

Marion Hartmann

Tumor Talk



Marion Hartmann hat sich zum zweiten Mal durch die Brustkrebserkrankung mit all ihren Risiken und Nebenwirkungen gekämpft. Mit einer Prise Humor schreibt sie sich in diesem Tagebuch mit biografischen Rückblenden den Frust von der Seele. Sie schreibt von der Traurigkeit, die sie an manchen Tagen empfand - kurzweilig und doch nicht oberflächlich.

* * *

1966 in Paderborn geboren, wuchs sie auf dem Land auf. Nach dem Abitur studierte sie ihrer kreativen Neigung entsprechend Design und arbeitete danach als Innenarchitektin, Farbgestalterin und Spielplatzplanerin. Seit 2010 ist sie als Grundschullehrerin in Berlin tätig. Ihre ersten beiden Bücher „Hüft-OP...Sepsis...Koma: Zurück ins Leben nach dem Krankenhauskeim“ und das Kinderbuch „Was ist eigentlich Krebs?“ sind 2019 erschienen.

Marion Hartmann

Tumor Talk

© 2020 Marion Hartmann

Umschlaggestaltung und Lektorat: Marion Hartmann

Verlag & Druck:

tredition GmbH, Halenreihe 40-44

22359 Hamburg

ISBN 978-3-347-02163-1 (Paperback)

ISBN 978-3-347-02164-8 (Hardcover)

ISBN 978-3-347-02165-5 (E-Book)

* * *

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

* * *

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek: Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Inhalt

Diagnose

Chemotherapie

Vor der brusterhaltenden Operation

Krankenhausaufenthalt

Nach der Operation - zu Hause!

Bestrahlung

Eierstock- und Eileiter-OP

Zwischenstopp zu Hause

Anschlussheilbehandlung

Zurück im Leben

Rückblick

Onkologisches Kochstudio

Diagnose

Die Diagnose nach neunzehn Jahren - Aller guten Dinge sind drei!!!

Nichts ist daran gut! Gar Nichts! Ein Scheiß ist es! Vorgestern habe ich an meiner rechten Brust einen Knoten getastet. Das, was ich getastet habe, kam mir nicht gut vor. Nach zwei heftigen Paketen, Brustkrebs vor neunzehn Jahren und 2015 eine Hüft-OP Standard, aber mit Sepsis und Koma in Folge, hatte ich für mich ausgeblendet, dass es mich nochmal lebensbedrohlich erwischen könnte. Ich habe Null damit gerechnet! Das Ding ist bösartig! Glücklicherweise habe ich vorgestern sofort noch einen Termin bei meiner Gynäkologin bekommen. Und sie hat sich persönlich um den Termin zur Mammografie gekümmert, während ich bei ihr im Behandlungsraum saß. Im Röntgeninstitut war ich heute. Die Ärztin sagte und zeigte mir dabei an den Aufnahmen, dass der Knoten nicht eingekapselt, sondern fransig sei, was ein mögliches Zeichen für einen bösartigen Tumor ist. Mein Glück ist, dass er sich nicht ganz dicht an der Brustwand befindet und hoffentlich, nach Abtasten, keine Lymphknoten befallen sind. Bei der anstehenden Biopsie wird Gewebe entnommen, um die Tumordaten genau zu bestimmen. Mit der Frauenärztin bespreche ich dann, welche Behandlungen anstehen. Ich habe wirklich nicht mehr damit gerechnet, dass der Krebs nochmal zu mir zurückkommt, vor allem nicht nach so langer Zeit.

Achterbahn

Ich weiß nicht, wie mir geschieht! Mein Inneres fährt Achterbahn. „Ich habe mich im Griff!“, spricht die allzeitbereite, vertrauenerweckende, geduldige Lehrerin. „Nein, Scheiße!“ Gar nichts habe ich im Griff! „Es“ hat

mich im Griff! Wer oder was ist „es“ und darf Das das? Ist „es“ mein Leben? Das kann ja wohl nicht sein! Mein Leben sollte Interesse daran haben, das mir Nichts passiert! Gerade wird mir flau zumute, weil ich eigentlich weiß, was mir bevorsteht und ich Klarheit brauche. Diese Warterei auf Befunde hat jetzt wenigstens ein Ende. Ich sitze im Wartezimmer meiner Frauenärztin. Wir werden besprechen, was die nächsten Schritte sind. Ich bin sehr langsam und vorsichtig mit dem Fahrrad von der Schule aus hierher gefahren. Bei so einer Krebsdiagnose zieht es einem manchmal gefühlt den Boden unter den Füßen weg. In der Schule habe ich gefrühstückt, Himbeeren aus dem eigenen Garten, ein gutes Gefühl, Daumen hoch, mit Nüssen. Ich teste für mich Intervallfasten. Sechzehn Stunden wird dabei nichts gegessen, höchstens Wasser oder ungesüßter Tee getrunken. Um zehn Uhr beginnt meine Essensphase, während der ich acht Stunden kohlenhydratarme Nahrung zu mir nehme, denn Krebszellen ernähren sich auch von Zucker. Sie werden so vielleicht ausgehungert. Sonst kann man während dieser acht Stunden normal essen. Die gesunden Zellen kommen während der sechzehn Stunden ohne zu essen in einen Ruhezustand und sind dadurch geschützt. Die Krebszellen verhungern hoffentlich, der Tumor wächst zumindest nicht weiter, wenigstens etwas, was ich für mich tun kann. Ich gehe mit einem guten Freund griechisch essen.

Tumor (*innerer Dialog*): „Ey, wie jetzt, gibt es Zucker, Alkohol, Fleisch, Ouzo? Was’n hier los? Da bleibe ich doch glatt! Ich wollte schon ausziehen!“

Ich: „Nee, denkst’e! Ich treffe die Entscheidung, wie lange es Dich noch gibt! Heute war Sonntag, aber Morgen sieht es schon wieder anders aus, mein Freundchen!! Wenn die Chemo losgeht, dann kannst Du Deine Sachen packen, dann hat es sich ausgezuckert, aber gewaltig!“

Meine Lebensgeister sind wieder da. Ja, ich will L-E-B-E-N! Ich habe tief und fest geschlafen, habe keine Hitzewallungen, keine Muskelverspannungen mehr und sitze jetzt beim Friseur. Ich lasse mir noch keine Glatze schneiden, noch nicht. Vielleicht behalte ich ja meine Haare. Laute Musik hat mich heute Morgen geweckt. Kurz war ich ärgerlich. Wer macht hier so einen Krach? Ich wollte kurz aus dem Fenster heraus schreien, aber ich ließ es sein. Im

Olympiastadion findet an diesem Wochenende das alljährliche Lollapalooza-Festival statt. Hey, Frau Hartmann, Lebensfreude ist nicht nur erlaubt, sondern auch erwünscht. Was die sich gönnen, darf ich auch. Nur, weil ich so nörgelig mit mir selbst bin und mir nicht einfach etwas gönne, dürfen die Anderen, die das schaffen, sich nichts gönnen? Von wegen! Ich zelebriere jetzt meine neue Ernährung, kaufe gleich gesund ein und genieße, was ich esse. Ich genieße, dass ich meine Lebensmittel aus meinem Garten holen kann. Ich werde satt von dem, was unter meinen Händen gewachsen ist, aus Samen, die die Natur mir gegeben hat. Mit Liebe gesetzt, gesät, gekeimt, vorgezogen auf der Fensterbank, nach den Frösten in den Garten gepflanzt, gegossen, gedüngt. Die Natur ist ein einziges Geschenk.

Waldkrankenhaus Spandau

Das ist jotwede, da kommt mich kein Schwein besuchen, doch, ein Wildschwein wäre denkbar. Meine Frauenärztin hat mir das Waldkrankenhaus empfohlen. Es ist eine siebziger Jahre Klinik, Beton, Beton, aber der Eingang ist umspielt von einer eingeschossigen Pavillonkette in grün gehalten. Hier gibt es sogar Pflastersteine mit Waschbetonoberfläche, sehr hübsch. Die Atmosphäre ist in Ordnung. Die Fahrt hierher war auch sehr schön, vorbei an einem Steinmetz und an einem riesigen Friedhof, Endstation Waldkrankenhaus, das ist kein Witz. Ich sitze gerade draußen im Park, es könnte eine Eichel auf meinen Kopf fallen. Ich lausche den startenden und landenden Flugzeugen und warte auf meinen Besprechungstermin hier im Brustzentrum. Die Ärztin nimmt sich insgesamt eine Stunde Zeit, liest und deutet die Befunde der Mammografie und Biopsie aus. Ihr Vorschlag für die Behandlung sind vier Chemotherapie-Zyklen mit den Medikamenten Ephimburicin und Cyclophosphamid, wie damals vor neunzehn Jahren bei meiner ersten Brustkrebserkrankung. Dann folgt zwölf Wochen lang eine leichtere Chemotherapie, die wöchentlich verabreicht wird. Ich würde den Tumor im Körper behalten, um die Reaktion auf die Medikamente besser beobachten zu können und gegebenenfalls nochmal medikamentös

nachzusteuern. Die Ärztin erstellt gleich einen Behandlungsplan und trägt die Termine für die notwendigen Voruntersuchungen auch in den Abteilungen der Klinik ein. Etwas überfordert von der Fülle und Dichte der Informationen mache ich mich auf den Heimweg. Ich versuche mir vorzustellen, wie es sein wird, für alle Behandlungen hierher zu fahren.

Verrückt sein

Verrückt sein hilft. Ich sitze in meinem Garten und bin etwas verrückt. Ich habe ein Bewässerungssystem aus Tropfschläuchen verlegt, das der Optimierung bedarf. Es gibt Beete, die noch nicht ausreichend mit Wasser versorgt sind. Also habe ich im Bauhaus nach Eichhörnchen-Prinzip, nicht Alles auf einmal, kleinschrittig, grundschultauglich, fünfzig Meter Schlauch mit dem vielversprechenden Namen „Micro-Drip-System“ nachgekauft. Fein, super, prima, I love Bauhaus! Aber im Garten angekommen musste ich feststellen, dass in dem Schlauch keine Löcher sind. Praktisch veranlagt, wie immer, schneide ich mit einer Schere kurzerhand Löcher in den Schlauch, warum auch nicht, trotz aller möglichen Bedenken einer Mitarbeiterin im Baumarkt. Und? Spontanspringbrunnen tun sich auf. Ich klebe einfach die Löcher, die nicht gebraucht werden, mit Gewebepband zu, so sprudelt es eben an einer anderen Stelle heraus. Spontanspringbrunnen bleiben es! Das macht nichts, im Gegenteil, ich kann über mich selbst lachen. Besser vorher das Zubehör gründlich betrachten, um nicht das Verkehrte zu kaufen, so wie mir gerade geschehen ☺! Außerdem trinke ich jetzt einfach mal ein Bier hier draußen, scheiß auf den Tumor! So habe ich dann eben eine neue Aufgabe, nämlich im Bauhaus den richtigen Tropfschlauch zu kaufen.

Aufklärungsgespräch Chemotherapie

Hört sich fast wie ein Trainingsplan von meinem Personal Physical Trainee auf neudeutsch an, meine nächste Woche und vor Allem das nächste halbe

Jahr Chemotherapie. Ich habe mich für die Behandlung in der Charité entschieden. Die Ärzte haben eine ähnliche Behandlung wie im Waldkrankenhaus vorgeschlagen. Beide Kliniken belassen den Tumor in meiner Brust. Der einzige Unterschied ist, dass man mir in der Charité zwei andere Zytostatika, als ich damals bekommen habe, für die Chemotherapie empfiehlt. Diese beiden Medikamente wirken besser auf den vermutlich bei mir vorliegenden, genmutierten Tumor. Darüber hinaus kann ein Medikament von damals bei nochmaligem Einsatz Herzschädigungen hervorrufen. Diese beiden Feinheiten in der Behandlung haben mich überzeugt, mich in der Charité behandeln zu lassen. Die Voruntersuchungen müssen als erstes gemacht werden, um sicher zu sein, dass der Krebs nicht gestreut, also keine Metastasen gebildet hat. Auch im Waldkrankenhaus hätten sie wie jetzt in der Charité zu Beginn untersucht, ob der Tumor bei mir erblich bedingt ist, um darauf die anschließende Behandlung mit Chemotherapie genauer abstimmen zu können. Zunächst habe ich ein Echokardiogramm, bei dem das Herz unter Belastung geschallt wird, Ultraschall, um festzustellen, wie belastbar mein Herz ist und ob ich die Chemotherapie möglichst unbeschadet überstehe. Dann folgt die gentechnische Untersuchung, um mit allen Werten eine optimale Medikation für die Chemo festzulegen. Vom Skelett wird eine Aufnahme gemacht, ein sogenanntes Knochenszintigramm, von Lunge und Leber wird ein CT gemacht, um auch hier Metastasen auszuschließen.

Um es mir nochmal zu vergegenwärtigen: mein Körper wird das nächste halbe Jahr vergiftet. Differenzierter hingeschaut bedeutet das, alle besonders schnell wachsenden und sich teilenden Zellen werden abgetötet. Das sind neben den Tumorzellen die Ringzellen auf dem Kopf, deswegen der Haarausfall, die Schleimhäute im Magen- und Darmbereich, deswegen oftmals Übelkeit oder auch Verdauungsbeschwerden, die Mund- und Nasenschleimhaut, wodurch man als Folge leichter eine Erkältung bekommen kann. Das Immunsystem wird insgesamt geschwächt, weil die Stellen im Knochenmark, an denen die Blutkörperchen gebildet werden, auch angegriffen werden. Ich erinnere mich an meine Krebserkrankung vor neunzehn Jahren, was mir geholfen hat und was ich essen konnte und werde

mich dementsprechend eindecken. Die sechs Chemos werden im Abstand von drei Wochen jeweils intravenös verabreicht, laufen also über fast ein halbes Jahr. Die Chemotherapie ist eine Tortur, aber ich werde sie über mich ergehen lassen, um sicherzugehen, dass wirklich alle Tumorzellen im gesamten Körper abgetötet werden.

Echo-Kardiogramm

Hilfe, was für eine Rumpelbude! Das einzig scheinbar Moderne in dieser Praxis ist das EKG-Gerät. Die Hygiene, gleich Hyäne, schreit zum Himmel! Der Eingangsbereich ist mit graumeliertem, abgetretenem Teppichboden ausgelegt. Darüber liegen riesige Schmutzfangmatten, die genauso schmutzig wie der Teppichboden sind. Gut, dass hier keine Operationen am offenen Herzen durchgeführt werden. Die Wände sind beschmiert, wie Wände halt so sind, wenn Stuhllehnen an ihnen entlang geschoben werden. Auf der Untersuchungsliege sitze ich auf den Schuppen meiner Vorgänger. Nicht, dass ich ständig superreinlich bin, aber winzige Ansprüche an die Reinlichkeit einer Arztpraxis habe ich schon. Die Türen sind rotbraun furniert, Ende siebziger Jahre Design. Das Wartezimmer befindet sich aus Platzgründen im Flur mit beschriebener Auslegeware. Irgendwie hätte ich sowas zu Zeiten der industriellen Revolution vor hundert Jahren erwartet, aber nicht jetzt. Die Untersuchungsräume sind nur durch Vorhänge voneinander abgetrennt, von wegen vertraulichem Arztgespräch. Der Besprechungsraum der Ärztin scheint zumindest abgeschlossen zu sein. Aber es war bei einer Patientin vor mir die Stimme eines Mannes, also einer dritten Person, zu hören. Ich will auf jeden Fall niemand Fremdes bei meinem Arztgespräch dabei haben. Abgesehen von dieser ausführlichen Beschreibung der Praxis und einer kleinen Ärztin, Miss Marple, also der Schauspielerin Margret Rutherford ähnelnden Dame, stellte sich heraus, dass mein Herz die Chemotherapie überstehen und aushalten wird. Eine Bemerkung am Rande: meine rechte Herzkammer ist kleiner als die

linke. Ich solle in Zukunft Erkältungen richtig auskurieren, vermutlich, um meinem Herz nicht zu schaden.

Heute strahl' ich mal - Knochenszintigramm

Manchmal ist es besser, nicht Alles zu wissen, was auf einen zukommt! Aber ich weiß es halt schon. Ich bin es leid, obwohl ich noch nicht einmal die erste Chemo hinter mir habe. Scheißtumor! Es gibt so unendlich viele Dumpfbacken auf der Erde, die einfach so in den Tag hinein leben, fressen und saufen, was und wie viel sie wollen. Die erfreuen sich bester Gesundheit und wünschen einem zum Geburtstag paradoxerweise Gesundheit. Ja, das ist ungerecht von mir. Aber ich darf gefälligst auch mal ungerecht sein! Alles richtig gemacht, gesund gelebt, Sport gemacht, nicht geraucht, Alkohol in Maßen, und trotzdem hat's mich zum zweiten Mal erwischt! Verdammt! Die Nacht habe ich eine gefühlte Ewigkeit gebraucht, um einzuschlafen. Mein Gedankenkarussell ist mal wieder ungefragt angelaufen. Einmal in Schwung gekommen, hilft fast nur noch der beherzte Absprung oder die Notbremse und da hätte ich Angst, aus dem Bett zu fallen. Alles nur gefühlt! Wie fühlt es sich an, die radioaktive Flüssigkeit in meinem Körper zu haben? Nebenwirkungen gibt es nicht. Aber am Straßenverkehr soll ich trotzdem nicht aktiv teilnehmen, Schwangeren, Stillenden und Kleinkindern nicht zu nah kommen, seltsam! Aber ich muss es ja wollen und annehmen. Das ist die effektivste Methode, um festzustellen, ob Metastasen am Skelett sind, das habe ich ja schon zweimal durchlaufen. Wäre ich unbedarft gewesen wie damals, hätte ich zumindest gut geschlafen. Hätte, hätte Fahrradkette! Jetzt ist jetzt und heute ist Knochenszintigramm. Chill' mal, Frau Hartmann, fällt mir aber gerade eher schwer! Ihr lieben Knochen, macht Euch nackig! Und Ihr, fiese Krebszellen, zeigt Euer hässliches Antlitz! Ich will Euch nicht! Ihr oder ich, und das ist keine Frage! I C H! Ihr verschwindet gefälligst! Das ist ein Befehl, keine Bitte!

Auf Arbeit - Zuständigkeit: meine Heilung

Ich wache auf und habe dieses wunderbar behagliche Gefühl, die Temperatur stimmt, die Decke ist kuschelig, die üblichen Wohlfühlparameter für einen guten Start in den Tag. Doch eine kurze Frage nagt an mir: ist jetzt Wochenende, Tagesfreizeit? Nein. Mein Job ist, gesund zu werden und darin kenne ich mich aus. Die Sonne scheint und auch wenn gefühlt sibirische Kälte durch das leicht geöffnete Fenster in mein Schlafzimmer hereindringt: ich packe es! Ich will leben! Die Lebensgeister sind da, die Überlebensgeister! Endlich, heute, gibt es Gewissheit, ob noch Metastasen irgendwo sind und ich bekomme den Terminplan. Ich hasse Nichts mehr, als in der Luft zu hängen, zu Handlungsunfähigkeit verurteilt zu sein. Arbeiten in der Schule will ich jetzt nicht mehr, ich brauche die Kraft für mich. Und ich will hinterher wieder mit Kindern arbeiten, als Lehrerin, wie bisher. Die Kinder sind wie sie sind, sie können nichts dafür.

Ich radele Richtung Charité Mitte, vorbei am Schloss Bellevue und winke, in der Vorstellung natürlich, aber Herr Steinmeier winkt nicht zurück. Ich schmunzele ob meiner Vorstellung und das tut meiner Seele gut. Der Herbst ist da, kalter Wind pfeift mir um die Ohren, durch mein noch vorhandenes Haar. Ich denke schon darüber nach, wie ich mich bei unserem Chorauftritt im Oktober anziehe. Eventuell ein edler Kapuzenpulli, ein schöner schwarzer Hut, eine Mütze, nicht so ein Bio-Filz-Schlumpf-Teil. Oder setze ich den grünen Fahrradhelm auf? Oder die wollene, pinke Pussyhat vom Quiet-Auftritt umwickelt mit dem grünen Schal? Ich schmunzele. Aber ich will mich nicht bloßstellen, das brauche ich nicht. Ich bin aufrichtig und möchte auch nicht mehr anders als ehrlich zu mir selbst, zu Freundinnen und Freunden, Familie, Kolleginnen und Kollegen sein.

Als ich mit dem Rad in die Luisenstraße in Mitte einbiege, die Zielgerade quasi erreicht habe, fährt ein Linienbus langsam hinter mir her und überholt nicht. Ein Mann mit Akzent mischt sich ein und schreit: „Fahr schneller, Du Scheißfahrradfahrer!“ Kurz zucke ich zusammen und überlege, ob ich zurück schreien soll, aber das bringt nichts, außer Ärger. Es liegt heute irgendwie viel

Frust und Aggression in der Luft, auch zwischen den Menschen scheint es zu kriseln. Es war nicht einzusehen, was für ein Problem der Mann mit mir hatte, denn er wurde gar nicht eingeschränkt. Ich lasse mich lieber nicht provozieren, ich brauche meine Energien für mich. In der Klinik angekommen, sitzt der Wartebereich voll, auch mit vielen wohl türkisch-arabischen Menschen, Kaugummi kauend, auf dem Handy tippend. Fühlt sich komisch an. Ich denke bei mir, es wäre eventuell ausreichend, wenn bei einer Patientin nicht der ganze Clan mit anrücken und hier Alles blockieren würde. Erwischt bei der Missstimmung gegen ausländische Mitbürger, Entschuldigung dafür.

Chemotherapie

Klappe, die Erste!

Meine beste Freundin Kathi aus Marburg ist gekommen, um mich bei meinem ersten Chemotherapie-Zyklus zu begleiten. Diese Freundschaft ist so wunderbar, ich bin ihr unendlich dankbar dafür! Wir waren gestern noch in der Mall in der Leipziger Straße shoppen. Vier Langarm-Shirts und ein Kapuzenpulli sind dabei herausgekommen. Ich habe alles vergessen, was mir vor neunzehn Jahren bei der Chemotherapie widerfahren ist, habe es einfach genossen, unterwegs zu sein. Wir saßen abends sogar draußen im offenen Teil der Mall, Anfang Oktober, und tranken einen Kaffee. Ich hatte den gesamten Tag gefastet, nur fünf Paranüsse gegessen, als der Magen knurrte. Ich wollte es ausprobieren, ob mir die Chemotherapie durch das Fasten besser bekommen würde.

Am nächsten Morgen mussten wir früh in der Klinik sein. Ich bekam Blut abgenommen und hatte direkt im Anschluss ein Gespräch bei der begleitenden Ärztin. Sie bestellt, wenn die Blutwerte in Ordnung sind, die Medikamente für die Chemotherapie in der Apotheke. Meine Werte waren in Ordnung und so ging ich mit meiner Freundin das erste Mal eine Etage höher in einen Raum mit sechs bequemen Stühlen, auf denen ich bei den nächsten Malen auch die Chemotherapie verabreicht bekommen würde. Die Schwester bereitete die Medikamente vor, während ich mir einen Stuhl am Fenster aussuchte und mich für den Tag einrichtete, denn die Medikamente laufen einige Stunden durch. Meine Freundin war dabei und hielt mir die Hand. Mir liefen die Tränen, sie tröstete mich. Ich erinnerte mich an die Chemotherapie von damals, vor neunzehn Jahren, dachte an die Nebenwirkungen, hatte Angst und Sorge, wie es wohl diesmal sein würde. Ich hatte einfach Angst davor, wie mein Körper dieses Mal auf die Vergiftung reagieren würde. Nach kurzer Zeit

kam die Schwester und brachte den Medikamenten-Cocktail, aufgehängt an einem Metallständer, mit dem ich zur Toilette rollen konnte. Ich habe Tränen in den Augen, als die Schwester den ersten Beutel an den Port anlegt. Sie sieht es und streicht mir über den Arm. Trotz ihres Jobs haben sie noch einen Blick auf die Patientinnen und Patienten und zeigen Verständnis für Emotionen. Als es anläuft, geht es, denn die Behandlung beginnt und das Warten hat ein Ende. Ich schalte emotional auf „Ich mache jetzt meinen Job.“ um. Meine Freundin geht spazieren, denn das Wetter ist ausgesprochen gut, mild und sonnig für Anfang Oktober. Sie kommt immer mal wieder zwischendurch in den Behandlungsraum, um nach mir zu sehen. Ich werde langsam müde und dämmere einfach ein. Das scheint die beste Technik zu sein, denn mit etwas Glück gehen die gesunden Zellen in eine Art Ruhezustand und werden eventuell nicht von den Zytostatika abgetötet. Nach fünf Stunden ist der erste Zyklus durchgelaufen. Etwas taumelig, aber relativ gut gelaunt verlasse ich mit meiner Freundin die Klinik. Ich genieße es, draußen an der frischen Luft zu sein. Da geht es mir gleich besser. Ich entschieße mich, mit meiner Freundin zur S-Bahn zu laufen und nicht mit dem Taxi nach Hause zu fahren. Es ist ein komisches Gefühl, nach einem solchen Medikamenten-Cocktail mit allen anderen Menschen wie normal unterwegs zu sein. Wir steigen in Charlottenburg aus, laufen Richtung Stuttgarter Platz und kehren in mein asiatisches Lieblingslokal ein. Ich esse eine Hühnersuppe mit erstaunlichem Appetit. Eigentlich ist alles ganz normal. Es fühlt sich nur für mich gerade nicht so an. Aber die umgebenden Menschen wissen ja nichts von meiner Behandlung. Zu Hause angekommen ruhen wir uns aus und sehen gemeinsam noch fern. Immerhin ein guter Anfang einer anstrengenden, bevorstehenden Chemotherapie.

Ernährung

Ich stelle mich auf die Waage und sehe, dass ich sieben Kilo abgenommen habe. Mein Körper schreit: „Spinnst Du, du Opfer, ey?“ Zur Blutabnahme

muss ich heute mal in die erste Etage im Gebäude der Charité in der Invalidenstraße, was ja weiter nicht schlimm ist, wäre da nicht dieser Gestank. Es hat mich fast umgehauen. Es roch, als wenn es in der Klinik seit einer Woche nur Kohl zu essen gegeben hätte, nicht einmal die Fenster geöffnet wurden und die Patienten aufgrund der entstandenen Blähungen auch noch in diesen Mief eine Woche lang reingefurzt hätten. Hilfe! Es ist eigentlich bekannt, dass die Sinne bei Chemotherapie geschärft sind, zumindest ist das meine Erfahrung von vor neunzehn Jahren und jetzt wieder nach Verabreichung meines ersten Zyklus Chemotherapie. In diesem Kohl-Furz-Gemisch sitzen die hochsensiblen Chemo-Patienten stundenlang, um ihre Infusionen durchlaufen zu lassen. Wie furchtbar ist das denn? Eine Dame bekommt dieses Essen auf eigenen Wunsch. Die Schwester, die das Essen austrägt, antwortet auf die Frage der Patientin, dass es Gemüseintopf gibt. Ich sehe, dass ein in Zucker gewälzter Pfannkuchen oder Berliner als Nachtisch daneben liegt, mit viel Zucker, bekanntermaßen ernährungstechnisch auch sehr gesund. Vor neunzehn Jahren verspeiste ich nach meinem ersten Chemo-Zyklus nichts Böses ahnend eine Brokkoli-Cremesuppe zum Abendessen, sie schmeckte lecker. Nachts wurde ich wach und dachte, ich platze oder sterbe gleich. Mein Bauch war so dick, dass man hätte annehmen können, dass ich die erste Spontanschwangere der Welt wäre. Ich klingelte nach einer Schwester, setzte mich alleine auf die Bettkante und kollabierte ihr ungefragt direkt in die Arme. Sie ließ mich vorsichtig auf den Boden sinken. Nach einer Sekunde, für mich einer gefühlten Ewigkeit, fand ich neben mir den völlig übermüdeten Stationsarzt sitzen. War auch schön! Im blauen Ratgeber, eine Serie von Heften zu jeder speziellen Krebserkrankung und Tipps zum Verhalten bei oder zur Vorbeugung von Nebenwirkungen, stand schon damals im Ernährungsteil, dass man bei Chemotherapie blähende Lebensmittel, wie zum Beispiel Kohlgemüse und Hülsenfrüchte wie Linsen, Bohnen und Erbsen meiden sollte. Wieso, bitte schön, haben die Kliniken bis heute nicht dazugelernt und bieten schwerstkranken Patienten so etwas zu essen an? Warum können sich Ernährungsberater immer noch nicht durchsetzen im Gesundheitssystem Deutschland?