

Erfahrungsbericht: Brustkrebs

Ich und eine Selbsthilfegruppe? Die brauche ich nicht! Das dachte ich zumindest am Anfang. Ich habe meine Familie, meine Tiere, meinen Tagesrhythmus. Ich stellte im Verlauf der Therapien jedoch fest: Brustkrebs ist keine kurze Geschichte, sie geht nicht einfach vorbei. Irgendwann kam ich zum Punkt, an dem ich meine Familie nicht mehr mit diesem Thema belasten wollte. Ich wollte es wegschieben, aber das geht nicht so einfach. Auch wenn ich momentan krebsfrei bin, beschäftigt es mich immer noch.

Und so bin ich froh, mich doch für eine Selbsthilfegruppe entschieden zu haben. Hier kann ich meine Ängste und Befürchtungen einmal im Monat «abladen». Das verstehende Nicken der anderen Teilnehmenden - «Ja, das Gefühl kenne ich.» - tut wirklich gut und ist sehr befreiend. Egal ob man noch mitten in der Therapie steckt oder alles schon hinter sich gebracht hat: Die Frage des «Was nun?» taucht immer wieder auf.

Hier in der Selbsthilfegruppe fühle ich mich gut aufgehoben. Trotz unterschiedlichen Alters und unterschiedlichen Erfahrungen mit Therapien und Operationen: Wir machen alle dasselbe durch, denn eine solche Diagnose verändert einiges im Leben.

Als die Anfrage kam, ob ich mich als Kontaktperson für die Gruppe zur Verfügung zu stellen möchte, habe ich sofort zugesagt. Diese Gruppe hat mir so viel gegeben, nun kann ich etwas zurückgeben.

Ich freue mich jeden Monat aufs Neue auf unsere Treffen. Gemeinsam stehen wir die Belastungen durch und sind für einander da. Ausserhalb des eigenen Umfelds über Brustkrebs zu sprechen mit Frauen, die dasselbe durchmachen, hilft, wieder ins normale Leben zurückzufinden.