

Frauen mit Mumm stärken Lebensmut

Selbsthilfegruppe hilft nach Krebs-Diagnose

Der Arzttermin steht im Kalender, direkt neben den Vermerken für den Elternabend, die Müllabfuhr, die Sportgruppe. Alles ganz normal, alles Alltag. Doch diesen einen Termin möchte sie am liebsten vergessen, am besten hinter sich haben, am allerbesten vor sich gehabt haben. Denn es ist der Termin für die Krebsnachsorge.

Von Ruth Honkomp

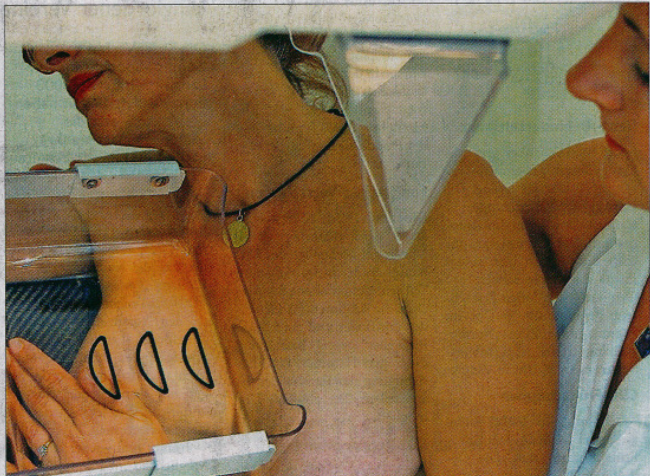
Kreis Vechta – „Die Nachsorge ist immer ein schwieriger Moment“, sagt Anita Helmer-Lamping. „Denn urplötzlich steht dann wieder das Thema Krebs an.“ Die Unsicherheit und Angst, die damit verbunden ist, kennt auch Bärbel Rauland. „Wenn es bei jemandem aus unserer Gruppe wieder soweit ist, wissen alle, ihr geht's nicht gut.“

Mumm nennt sich die Gruppe, zu der Anita Helmer-Lamping und Bärbel Rauland gehören. Eine Abkürzung, die für

„Mut macht Mut“ steht – und ganz bestimmt auch für den „Mumm“, den diese beiden Frauen und ihre Mitstreiterinnen in ganz besonderer Weise brauchen: An dem Tag, an dem ihnen Arzt oder Ärztin mitteilen, dass sie Krebs haben.

„Danach ist nichts mehr, wie es war“, erinnert sich Anne Kettelmann. Plötzlich verliert das Leben seinen Halt, quälende Fragen kommen hinzu. Wie sage ich es meinen Kindern? Wie reagieren die Verwandten und Freunde? Wieso ich? Fragen, die alle in der Gruppe in dieser Zeit bewegen. In einer Zeit, in der das Leben stillzustehen scheint – und sich trotzdem in kürzester Zeit grundlegend verändert: Operation, Chemo- und/oder Strahlentherapie folgen der Diagnose meist unmittelbar.

Für diese frühe Phase der Erkrankung bieten die Mumm-Frauen ein ganz spezielles Gesprächsangebot: Jeden Mittwoch ist von 19 bis 20 Uhr eine von ihnen im Aufenthaltsraum auf der Station 1 des St.-Marienhospitals in Vechta anzutreffen. „Der frühe Kontakt“, heißt dieses Angebot. „Vielen tut es gut, mit jemandem, der schon mal in der gleichen Situation war, zu sprechen“, weiß Anne Kettelmann, die schon viele Gespräche dieser Art führte.



Eine Untersuchung, deren Ergebnis das Leben völlig verändern kann: Mit einer Mammographie wird Brustkrebs oft früh erkannt. Gespräche mit anderen Betroffenen können helfen, diesen Schicksalsschlag zu verarbeiten.

Foto: ddp

Sie weiß auch: Gar nicht ungewöhnlich ist es, wenn erkrankte Frauen nach dem Krankenhausaufenthalt das alte Leben möglichst schnell und möglichst im Original wieder aufnehmen wollen. „Selbsthilfegruppe? Das schaffe ich auch ohne!“ – diese Gefühlslage ist den Mumm-Frauen sehr vertraut. „Die Hemmschwelle, zu einer Selbsthilfegruppe zu gehen, ist groß“, sagt Bärbel Rauland, und Anja Matlage-Bödecker stimmt zu: „Ich dachte auch erst, ich brauche das nicht, ich kann mich mit der Familie und meinen Freunden ausdrücken.“

Die meisten der Mumm-Frauen, die sich mittlerweile einmal im Monat – jeden zweiten

Mittwoch um 19.30 Uhr in der Elmendorffburg in Vechta – treffen, sind zum Teil erst viel später nach der Diagnose zu diesem Kreis gestoßen. „Man kann in dieser Atmosphäre einfach gut über alle Fragen sprechen“, so Anja Matlage-Bödecker. Die Mumm-Runde ist ein ganz offener Kreis. Es kommen Frauen, die schon vor Jahren operiert wurden, und andere, die erst seit kurzem wissen, dass sie betrof-

fen sind. Bärbel Rauland betont: „Jede Interessierte kann unverbindlich dazu stoßen.“ Und sie ergänzt: „Wir sprechen ja nicht nur über Krebs. Es tut gut, mit Frauen, die das Gleiche erlebt haben, einfach mal zu lachen.“

● Infos über Mumm geben Bärbel Rauland, Telefon 04442/910387, rauland@ewetel.net; oder Anita Helmer-Lamping, 04444/1067, anitahelmerlamping@web.de.



Stärken einander im Leben nach der Erkrankung: Bärbel Rauland, Margret Blömer-Warneck, Anita Helmer-Lamping, Anne Kettelmann und Anja Matlage-Bödecker (von links). Sie gehören zu den Frauen der Selbsthilfegruppe Mumm. Foto: Chowanietz

ÄRZTE INFORMIEREN

Vortrag über Nachsorge

Am Mittwoch (9. März) lädt die Selbsthilfegruppe Mumm ein zum Vortrag über „Nachsorge bei Brustkrebs“ mit den Onkologen Dr. Josef Diers, Vechta, und Dr. Matthias Penke, Löhne, ab 19.30 Uhr in der Elmendorffburg in Vechta, Burgstraße 4. Thema ist die Zeit nach Abschluss der medi-

zischen Behandlung. Erfahrungsgemäß seien die Inhalte der Nachsorgeuntersuchungen sehr unterschiedlich, je nach dem, ob der betreuende Gynäkologe, Onkologe oder Hausarzt die Kontrollen vornimmt, heißt es in der Ankündigung. Die Ärzte wollen Klarheit verschaffen. (ru)