

Psychosomatische Onkologie

«Am weiss gedeckten Tisch kam der Appetit zurück»

SF zwei TV-THEMA



Darmkrebs riss Vreni Hochreuter aus dem Leben – und nahm ihr so viel Kraft, dass sie in den Rollstuhl musste. Ein Kuraufenthalt machte Körper und Seele fit für die Chemotherapie.

VON BEAT LEUENBERGER

«Eine Spätgebärende» sei sie, sagt Vreni Hochreuter, 48, und strahlt. Dazu hat sie allen Grund. Gerade wirbelt der fünfzehnjährige Stefan in die Stube, ihr zweites Wunschkind. Ein Sonnenschein! Der Blondschopf kommt aus dem Chindsgi und setzt sich auf Mamas Schoß. Lange Monate musste er auf sie verzichten. Jetzt sucht er ihre Nähe umso mehr.

VRENI HOCHREUTER hat eine schwere Zeit hinter sich: Am 5. Juni des vergangenen Jah-

res brach die Diagnose Dickdarmkrebs über sie herein. «Bis dahin fühlte ich mich immer ganz gesund», sagt sie. Die Hochreuters wissen, was dazu gehört: Sie essen viel Früchte und Gemüse, wenig Fleisch. Sie fahren Velo und wandern so oft als möglich.

Auch in der Verwandtschaft von Vreni Hochreuter erkrankte noch nie jemand an Darmkrebs. Es fehlten alle bekannten Risiken für diese Krankheit, die sich fast ohne Anzeichen anschleicht. Vreni Hochreuter lebte mit der Einstellung: «Wenn mir etwas

fehlt, dann spüre ichs.» Doch sie spürte es nicht. Gut: Mehrmals hatte sie Blut im Stuhl – Anfang 2007. Doch sie nahm dieses Zeichen nicht ernst. «Es wird ein harmloser Polyp sein», dachte sie, «den ich beim nächsten Arztbesuch entfernen lassen muss.»

SIE GEHT NICHT HÄUFIG ZUM ARZT, hat keinen Grund. Erst im März, nachdem sie gefastet hat und der Darm leer ist, findet sie, jetzt sei die Gelegenheit für die Untersuchung gekommen. Nach dem Tastbefund und den Symptomen zu schliessen, handle es sich um nichts Schlimmes, sagt der Hausarzt. Sicherheitshalber schickt er sie aber zur Darmspiegelung. Diese findet am 5. Juni statt. Vreni Hochreuter sitzt noch auf der Liege, als ihr der Magendarmspezialist auf dem Bildschirm den Krebs zeigt. «Ich vermute, er ist bösartig», erklärt ihr der Arzt. «Muss ich jetzt sterben?», fragt sie sofort. «Nein, die Chancen auf Heilung stehen gut», erwidert er.

Stefan und seine Mama. Vreni Hochreuter fehlte mehrere Monate zu Hause. In der ersten Zeit nach ihrer Rückkehr wich Stefan kaum von ihrer Seite.

Foto: Pino Covino

Noch bleibt Vreni Hochreuter voll Zuversicht. Doch was sich auf einen Schlag ändert: «Jetzt gehörte ich zu einer anderen Kategorie Mensch – ich war eine Krebspatientin.» Einen Monat nach der Diagnose entfernten die Chirurgen das Stück Darm, das vom Krebs befallen war. Was ihr am meisten zu schaffen machte: Nach der Operation erwachte sie mit einem künstlichen Darmausgang. «Schlimm», sagt sie. «Es gruuste mir.»

Von da an gings bergab: Sie hatte furchtbare Schmerzen im Bauch, sie konnte nicht essen, es war ihr übel. «Schon wenn ich Geschirr klappern hörte, musste ich erbrechen», erzählt sie. Zwar bekam sie in einer zweiten Operation ihren natürlichen Darmausgang zurück. Doch Vreni Hochreuter magerte weiter ab. Und die Kraft wich aus ihren Gliedern. Bald konnte sie nicht mehr gehen und stehen. Sie brauchte einen Rollstuhl. Depressionen übermannten sie.

BESORGT BEUGTEN SICH DIE ÄRZTE über die Patientin und sagten: «In dieser Verfassung können Sie nicht mit der Chemotherapie beginnen, die Sie für die Heilung brauchen. Sie müssen zur Kur, um zu Kräften zu kommen.»

Es war Mitte September. Die beiden Kinder hatten bei der Grossmutter und bei Nachbarn Plätze gefunden. Vreni Hochreuter kam in die Klinik Schützen in Rheinfelden – und liess sich fallen. Und niemand hielt sie davon ab. Aber alle gaben ihr Halt und Begleitung: die Pflegefachfrau, der Psychologe, die Ärztin, der Physiotherapeut – und die anderen Patienten. Sieben Wochen brauchte Vreni Hochreuter, um sich von den Strapazen zu erholen. «Am weiss gedeckten Tisch in der Klinik kam der Appetit langsam zurück», erzählt sie, «und die Therapien halfen mir, mich und meinen Körper wieder zu spüren.»

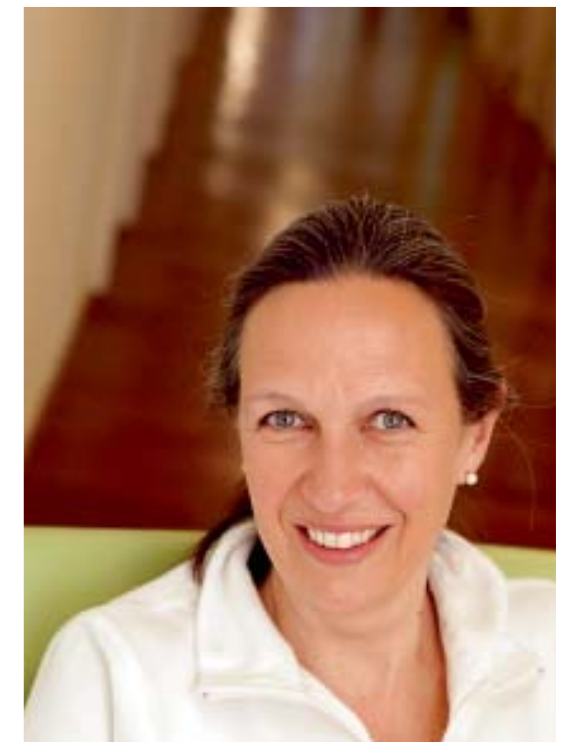
Im November konnte sie nach Hause zurückkehren, und mit ihr kamen die Kinder zurück. «Eine Riesenfreude, auch für meinen Mann, der sich allein durchbeissen musste.» Bald schliesst sie die Chemotherapie ab. Am 6. April ist Weisser Sonntag. Dann erhält Claudia, ihre neunjährige Tochter, die Erstkommunion. «Dann will ich ganz fit sein.» Mama strahlt.

DIE BERATUNG DER KREBSLIGA SCHWEIZ

Das Krebstelefon 0800 11 88 11 steht Interessentinnen und Interessenten täglich zur Verfügung: Montag bis Freitag 10 bis 18 Uhr (Beratung in deutscher, französischer und italienischer Sprache).

Der Spezialist zum Thema Darmkrebs (Dr. Reto Guetg): Jeden Mittwoch im März (5., 12., 19., 26. März) von 10 bis 13 Uhr.

> Online-Beratung (Deutsch, Französisch, Italienisch): helpline@krebsliga.ch
> Forum für den Austausch unter Betroffenen und Angehörigen: www.krebsforum.ch



«Wir helfen neue Perspektiven zu entwickeln»

Brigitt Lang, 46, Psychologin und Psychoonkologin in der Klinik Schützen in Rheinfelden AG, über den Sturz aus der Wirklichkeit nach der Diagnose Krebs und die Begleitung durch die Krise.

Vreni Hochreuter fand in der Abteilung Psychosomatische Onkologie der Klinik Schützen ins Leben zurück. Was bieten Sie Patienten nach der Krebsdiagnose?

Brigitt Lang: Wir begleiten sie auf allen Ebenen durch eine Lebenssituation, einen Sturm, der alles zum Wackeln bringt. Dazu gehört die Behandlung von psychischen Begleiterkrankungen: Depressionen, Ängsten und tiefer Erschöpfung – der bei Krebsleiden typischen Fatigue. Auch die Linderung von Schmerzen ist für viele Kranke wichtig.

Manche Patienten packt das Grausen vor dem nächsten Chemotherapiezyklus. Hier können wir helfen, wenn wir sie ganz konkret mit unserer Präsenz durch dieses Prozedere hindurch begleiten. Und schliesslich beziehen wir die Angehörigen in unsere Arbeit mit ein – oder wir entlasten sie, indem wir sie in Ruhe lassen. Je nach Bedarf.

Welche Rolle spielen die Angehörigen?

Krebs ist eine Systemerkrankung, die den Körper und die Seele der Kranken betrifft, aber auch ihr Umfeld, die Familien und Freunde. Sie sind oft sehr belastet und brauchen Unterstützung.

Wie können Sie den Angehörigen helfen?

Indem wir uns um sie kümmern und uns ihre Anliegen und Ängste anhören. Kinder, Mütter, Väter, Partner der Patienten werden nämlich leicht vergessen neben dem Schrecken einer Krebsdiagnose. Sie alle müssen realisieren, dass auch sie zu sich Sorge tragen müssen. Denn die Begleitung eines krebskranken Menschen ist kein Sprint, sondern ein Marathon.

Wie viele Krebspatienten haben intensive Begleitung nötig? >

Zwischen 15 und 60 Prozent der Kranken – je nach Studie – entwickeln eine behandlungsbedürftige psychische Beeinträchtigung.

Was ist das Ziel des mehrwöchigen Aufenthaltes in der Klinik Schützen?

Patienten mit einer Krebsdiagnose stürzen aus ihrer normalen Wirklichkeit. Sie sind verunsichert, haben Angst vor einem Rückfall. Unser Ziel ist, sie durch die Krise zu begleiten und ihnen zu helfen, neue Perspektiven zu entwickeln.

Das heisst unter Umständen auch, gut leben zu lernen mit bleibenden Beeinträchtigungen – etwa mit Schmerzen, mit einem künstlichen Darmausgang, mit dem Verlust der Brust oder anderer Körperteile, mit dem Entstellsein.

Wir bieten eine Art Nest oder Refugium an, in dem sich die Kranken erholen, fallen lassen, psychisch und physisch zu Kräften kommen können.

Welche Patienten nehmen Sie auf?

Die Klinik Schützen ist nicht eingerichtet für Krebskranke im Endstadium. Wir haben Platz für maximal zehn Patienten, die weitgehend selbständig sind. Es sind Menschen unmittelbar nach der Diagnose, welche die Behandlung so sehr belastet, dass sie einzubrechen drohen. Oder auch Menschen, die nach erfolgreicher Behandlung in ein Loch fallen, wenn eigentlich alles wieder gut sein sollte. Auch Menschen, bei denen der Krebs zurückkommt, nachdem sie glaubten, ihn besiegt zu haben.

Dank dem Fortschritt in der Medizin gibt es immer mehr Patienten, die lernen müssen, mit dem Krebs zu leben. Sie sterben nicht daran. Aber auch gesund werden sie nicht.

Interview: Beat Leuenberger

SO BEUGEN SIE DARMKREBS VOR

Ein gesunder Lebensstil mit ausgewogener Ernährung und ausreichend Bewegung verringert das Risiko einer Darmkrebserkrankung. Je früher im Leben Sie sich dies zu Herzen nehmen, desto kleiner können Sie das Risiko halten, an Darmkrebs zu erkranken.

Die wichtigsten Schutzfaktoren sind:

- > Meiden Sie Übergewicht
- > Bewegen Sie sich jeden Tag
- > Essen Sie viel Gemüse und Früchte
- > Essen Sie wenig rotes Fleisch
- > Trinken Sie wenig Alkohol

Weitere Informationen finden Sie unter www.darmkrebs-nie.ch und www.5amTag.ch

DIE WICHTIGSTEN SYMPTOME BEI DARMKREBS

- > Unklarer Gewichtsverlust
- > Blut im Stuhl
- > Stuhldrang, ohne Stuhl absetzen zu können
- > Neu aufgetretene, anhaltende Bauchschmerzen
- > Veränderung der früheren Stuhlgewohnheiten

VERÄNDERTE STUHLGEWOHNHEITEN

Darmkrebs beeinträchtigt die normale Darmfunktion. Ein Tumor kann den Darm teilweise oder ganz verschliessen und dadurch die Stuhlgewohnheiten verändern.

«Veränderte Stuhlgewohnheiten» kann heissen:

- > Durchfall, gefolgt von Verstopfung, immer wieder abwechselnd
- > «Bleistiftstuhl», das heisst, der Stuhl ist sehr dünn im Durchmesser
- > Häufiger Stuhldrang mit kleinen Portionen
- > «Falscher Freund»: Mit einem «Darmwind» kommt ungewollt auch etwas Stuhl mit
- > Starke Blähungen ohne erkennbare Ursache
- > Schmerzhaftes Krämpfe vor und während des Stuhlgangs

Haarausfall... Kraftlose Haare... Brüchige Nägel...



... können durch Biotinmangel auftreten.

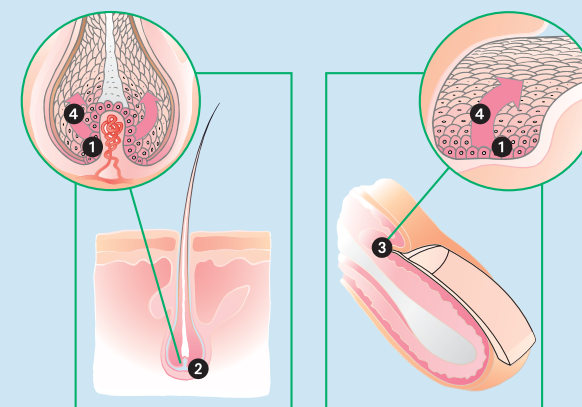
Biotin-Biomed® forte hilft, diesen Mangelzustand zu beheben.

Die Entstehung gesunder Haare und Nägel

Spezialisierte Hautzellen (Epidermiszellen) ① in der Haar- ② und Nagelmatrix ③ vermehren sich durch Zellteilung und schieben sich so langsam nach oben ④. Dabei reifen sie und bilden das faserige Eiweiss Keratin, den Hauptbestandteil der Haare und Nägel. Keratin verleiht Haaren und Nägeln ihre Festigkeit.

So wirkt Biotin

Biotin wirkt auf die Vermehrung der Haar- ② und Nagelmatrixzellen ③, unterstützt die Bildung von Keratin und verbessert die Keratinstruktur.



1 x täglich Biotin

- > vermindert den Haarausfall
- > verbessert die Haar- und Nagelqualität
- > erhöht die Haar- und Nageldicke



Erhältlich in
Apotheken und
Drogerien.

BioMed
Natur & Wissen

Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.

Vertrieb: Biomed AG, 8600 Dübendorf
www.biomed.ch