase und die Bottroperin konnte keine Begleitung zu ihren Untersuchungen mitnehmen. „Draußen hat mein Mann mich dazu gebracht, wieder hineinzugehen.“

Im Januar 2021 war die OP angesetzt; immer noch durfte kein Besuch auf die Station. „Ich weiß noch genau, wie ich im Krankenhaus mit dem Telefon am Fenster gestanden habe. Meine Tochter, damals 21 Jahre alt, stand ebenfalls mit Telefon bei strömendem Regen im Hinterhof des Krankenhauses.“ Das war der einzige persönliche Kontakt mit der Familie. „Das Alleinsein mit mir selbst und meinen Gedanken war schwer.“ Sehr gutgetan habe ihr im Krankenhaus der Beistand einer Psychologin.

Bei der OP wurden die beiden Tumore und acht Lymphen entfernt, „drei waren gefallen“. Dann die Bestrahlung. „Mein erster Gedanke war: zum Glück keine Chemo. Eigentlich hatte ich nicht so viel Angst vor einer Bestrahlung.“ Doch das sei nur Unwissenheit gewesen, weiß Andrea Lorenz heute. „Müdigkeit, Übelkeit und Energielosigkeit waren meine täglichen Begleiter.“ Tatsächlich wurden die sechs Wochen zur extremen Belastung, zumal noch Herausforderungen im privaten Umfeld dazu kamen.

Menschlich hat Andrea Lorenz sehr unterschiedliche Erfahrungen gemacht. Da war „die wunderbare Ärztin, die meine Angst sehr ernst genommen hat“ ebenso wie der



Susanne Müller (links) und Andrea Lorenz sind sich einig: Die Diagnose Brustkrebs verändert das ganze Leben. MICHAEL KORTE/FUNKLE FOTO SERVICES

„Radiologe, dem jede Empathie fehlte“. Belastend empfand sie auch viele Reaktionen aus ihrem Umfeld; im Bekanntenkreis fehlt bis heute das Verständnis für ihre Situation. Oft hörte sie, sie habe ja „nur eine Bestrahlung“ bekommen, keine Chemotherapie.

Was körperlich bleibt – die Prognose ist insgesamt positiv – sind die Nebenwirkungen der Hormontherapie plus der Knochenstärkenden Bisphosphonattherapie. Weil ein sogenannter hormonrezeptor-positiver Brustkrebs diagnostiziert wurde – die Krebszellen ernähren sich dabei von Sexualhormonen –, startete Andrea Lorenz mit einer Antihormontherapie, die noch andauert. Die Nebenwirkungen, die sie

beschreibt, sind sprunghaft und teilweise chronisch: von Gelenkschmerzen über Arthrose bis hin zum Fatigue-Syndrom.

„Es ist nichts mehr wie vorher“, sagt auch Susanne Müller, die mit 44 Jahren an Brustkrebs erkrankte. Jetzt, vier Jahre später, wird ihr weiterhin alle vier Wochen ein Antihormon gespritzt. Sie kennt es auch: die Steifheit, die sie aber mit Sport gut in den Griff bekommt, die Knochenschmerzen, auch Schlaflosigkeit.

Insgesamt stellt Susanne Müller fest: „Ich bin nicht mehr so belastbar wie früher. Ich war immer ein sehr sportlicher Mensch. Doch an meine früheren Leistungen komme ich nicht mehr heran.“

Auf der anderen Seite habe die Erfahrung der Krebserkrankung, die sie gut überstanden hat, sie persönlich verändert. Anders als die stark von Ängsten geplagte Andrea Lorenz habe sie anfangs eine Grundwut in sich gehabt, die Diagnose Brustkrebs quasi als Frechheit empfunden. Von anderen Patientinnen grenzte sie sich innerlich ab. Im Laufe der Therapie sei sie weicher geworden, empathischer, sensibler, toleranter. „Wir sitzen alle in einem Boot. Wir wollen alle nur leben.“

Susanne Müller ist OPSchwester und als solche beruflich erfahren mit Brustkrebspatientinnen. „Ich glaube zu wissen, was die Diagnose bedeutet.“ Im Bereitschaftsdienst auf der Arbeit hatte sie 2019 einen

Knoten in der Brust selbst ertastet, ging aber erst drei Wochen später damit zum Arzt. „Ich war sicher, das ist nur eine hormonelle Sache, wollte erstmal meinen Zyklus abwarten“, erzählt Susanne Müller.

Sofort im Modus Wut

Der Gynäkologe beruhigte sie auch zunächst, im Ultraschall sehe der Knoten nicht schlimm aus. Und doch ergaben die weiteren Untersuchungen ein Mammakarzinom. Immer noch konnte, wollte sie es nicht glauben. „Ich hatte das Gefühl, die sprechen gar nicht über mich. Ich war sofort im Modus Wut, ging in den Angriff über.“ Der Arzt taugte nicht, die Proben wurden doch bestimmt vertauscht. Wurden sie nicht.

„Ich brauchte eine Chemotherapie“, berichtet Susanne Müller. Sie wusste, dass die schlimm wird. „Aber ich dachte: Ich bin sportlich, ich ernähre mich gut, ich bin nicht wehleidig – ich schaffe das.“ Doch das Gift wütete in ihrem Körper. Susanne Müller spricht von einer unbeschreiblichen Übelkeit, Kopfschmerzen, Geruchsempfindlichkeit, Brainfog. 16 Zyklen Chemotherapie waren es insgesamt. Die ersten vier mit einem Kombiwirkstoff waren die schlimmsten; die zwölf Folgenden vertrug sie viel besser. Wenn es zwischendurch ging, machte sie Sport. „Ich hatte ein großes Ziel: Ich wollte nach der Chemo zum Wanderurlaub nach Tirol. Und vier Tage nach der letzten Chemo war ich in den Bergen.“

Brusterhaltende OP und Strahlentherapie waren im Vergleich zur Chemo für die heute 49-jährige gut verkraftbar. „13 Monate war ich krank. Danach habe ich wieder Vollzeit gearbeitet.“ Ganz wichtig für ihre Genesung, betont sie, sei die „liebvolle Unterstützung“ von Familie und Freunden gewesen.

Beide Frauen konnten sich zunächst nicht vorstellen, dass die Patientinneninitiative „Impuls“, angesiedelt im Verwaltungsgebäude am Marienhospital, etwas für sie wäre. Beide fanden über die dort angebotenen Yoga-Kurse Zugang - und engagieren sich heute im Team mit Sandra Molitor, Elke Brockhoff und Marion Weckelmann für andere Frauen. Denn sie wissen nur zu gut: Die Diagnose Brustkrebs erschüttert das ganze Sein. Aber jede Frau findet ihren Weg.

Unterstützung für betroffene Frauen

Die Initiative Impuls bietet Bewegung, Begegnung und Information

Vor rund einem Jahr hat Susanne Müller die Leitung der Brustkrebs-Patientinneninitiative Impuls übernommen. Diese ist 2013 entstanden aus einer Yogagruppe, federführend war lange Annette Gertdenken. Professor Dr. Hans-Christian Kolberg, Chefarzt der Frauenklinik am Marienhospital, unterstützt die Initiative. Er formuliert fürs Brust- und Genitalkrebszentrum am MHB nämlich diesen Anspruch: „Über all den anstrengenden Therapien, die wir unseren Patientinnen zumuten müssen, soll das Wiederfinden des inneren Gleichgewichts in dieser bedrohlichen Situation nicht zu kurz kommen.“

Neben regelmäßigen Yoga-Kursen, Shibashi- und Entspannungsangeboten ist das Impuls-Café ein zentraler Programmpunkt. Es ist ein Angebot von Patientinnen für Patientinnen, zum Organisationsteam gehören neben Susanne Müller auch Andrea Lorenz, Elke Brockhoff, Sandra Molitor und Marion Weckelmann. Bei Kaffee, Kuchen und anderen selbst gemachten Leckereien können die Frauen einfach mal abschalten, miteinander quatschen oder auch Rat und Anregungen finden. Das Team hat die Räume so gestaltet, dass man sich in ihnen sofort wohlfühlt. Dafür sorgen warme

Farben, Bilder, Kerzen, Pflanzen.

„Es ist nicht so, dass wir die ganze Zeit über Krebs sprechen“, sagt Andrea Lorenz. „Es wird auch viel gelacht.“ Gleichzeitig könne jede Frau ihre Fragen und Probleme einbringen, bei Bedarf gibt es die Möglichkeit, sich zu zweit in einen Besprechungsraum zurückzuziehen. „Wir haben alles das Gleiche durchgemacht. Jede weiß, wovon die andere redet.“

Das Café Impuls öffnet jeden zweiten Montag im Monat von 17 bis 19 Uhr (Wintermonate: 15 bis 17 Uhr). Alle Impuls-Räumlichkeiten befinden sich auf der Rückseite des MHB-Verwaltungsgebäudes an der Josef-Albers-Straße 70. Erreichbar ist dieses über die

Einfahrt links neben dem Krankenhaus-Haupteingang. Schilder weisen auf dem Gelände den Weg zu „Impuls“.

Eng kooperiert die Patientinneninitiative auch mit dem Verein Frauenselbsthilfe nach Krebs. Zu den Gemeinschaftsprojekten zählen fachliche Vorträge sowie Seminare wie Kunsttherapeutisches Malen oder Faszientraining. *nig*

Fragen zur Initiative beantwortet Susanne Müller per E-Mail an cleo1974@gmx.net oder unter 0173 568 4969. Infos und den Impuls-Flyer gibt es zum Download auf www.mhb-bottrop.de, Rubrik „Service“.



Das Team der Brustkrebspatientinnen-Initiative Impuls (v.l.): Elke Brockhoff, Andrea Lorenz, Susanne Müller, Marion Weckelmann. Auf dem Bild fehlt Sandra Molitor. THOMAS GÖDDE/FFS

Chillday: Modenschau, Musik, Vorträge

Veranstaltung des Netzwerks Powerfrauen am Sonntag

Rund 160 Unternehmerinnen aus Bottrop und Umgebung zählt das 2019 gegründete Netzwerk Powerfrauen Bottrop inzwischen. Sie möchten gemeinsam etwas bewegen. Zum Beispiel beim „Chillday 2023“: Die Veranstaltung am Sonntag, 17. September, von 11 bis 18 Uhr im Hotel Chillten (Gungstraße 3) ist für die ganze Familie gedacht. Spaß und Unterhaltung werden dabei mit einem guten Zweck kombiniert. Der Eintritt ist frei.

Bürgermeisterin Monika Budke läutet als Schirmherrin den „Chillday“ um 11 Uhr ein. Anschließend eröffnen die Powerfrauen ihre Messestände und gestalten das Programm. Dazu zählen eine Modenschau, Livemusik, Bustouren zum Tetraeder, Vorträge und Lesungen, Kurse in Entspannung und Selbstverteidigung.

Extra-Programm für Kinder

Für Kinder gibt es ein Animationsprogramm und eine Hüpfburg. Der Wunschzauberer-Verein ist zu Besuch und hofft auf Unterstützung bei einem sozialen Projekt (Anschaffung einer Nestschaukel). Die Powerfrauen selbst haben die Aktion „Nachbarschaftshilfe - Unterstützung einer älteren Dame in Not, die dringend Hilfe benötigt“ ins Leben gerufen. Der Erlös des Kuchenbuffets, gesponsert von den Powerfrauen, geht zu 100 Prozent an diese Aktion.

Zum Abschluss des Tages, um 17 Uhr, moderieren Piet und Alex (Bottcast) die Verlosung der Powerfrauen-Rallye.

Das komplette Programm gibt es online auf der Seite www.power-frauen-bottrop.de/chillday-2023



Wie schon beim Chillday 2021 wird es auch diesmal eine Modenschau geben. THOMAS GÖDDE/FFS

Starterschmiede bittet zum Online-Workshop

Die Starterschmiede bietet in Zusammenarbeit mit der Hochschule Ruhr-West einen Online-Workshop an. „Gründungsgedanken? Machen Sie den Persönlichkeits- und Business-Check!“ – unter diesem Titel werden Persönlichkeitsmerkmale unter die Lupe genommen. Dabei wird die Frage beantwortet, was es braucht, um erfolgreich ein Unternehmen zu gründen.

Das kostenlose Seminar findet am Donnerstag, 14. September, von 16 bis 19 Uhr statt und bietet mit einem wissenschaftlich anerkannten Persönlichkeitstest spannende Einblicke in das eigene Ich. Außerdem werden Fragen rund um die Themen Finanzierung, Business- und Risikoplan, Marketing, Vertrieb sowie Standortauswahl und Strategieentwicklung beantwortet. Anmeldung per E-Mail an hartmut.foerster@bottrop.de oder telefonisch: 02041 70 47 93.