

Meine Krankheitsgeschichte

Von Eva-Maria Schmolz

Am Anfang war der Schock. Die Reaktion des Arztes, der bei der Mammografie entsetzt mein Röntgenbild anstarrt, ist mehr als beunruhigend. Das bei allen Routineuntersuchungen immer wieder gefürchtete Ergebnis – jetzt ist es da! „Brustkrebs“ liegt in der Luft, noch nicht endgültig, man braucht zur Sicherheit eine Gewebeuntersuchung. Kolleginnen trösten mich, man muss ja nicht gleich mit dem Schlimmsten rechnen. Ich lenke mich ab. Es ist kurz vor Weihnachten. Doch immer wieder stelle ich mir vor, was wäre wenn... , nicht auszudenken. Ich bin Lehrerin und habe im Moment eine erste Klasse. Ich darf doch jetzt nicht krank werden. Nach einer endlosen Woche bin ich morgens im Krankenhaus zur Biopsie. Der Professor sieht den Tumor im Ultraschall: „In ihrem Fall würden wir mit der Chemotherapie beginnen, um den Tumor zu verkleinern!“ Also doch! Es kommt mir vor, als würde mir der Boden unter den Füßen entzogen. Der Arzt entnimmt mit einer Stanze einige Gewebeproben, um festzustellen, ob der Tumor bösartig ist. Am Nachmittag ist unsere große Schulweihnachtsfeier in der Kirche. Meine Erstklässler tragen ihre Gedichte vor. Sie sind goldig. Mit den Flötenkindern führe ich die geübten Stücke vor. Alles klappt wie am Schnürchen, ich funktioniere noch. Nur wenige Kolleginnen wissen bisher Bescheid. Am nächsten Tag das Ergebnis: „Sie haben Brustkrebs!“ Ich kann es einfach nicht glauben. Bestimmt wache ich irgendwann auf und alles war nur ein böser Traum. Doch es ist Realität. Das merke ich gleich an den vielen Untersuchungen, die nun folgen. Alles überschlägt sich. Im Krankenhaus werden währenddessen Christbäume geschmückt. Eine Schwester klagt, dass ihr Baum so ungleich ist, an einer Seite fehlt ein Ast. Vielleicht fehlt mir auch bald eine Brust, denke ich, so ist die Natur eben. Ich übe mich schon mal im Warten. Inzwischen spüre ich so gut wie jeden Körperteil. Wahrscheinlich ist alles voller Metastasen. Aber nein, Knochen, Lunge Leber, Herz und Nieren sind in Ordnung, Gott sei Dank. In der Schule habe ich inzwischen Abschied genommen von meinen süßen Erstklässlern und von meinem Kollegium. Für wie lange? Vielleicht ein halbes Jahr oder sogar ein ganzes? Es hat mir fast das Herz zerrissen. Viele Tränen fließen. Der Schock ist groß, es ist einfach nicht zu fassen. Von einem Tag auf den anderen soll ich plötzlich schwer krank sein?

Über die Weihnachtstage werde ich ruhiger. Allmählich gelingt es mir, meine Krankheit zu verinnerlichen. Morgens wache ich auf und mein erster Gedanke ist, ich habe Brustkrebs, ich bin es wirklich. Ich beginne es zu akzeptieren, das ist jetzt mein Weg. Das ist eine Herausforderung für mich, ich muss mich ihr stellen und ich werde es schaffen! Trotz allem was ich auf mich zukommen sehe, bin ich hoffnungsvoll und zuversichtlich.

Zu Weihnachten hatte ich allen Verwandten und Freunden einen Brief geschickt, in dem ich sie über meine Krankheit informierte. Jetzt treffen die Reaktionen ein in Form von Mut machenden Briefen, Päckchen oder unzähligen Anrufen. Tapfer gebe ich Auskunft und stelle mich der Situation. Es tut mir gut, soviel Anteilnahme zu erleben und ich rede mir meine Ängste von der Seele. Die Weihnachtsbotschaft enthält Trost für mich: Jesus ist gerade für die Menschen zur Welt gekommen, die Hilfe brauchen, denen es schlecht geht.

An Weihnachten ereignet sich in diesem Jahr die große Tsunami-Katastrophe. Die öffentliche Fröhlichkeit ist zu Ende. Dies entspricht auch meinem eigenen Gemütszustand. Doch welcher Kontrast: Tausende von Menschenleben werden auf einen Schlag vernichtet und was wird zur Wiederherstellung meiner Gesundheit alles unternommen!

Anfang Januar beginnt die Behandlung. Endlich, ich kann es kaum erwarten bis es losgeht. Der Krebs soll aufhören zu wachsen! Eine Bekannte, die selbst vor fünf Jahren Brustkrebs

hatte, sagte mir und ich kann dies bestätigen: Die schlimmste Zeit ist die Zeit zwischen dem Verdacht, der Diagnose und dem Behandlungsbeginn. Danach stellt sich das Gefühl ein, dass etwas für meine Heilung getan wird, jetzt kann ich sogar selbst aktiv werden.

Da ich einen großen Tumor habe, wird mit der Chemotherapie begonnen. Ziel ist, dass sich der Tumor verkleinert, damit Brust erhaltend operiert werden kann. Bei dem vorausgehenden Aufklärungsgespräch über die Nebenwirkungen der Chemotherapie wird mir ganz elend zumute. Es müsse zwar nicht alles eintreffen, aber Haarausfall sei bei dieser Art von Chemotherapie vorprogrammiert, versicherte mir die Ärztin. Ich hatte mir auch schon gleich zu Beginn eine schicke Perücke ausgesucht, um für alle Eventualitäten gewappnet zu sein. Diese Strategie habe ich im übrigen immer wieder angewendet: Der Gefahr ins Auge blicken, dann verliere ich die Angst davor. Das Wissen, dass ich mit dieser Perücke gut aussehen würde und die Haare ja sowieso wieder nachwachsen, ließ mich den Schrecken auslösenden Haarausfall relativ gelassen verkraften.

Die Chemotherapie sah folgendermaßen aus:

Ich bekam mit zwei anderen Frauen zusammen in einem speziellen Therapieraum im Krankenhaus drei verschiedene Infusionen (FEC) innerhalb von drei Stunden. Wir wurden von einer ausgesprochen einfühlsamen „Chemofrau“ und von einer Ärztin betreut. Insgesamt bekam ich sechs Chemozyklen von Januar bis April im Abstand von drei Wochen. Davor und danach wurde jeweils das Blutbild kontrolliert. Ich hatte immer optimale Blutwerte. Weder die Leukozyten noch die roten Blutkörperchen sanken in den Keller. Die „Chemofrau“ vermochte es, eine entspannte, angenehme Atmosphäre zu schaffen, sodass ich vor den Sitzungen überhaupt keine Angst hatte. Zudem stellte ich fest, dass die meisten der erwarteten Nebenwirkungen ausblieben. Am Tag der Behandlung ging ich immer noch einkaufen, aß etwas Leichtes, das mein Mann gekocht hatte und legte mich dann hin. Die drei Tage danach war ich, Dank der „Gegenmittel“ topfit. Ich unternahm große Spaziergänge, besuchte Feste und nahm an einigen Geburtstagsfeiern teil. Außerdem wurde ich mit Komplimenten über mein gutes Aussehen (mit Perücke) richtig überhäuft. Lediglich an den 3-5 folgenden Tagen, an denen ich keine Medikamente nahm, war ich etwas schlapp und nicht sehr unternehmungslustig. In der dritten Woche fühlte ich mich fast wie normal, bis dann der nächste Zyklus kam. Um meine Befindlichkeit zu verbessern, nahm ich auf Anraten des Hausarztes von Anfang an Selen und lernte mir selbst ein Mistelpräparat zu spritzen. Außerdem verschrieb er mir ein Mittel zur Schonung der Magensäure. Auf Zitrusfrüchte, Tomaten und Alkohol verzichtete ich laut Empfehlung einer Broschüre ganz, dagegen stand Obst, Gemüse und Müsli jetzt häufig auf dem Speiseplan. Ich hatte ja Zeit zum Einkaufen und Kochen, und es machte mir Freude mir auszudenken, welche leckeren Fischgerichte ich zubereiten wollte. Leider schmeckte es mir immer so gut, dass ich auch einige Kilos zulegte.

Während der ersten Zeit bekam ich eine ganze Reihe Krebschicksals-Bücher geschenkt und ausgeliehen, die ich alle verschlang. Nicht immer war es aufbauend, wenn ich las, was manche dieser armen Frauen durchmachen mussten. Mein Mann ermahnte mich hin und wieder, ich solle aufhören solche Bücher zu lesen. Sehr ermutigend empfand ich das Buch von Anette Rexrodt von Fircks „... und flüstere mir vom Leben.“ Ich konnte die positive Grundhaltung, die sie vermittelte, auch für mich finden und lebte im Glauben an die Wirkung der Behandlung und im Vertrauen auf die Ärzte, ich fühlte mich in guten Händen. Ich glaubte auch an mich selbst, dass meine Selbstheilungskräfte mobilisiert werden. Nach Simonton versuchte ich während der Therapie meine Konzentration immer wieder auf die betroffene Stelle zu lenken und mir durch Visualisierungsübungen vorzustellen, wie sich der Krebs

aflöst. Schließlich vertiefte sich mein Glaube an Gott so sehr, dass ich ein Gefühl der Geborgenheit erlebte wie ich es mir nie hätte vorstellen können.

Ich wusste ja anfangs nicht, wie meine Krankheit ausgehen würde, ich rechnete, nach dem, was ich mir über meinen Krebs angelesen hatte, auch mit der Möglichkeit, dass ich vielleicht nicht mehr lange zu leben hätte. Und selbst in dieser Situation fühlte ich mich gehalten in Gottes Hand und aufgefangen. Zudem wusste ich von vielen Menschen, die für mich beteten und in Gedanken bei mir waren. Ich bin überzeugt, dass diese Gebete zusammen mit meinem eigenen Ringen um Hilfe die Gelassenheit und Zuversicht bewirkt haben, die mich meine ganze Krankheitszeit hindurch getragen haben.

Wichtig waren für mich auch die Menschen, die mich begleitet haben. Mit meinem Mann habe ich in den ersten Tagen nach der Diagnose viel geweint. Er war genauso betroffen wie ich und hat mit mir gelitten. Mit meinen Brüdern und Verwandten hielt ich telefonisch engen Kontakt, da sie weiter weg wohnen. Mein ältester Bruder hat selbst gerade eine Prostatakrebsbehandlung durch gestanden und war natürlich über meine Krebserkrankung auch sehr schockiert. Seine Worte, dass mir Gott für jeden Schritt die Kraft schenkt, die ich brauche, haben mich immer wieder aufgerichtet. Für die medizinischen Fragen, die sich mir mit fortschreitender Behandlung mehr und mehr stellten, gab es eine Expertin: Die Frau eines Kollegen meines Mannes ist als Ärztin in der Brustkrebsnachsorge tätig. Das war ein echter Glücksfall, denn ich durfte sie jederzeit anrufen, und sie beantwortete alle meine Fragen. Sie schaffte es, mich zu beruhigen, wenn ich verunsichert war und erklärte mir geduldig und ausführlich die Wirkung meiner Therapien. So war mir auch vom medizinischen her so nach und nach das ganze Ausmaß meines Brustkrebses klar geworden und ich konnte die „Wahrheiten“ scheinbarweise verkraften und damit umgehen. Hätte ich von Anfang an alles gewusst, wäre ich vielleicht nicht so hoffnungsvoll in die Therapie gegangen.

Eine große Hilfe waren mir auch die Gespräche mit zwei Bekannten, die selbst Brustkrebs hatten und die mich mit ihren eigenen Erfahrungen sehr ermutigten. Sie sagten mir als Betroffene Dinge, die sonst niemand nachempfinden konnte, der es nicht selbst erlebt hat.

Die Krankheit, die zuerst wie ein riesiger Berg vor mir stand, entwickelte sich zu einem langen Weg mit vielen Etappen. Schritt für Schritt bewältigte ich nun eine Phase nach der anderen. Diejenigen, die den gleichen Weg schon gegangen waren, konnten mir Wegzeichen zeigen. Und es sind viele Frauen, die in ihrem Leben schon Brustkrebs hatten. Immer mehr lernte ich kennen. Zehn Prozent sollen es laut Statistik sein. Auch im Krankenhaus während der Chemotherapie und später kam es zu einem intensiven Erfahrungsaustausch zwischen den kranken Frauen. Ich musste aber aufpassen, dass ich mich emotional nicht zu sehr verausgabte. Wenn ich zu viele Krankenberichte hörte, versuchte ich mich innerlich zu distanzieren, indem ich mir sagte, das ist ein anderer Fall, bei mir muss es nicht so laufen. Schließlich reagiert jeder Mensch anders und jede Frau hat ihren eigenen Brustkrebs, der nie vergleichbar ist. So war es für mich schon während der Chemotherapie eine große Erleichterung, als ich feststellte, dass ich die ganze Behandlung sehr gut vertrug, ohne unter den zahlreichen Beschwerden leiden zu müssen, die viele andere Frauen plagten.

Zu den Menschen, die mir beistanden, zählen in erster Linie auch unsere Nachbarn und Freunde. Eine Karte mit tröstenden Worten im Briefkasten, ein aufbauendes Buch, ein Blumen Gruß, zahlreiche Anrufe von Kolleginnen und Bekannten, all das trug dazu bei, mich zu stärken, sodass ich zuversichtlich nach vorne schauen konnte. Das Mitfühlen und Mitleiden der Menschen in unserer Kirchengemeinde tat mir ebenfalls gut und gab mir das Gefühl, von einem tragfähigen Netz gehalten zu werden.

Gerührt war ich von der Wertschätzung, die ich von den Eltern meiner Schüler und von der ganzen Schule erfuhr. Liebe Briefe meiner Schüler und wohlüberlegte Geschenke zeigten mir, dass ich doch nicht vergessen war, auch wenn ich dies am Anfang manchmal befürchtete.

Während der Chemotherapie fanden einige Ultraschalluntersuchungen statt, um festzustellen, wie die Behandlung anschlägt. Die Ergebnisse waren zunächst nicht so zufrieden stellend, und ich machte mir Sorgen, ob sie überhaupt wirkt. Die Anspannung in dieser Zeit war groß. Ich lebte zwischen Hoffen und Bangen, doch meine positive Einstellung gewann ich immer zurück, auch wenn mich die Ängste manchmal nach unten zogen.

Die große Erleichterung kam nach der letzten Chemotherapie: Der Tumor war um mehr als die Hälfte geschrumpft, jetzt konnte gut operiert werden. Dieses Ergebnis war befreiend, denn das lange Hoffen und Ringen um Heilung hatte sich gelohnt. Nun stand die Operation an. Ich hatte keinerlei Angst. Ich war nur froh, dass es endlich soweit war, dass der Tumor entfernt wurde. Zum ersten Mal in meinem Leben ging ich als Patientin ins Krankenhaus. Wie war es nur möglich, dass ich so ruhig sein konnte? Woher kam diese Sicherheit, diese Gewissheit, alles wird gut? Ich gab mich ganz in die Obhut Gottes und vertraute mich ihm an.

Die Operation verlief planmäßig, doch jetzt begann das zermürende Warten auf den Befund.

Es ging mir aber nach der Operation gleich wieder sehr gut, ich brauchte nicht einmal Schmerzmittel, und das Tollste war, dass sich, obwohl fünf Zentimeter herausgeschnitten wurden, an der Größe der operierten Brust fast nichts verändert hatte. Das Gewebe konnte so verschoben werden, dass man eigentlich kaum etwas sah. Ich war total begeistert. Eine tolle Operationsleistung des Professors und wie mir später von einigen Ärzten bestätigt wurde, ein absolut gutes kosmetisches Ergebnis. Aber noch wartete ich auf den Befund. Genau am Pfingstmontag kam die gute Nachricht: Der Tumor ist vollständig entfernt mitsamt dem verdächtigen Gewebe und das Großartigste, mit dem ich nicht gerechnet hatte, alle 17 Lymphknoten sind frei von Krebszellen. Die Nachoperation, die eine Woche später stattfinden musste, weil der gesunde Saum außen nicht breit genug war, änderte nichts an meinem großen Glücksgefühl. Ich war gesund! Die ganze Anspannung der vorausgehenden fünf Monate fiel von mir ab. Eine große Dankbarkeit breitete sich in mir aus. Jede Zelle meines Körpers freute sich mit. Meine zahlreichen Besucher ließen sich von meiner Freude anstecken und mit jedem einzelnen feierte ich die Wiederherstellung meiner Gesundheit.

Die herrlichen Blumen, die mir gebracht wurden, die spannenden Bücher zum Zeitvertreib, die Süßigkeiten und all die Dinge mit denen ich überrascht wurde, baute ich in meinem Krankenzimmer um mich herum auf und ich genoss es richtig, so verwöhnt zu werden. Die Schwestern waren alle furchtbar nett und umsorgten mich rührend. Der Chefarzt war mit seinem Behandlungserfolg sehr zufrieden und hoffte auch auf eine endgültige Heilung.

Für mich begann ein neuer Lebensabschnitt. Das Leben wurde mir neu geschenkt. Da ich ein sehr naturverbundener Mensch bin und mich schon immer an Blumen und schönen Landschaften erfreute, dachte ich, es gibt keine Steigerung. Aber in diesem Jahr erlebte ich den Frühling, den Wechsel der Jahreszeiten noch intensiver, ich konnte die Farben der Natur noch mehr genießen. Mein Hobby, das Fotografieren, erlebte einen ungeahnten Aufschwung. Ich versorgte den Chemotherapieaum mit Bildern von mir, schickte Fotos an die Zeitung, die sie veröffentlichte und begeisterte viele meiner Freunde und Bekannten mit schönen Fotokarten von Blüten, Tulpen oder Mohnblumen.

In den Wochen nach der Operation spürte ich die Folgen der Behandlungen noch sehr deutlich. Ich war zwar immer optimistisch und guter Dinge und ließ es mir gut gehen, doch meine Glieder waren noch immer schwer und ich ermüdete rasch. Auch bekam ich, wohl auf Grund der Überbelastung meiner rechten Hand, weil ich den linken Arm ja schonen musste, starke Schmerzen. So werden sich bestimmt noch manche Nachwirkungen zeigen.

Im Juni begann die Bestrahlungstherapie. Bei Brust erhaltenden Operationen muss immer bestrahlt werden, um irgendwelche Kleinstkrebszellen, die sich noch in der Brust befinden könnten und die mit keinem Verfahren erfasst worden sind abzufangen. Es wird ganz genau ausgerechnet und auf der Brust aufgezeichnet, wie bestrahlt werden soll. Dann muss ich sechs Wochen jeden Tag zur Bestrahlung kommen, die etwa eine Minute dauert. Das Schlimmste ist, dass ich in dieser Zeit, ausgerechnet im Juli, den Oberkörper nicht mit Wasser in Berührung bringen darf. Aber das geht auch vorüber.

Wenn sich der Körper und die Haut von der Bestrahlung erholt haben, gehe ich für drei Wochen in eine Reha-Klinik. Ich habe mir schon verschiedene Kliniken angeschaut. Wahrscheinlich wähle ich einen Ort, an dem nicht nur Tumorpatienten behandelt werden.

Nach der Diagnose Krebs zu Beginn dachte ich, das ist ein verlorenes Jahr, das kannst du aus dem Kalender streichen. Mittlerweile habe ich derart viel Positives erlebt, dass ich dankbar bin für alles. Die Krankheitszeit ist eine wertvolle Zeit für mich geworden, gefüllt mit vielen tiefen Gesprächen, intensiven Beziehungen und der erlebten Nähe Gottes. Mehrere Ärzte haben mir schon bestätigt, wie viel Glück ich hatte, dass dieser große, bösartige Tumor nicht gestreut hat. Für mich ist es ein Wunder. Ich kann es als Geschenk von Gott nehmen und lege auch meine Zukunft in seine Hand.

Leingarten, den 21.06.2005

Eva-Maria Schmolz