

**Pfarrfrau, Mutter, Lehrerin**

# Optimismus als Therapie

Foto: Carmen Gämbler



Barbara Seuffert

Die Autorin dieses Erfahrungsberichts praktiziert mehrere Berufe. Zum Beispiel ist sie Oberstudienrätin. Und Mutter von vier Kindern, den zehnjährigen – adoptierten – Zwillingen (ein Mädchen und ein Junge), und zweier Töchter von 13 und 17 Jahren. Nebenbei bearbeitet sie einen großen Garten mit Gemüse, Hund und Hühnern und ein entsprechendes Haus. Denn schließlich ist sie auch noch Pfarrersfrau, was für sich genommen schon ein „Fulltimejob“ ist. Darüber hat sie übrigens ein Buch geschrieben, was gerade erschienen ist und den Titel hat „Fröhlich soll die Pfarrfrau springen“ (bei GTB Siebenkorn). Schriftstellerin ist sie nämlich auch, wenn es die Zeit erlaubt. Sie fühlt sich „immer angespannt“ und braucht es sich nicht von Psychologen erzählen zu lassen, daß sie ein „Brustkrebs-Typ“ sei. Sie „weiß“ es selbst...

**A**m 13. Dezember 1982 schoß aus einer stillen Nebenstraße ein Auto auf mein altes 23-PS-Vehikel zu und verwandelte es in einen Schrotthaufen, dem ich leidlich unversehrt nebst einer Tüte frisch geschriebener Schulaufsätze entstieg. Damit war erst einmal ein Schlußstrich gezogen unter aufreibende Jahre voller Hektik, Trauer und Arbeit. Adieu Weihnachtsrummel, adieu Schulstreß, adieu blaue Ente...

Diese Vorgeschichte muß ich erzählen, weil ich sonst nie Gelegenheit gehabt habe, meinen Körper abzutasten, auf seine Warnsignale zu achten, mich bemitleiden zu lassen, mich zu wehren. Ich hatte immer so schön funktioniert! Seit der Geburt des zweiten Kindes, das ich lange stillte, hatte es keine Pause gegeben und bei der Adoption der Zwillinge keinen Tag schulfrei (die waren da Babies, eines noch dazu krank). Der Beruf meines Mannes schluckte nicht nur ihn, sondern vereinnahmte mich und die vier Kinder ebenfalls.

Am 20. Dezember entdeckte ich eine „Prellung“ an der rechten Brust, hart und groß wie ein Hühnerrei. Sicher kam das vom Aufprall beim Unfall oder vom Bügeln der 27 Chorröcke für die Weihnachtsaufführung. Der Hausarzt schickte mich sicherheitshalber zur Mammographie.

Der Radiologe, Skilehrertyp, witzelte arrogant angesichts meines Kummer-specks: „Ganz schön dicke Haut!“ Das tat mir mehr weh als die Röntgenaufnahmen, wo jede Brust einmal horizontal und dann vertikal zwischen zwei Platten gequetscht wird. Als der Arzt mich aus der Kabine holte – seit ich als Kind im Luftschutzbunker verschüttet war, ver-

gehe ich in dunklen Kabinen vor Angst —, war er wie umgewandelt und erregte mit seiner sanften Freundlichkeit höchsten Argwohn: Da sei nicht alles in Ordnung, aber „wir“ würden das schon machen, er besorge sofort einen Termin. „Ja, aber übermorgen ist Weihnachten. . .“, wandte ich ein. „Weihnachten hin, Weihnachten her!“ war auch sein energisches Argument, als die Krankenhäuser, die er anrief, alle ablehnten. Ob das dringend sei?? „Wie können Sie es wagen, meine Diagnose anzuzweifeln?“ Ach, ich genoß es sehr, daß sich jemand für mich echauffierte und daß ich so wichtig war! Ein Hospital wollte dann die Operation — selbst am Heiligen Abend — durchführen.

Bei diesem Gespräch fiel nie das Wort Brustkrebs, ich wußte aber genau, daß es das war. Es schockte mich nicht, ich befand mich in einer Art Trance, sah rote Autos auf mich zurasen und hörte Glas splintern. . .

**W**as „Brustkrebs“ bedeutete, hatte mich nie interessiert. Zur Krebsvorsorge bin ich nie gegangen. Meine Lieblingstante, an Krebs gestorben, habe ich herzlich beweint; auch eine blutjunge Freundin, die wenige Tage vor meinem Unfall beerdigt wurde, hatte Krebs gehabt. Ich dachte: Nun bringt dich also nicht die Arbeit um, sondern „es“ frißt dich von innen auf, eine Natter hegst du am Busen, — gut, schneiden wir „es“ weg.

Nachmittags schmückte ich den Weihnachtsbaum, erklärte den Hinterbliebenen, wo die Geschenke versteckt sind und wer beim Weihnachtsspiel wann was wo und wie zu sagen hat.

Am 23.12. früh um 7 Uhr bereitete der Chirurg mich auf die Operation vor: Zunächst werde ein Schnellschnitt gemacht, dieses Gewebe werde eingeschickt und die Operation bis zur telefonischen Bekanntgabe des Untersuchungsergebnisses unterbrochen. Wenn das Gewebe maligne, bösartig, sei, werde er die ganze Brust abnehmen. Ich nickte ergeben und müde. Im Krankenhaus war es sehr still und feierlich. Das Personal und die meisten Patienten waren in die Weihnachtsferien entlassen, ein paar liebe ältere Nonnen schwebten wie weiße Vögel durch meine Träume.

Als ich am nächsten Morgen meinen

Narkoserausch ausgeschlafen hatte und auf eigenen Beinen stehen mußte, war Weihnachten vorbei. Die Kinder hatten mit ihrem Vater eng umschlungen unter dem Baum gegessen, ohne die Geschenke zu beachten, und an ihre Mutti gedacht. Sie sagen, es sei ein schönes Fest gewesen. Trotzdem. Und bitte nicht weinen.

**N**ach zehn Tagen wurden die Fäden gezogen, und ich durfte gehen. Als ich mich mit meinem Riesenspaster im Spiegel sah — ganz flach —, zitterte mir das Kinn, und die Tränen liefen.

Ich machte mir Sorgen, ob nicht jedem sofort meine platte Brust auffällt. Leider kam niemand vom Sozialdienst des Hospitals vorbei, weil es halt die Woche zwischen Weihnachten und Neujahr war.

Einmal mußte ich mich aber bei der Nachtschwester ausweinen. Sie rief noch am Silvestertag eine Dame aus einem orthopädischen Geschäft herbei, die mir eine Erstversorgungsprothese verkaufte (eine Füllmasse für den BH) und mir eine „echte“ Prothese zeigte. Diese Silikon-Brüste sind ganz weich und seidig-warm, sie haben auch das richtige Gewicht. Ich durfte sie aber erst später tragen, als alles verheilt war.

Mit der Operation war ich „erfaßt“ und befand mich plötzlich in einem Prozeß, wie auf einem Fließband, an dessen Ende ich medizinisch heil dastehen sollte. Da wurden Untersuchungen und Röntgenaufnahmen gemacht (Knochen- und Leberszintigramm) und die Bestrahlungen festgelegt.

**E**inmal „sprang“ ich sozusagen vom Fließband und ließ mir alle Unterlagen zeigen, weil ich mir in dieser Maschinerie verraten und verkauft vorkam. „Bitte zeigen Sie mir genau den kritischen Bericht des Pathologischen Instituts, wo steht das Wort Karzinom? Ist das wirklich *mein* Excisat gewesen?“

Obwohl solche Auftritte ja entsetzlich stören, waren alle sehr geduldig und erklärten mir wie einem trotzigem Kind, wie es weitergeht: Also, die Bestrahlungen werden ganz individuell festgesetzt.

Die zu bestrahlende Stelle wird zunächst eingezeichnet, wobei genau der Winkel und die Strahlendosis errechnet werden. Ich trug nun vier Wochen lang schwarze, rote und grüne Vierecke und Linien auf der Haut.

Bei der ersten Bestrahlung einer Serie von 20 bekam ich einen „Strahlenkoller“, sowas wie eine Gallen-Leber-Nieren-Kolik. Alle schrien: „Das gibt es doch nicht!“ Es gibt es aber doch. Später lief alles ganz gut.

**W**ährend der Bestrahlungszeit darf man sich nicht duschen, nicht sonnenbräunen, nur pudern, weil die Haut so angegriffen ist. Nach den ersten zwanzig Bestrahlungen kam ein Monat Pause. Ich brauchte nicht zur Schule zu gehen, konnte aber im Haushalt auch nicht zupacken, weil durch die Entfernung der Lymphdrüsen der Arm schonend behandelt werden mußte, er schwoll oft an und muß durch eine bestimmte Gymnastik (Mamma-Gymnastik) erst wieder eingeübt werden.

Ich war in der ganzen Zeit sehr mißmutig, depressiv wie vorher immer, las viel über das Thema Krebs, trank auf Anraten einer Bekannten Rote-Bete-Saft und einen Hefeextrakt und quoll dementsprechend auf, ärgerte mich maßlos über die Krankenkasse, die sich weigerte, die Fahrten zur Strahlenklinik zu zahlen, und mußte mir täglich anhören, wer sonst noch eine Brustamputation hatte und damit 100 Jahre alt und glücklich geworden ist. Was die Leute so Trost nennen. . .

**M**anchmal erinnerten sich meine vier Kinder daran, daß sie mir immer Freude machen sollten, was aber immer ins Gegenteil umschlug. Auch von der Schule brachten sie mehr Fünfen mit denn je.

Da machte ich die Adresse der Dame von der „Frauenselbsthilfegruppe nach Krebs“ ausfindig und fand endlich Unterstützung, denn sie half mir, die Gelder von der Krankenkasse einzutreiben, beriet mich beim Kauf der Prothese und schlug einen Sanatoriumsaufenthalt vor. Davor hatte ich natürlich Horror, weil das mit viel Energie und Zeitaufwand

verbunden ist: Eingaben beim Schulamt, Gesundheitsamt, Suche nach einem Sanatorium, nach einer Hilfe in diesem wahnsinnig großen Haushalt mit einem zerstreuten Mann und vier Kindern und unübersehbarem Viehzeug. . .

Schließlich war es Juni, und ich war in einer Klinik und wollte nur noch meine Ruhe haben. Vierzehn Tage lang habe ich mit keinem gesprochen, stand auf dem Balkon und starrte tief unten das grüne Gras an. Ich war müde – sterbensmüde – lebensmüde.

Bei einer Veranstaltung sang neben mir eine Frau mit so klarer Stimme, daß ich auf sie aufmerksam wurde. Später entdeckte ich sie in derselben Klinik unter den 140 Patienten, sah sie im Speisesaal, redete mit ihr vor der Badeabteilung, aha, mein Jahrgang, auch Brustkrebs, mehrere Kinder, die Männer hatten den gleichen Beruf. Und sie wohnte sogar im Zimmer nebenan!

Von da an ging es mir gut. Wir gingen gemeinsam schwimmen, lachten uns schief, gingen zum Töpferkurs, der in der Klinik unter der Leitung einer bezaubernden Werklehrerin stattfand, und töpfernten uns unsere Not vom Herzen: Ich schuf dämliche Gänse und ein grausiges Krokodil – mein Krebs –, der im Brennofen zersprang. In der Klinik waren Tanzabende, bei denen die Patienten so ausgelassen wie niemand anders sonst sind, besonders die Kehlkopfflosen sind ganz lustige Leute.

**W**ir gingen auch zum Gruppengespräch mit dem Klinikpsychologen und einer Ärztin, die uns fragend weiterhalfen. Ich hatte den Eindruck, als seien die anwesenden Frauen mit Brustkrebs sich sehr ähnlich im Wesen. Sie mußten alle erst lernen, sich nicht zu ducken, nicht immer Ja! zu sagen, aggressiv zu sein, sich zu wehren, ihren eigenen Bedürfnissen nachzugeben.

Ich träumte seit Jahren davon, einmal ein Fenster aufzumachen und über die Straße eine Publikumsbeschimpfung zu brüllen, wobei das Öffnen des Fensters sicher sehr symbolisch ist. Aber ich habe das natürlich nie gewagt, nur im Traum –, und allmählich wurde es ein richtiger Zwang. Es war sehr erleichternd, sich diese Geschichte in der Grup-

pe vom Herzen zu reden.

Das beste Anti-Krebs-Medikament gab mir der nette Chefarzt der Klinik. Er studierte den Schlußbericht, prüfte wortlos die Befunde, äußerte sich auch nicht über mein tolles Blutbild, er sagte nur: „Sie sind eine interessante Frau“. Auch wenn ich es nie gewesen wäre, in diesem Augenblick habe ich mich riesig interessant gefunden und sehr gefreut, weil *der* Kommentar eben hilfreicher für mich war als die Feststellung, daß andere mit Brustkrebs 100 Jahre alt und glücklich werden oder daß ich ja „nur“ Brustkrebs habe oder daß ich mich streng an eine Krebsdiät halten soll.

Obwohl ich mich einer gesunden Lebensweise befleißige und mir selbst das „wissenschaftlich nicht allgemein anerkannte, daher nicht beihilfefähige“ Mittelpräparat spritze (das habe ich auch in der Klinik gelernt und wurde zum überzeugten Anhänger), ist für mich die beste Therapie: eine Aufgabe und eine große Hoffnung zu haben.

**M**eine Aufgabe ist die Arbeit in der Schule mit den vielen klugen und schwierigen und lustigen Schülern. Wir machen Gedichte und spielen Theater und denken uns tolle Sachen aus. Und ich mache manchmal das Fenster auf und schreie über den Schulhof: „Spinnt ihr da? Laß sofort die Tussi in Ruhe, du Lümmel!“ Hach, das tut gut.

Manchmal sagt auch ein Kollege, völlig unbeabsichtigt natürlich, etwas Belebendes: „Ach, ich wußte gar nicht, daß Sie Kinder haben. . .“ Mann, der hatte den hausbackenen Geruch nach Bratkartoffeln, Windeln, Läusepulver wirklich noch nicht wahrgenommen! Ich kam mir tagelang gepflegt, alleinstehend, begehrenswert – kurzum: interessant vor!

Diese Arbeit half mir auch, die zweite Tumoroperation vor zwei Monaten zu überstehen. Drei Ärzte hatten den Tumor am Bein als Melanom angesehen. Ich wußte, daß das ein ganz bösartiger Hautkrebs ist, aber ich wollte doch so gerne mit einer Klasse das Märchenspiel auf die Bühne bringen, und ein Verleger wollte meine Gedichte veröffentlichen im nächsten Jahr, ich freute mich so sehr darauf! Ich konnte jetzt kein Melanom brauchen.

Also ließ ich mich für eine Woche be-

urlauben, ließ mir in vertrauter Umgebung von dem vertrauten Chirurgen „das Ding“ herausschneiden und hörte mir fröhlich die in ungläubigem Staunen vorgetragenen Mitteilungen an: „Pathologisch-anatomische Begutachtung: . . . Kein Malignitätsverdacht.“

Na, siehste!

Barbara Seuffert

*Nachtrag:*

*Darüber befragt, ob sie ihr Leben geändert habe, sagt Barbara Seuffert zu nächst mal: Nein. Z. B. hat sie sich „nicht behaupten können“, mehr Zeit für sich herauszuschlagen. Dann aber stellt sich heraus, daß sie den äußerlich gleichgebliebenen Alltag doch anders lebt. Heiterer und ohne Depressionen wie vor der Krankheit. Warum? Weil ihr klargeworden sei, wie kurz das Leben wirklich ist. Daß es jederzeit zu Ende sein kann. Und dann fällt ihr ein, daß vor der Krankheit immer so viel Schlimmes passiert sei. Das Auto dauernd kaputt, auch Mißverständnisse und Kränche und dann das Hühnersterben. (Noch am Tage vor der Operation habe sie wieder einen Hahn begraben müssen.) Das habe sich nun alles geändert.*

*Verständliche Beschönigung oder Verstehen einer Bedeutung? Die Frage muß nicht entschieden werden.*

I. S.