

# Wir sind nicht die Diagnose Krebs, wir sind Menschen!

*Rede zum 1. Symposium für Integrative Medizin in Stuttgart am 04.02.2019 -  
Christa Hasenbrink, Vorsitzende der Frauenselbsthilfe nach Krebs*

Sehr geehrter Herr Dr. Breitkreuz, Ihnen und Ihren Kollegen des „Kompetenznetzes Integrative Medizin“ herzlichen Glückwunsch zum „Einjährigen“.

Sehr geehrte Frau Staatssekretärin Mielich, werte Gäste. Es freut mich sehr, dass wir von der Selbsthilfe auch heute wieder zu einem Vortrag eingeladen sind und somit diese Wertschätzung im Kreis des Kompetenznetzes haben. Besonders auf der nicht so messbaren Ebene, der seelischen, sehen wir uns von der Selbsthilfe als wertvolle Unterstützung auf dem Weg zur Krebsbewältigung. Also auch eine komplementäre Ergänzung. Leider werden wir, von der Selbsthilfe, von der politischen wie medizinischen Seite hier oft noch nicht richtig wahrgenommen. Deshalb besonders herzlichen Dank an das Team dieses Kompetenznetzes für diese Einladung. Ich sehe uns hier von der Selbsthilfe als angenommen und angekommen an.

Gerade als selbst Betroffene kann ich die vielen Fragen, die uns in den Selbsthilfegruppen zur komplementären oder auch integrativen Medizin gestellt werden, nachvollziehen. Die Diagnose Krebs bedeutet für uns Betroffene immer noch einen gravierenden Einschnitt in unser Leben. Diese Erkrankung befällt nicht nur Zellen und Organe. Es fordert den Menschen als Ganzes. Ängste und Sorgen tauchen auf, ebenso Fragen nach Ursachen und Sinn. Wir sind nicht die Diagnose Krebs, wir sind Menschen. Die hohe emotionale Belastung wirkt sich stark auf die Psyche und das soziale Leben von uns Patienten aus. Große Angst machen uns die häufig unerwünschten Nebenwirkungen der Therapien, besonders denen der standardisierten, leitlinientreuen Schulmedizin. Wir wissen aber auch, dass diese, nach jetzigem Stand, mit Studien für verlängerte Überlebenszeiten belegt sind.

Im Vordergrund der schulmedizinischen Therapien steht noch überwiegend die Bekämpfung der Krebszellen. Oft sind jedoch onkologische Therapien mit Nebenwirkungen verbunden, die alle Organsysteme betreffen können. Folgen wie z. B. Schlafprobleme, Fatigue, Bewegungsschwäche, Sensibilitätsstörungen, Geschmacksverlust oder auch Konzentrationsschwierigkeiten bringen diese häufig mit sich. Da ist es nicht verwunderlich, dass sich viele von uns komplementäre Begleitung wünschen. Hier wird die allein angewandte Schulmedizin als zu „KALT“ empfunden.

Entartete Zellen, Laborwerte, mögliche Therapien, mit all diesen Worten sind wir laienhaften Patienten in unserer großen Angst bei dieser Diagnose einfach nur überfordert. Wir machen zu. Die gesunden Anteile werden hier meist ausgeblendet. Als frisch Betroffener fühlt man sich als Patient Tumor x, und Behandlung y. So kann Angst entstehen. Fragen nach Lebensqualität und ganzheitlicher Auswirkung der Krankheit kommen auf.

Die Lebensqualität ist in allen Phasen einer Krebserkrankung von Bedeutung. In der Akutphase, der Nachsorge und im palliativen Bereich. Lebensqualität ist vielschichtig, sehr individuell und nicht so einfach zu definieren. Sie bedeutet für kranke Menschen grundsätzlich etwas anderes als für gesunde. Sie wird oft erst dann schmerzlich bewusst, wenn sie Einbußen erlitten hat oder verloren gegangen ist. Die Reihe der Auswirkungen einer Krebserkrankung auf die Lebensqualität ist lang. Hier kann eine integrative Behandlung zu einer verbesserten Lebensqualität führen. Den einen beeinträchtigen die körperlichen, die tumor- und therapiebedingten Schmerzen, das Leben. Für andere sind es die seelischen, wie massive Ängste vor Siechtum und Tod. Bei jüngeren Patienten kann es durch die Erkrankung auch noch zu finanziellen Sorgen kommen. Meist fehlt die Kraft im Diagnoseschock und in unserer Verletzlichkeit, sich da mit dem Arzt auseinander zu setzen. Da kommt dann schnell die Selbsthilfe ins Spiel.

Viele von uns interessieren sich schon sehr früh nach der Diagnosestellung für unterstützende Möglichkeiten in der Krebstherapie. Es gibt für uns in der Selbsthilfe kein anderes Gebiet, auf dem wir so viele Fragen und so wenig wissenschaftliche Informationen haben. Die Werbung suggeriert auf vielfältigste Weise Hilfe. In den neuen Medien sind Unmengen an ungefilterten Informationen, die den Erkrankten Hoffnungen machen. Doch daraus entstehen immer mehr neue Unsicherheiten. Es ist sicherlich der fehlenden Zeit geschuldet, dass viele Ärzte sich auf diesem Gebiet nur wenig oder gar nicht fortbilden. Wenn Fragen wie: „Was kann ich selber für mich tun“ bei den Ärzten gestellt werden, wird uns Patienten vorwiegend Sport und gesunde Ernährung mit auf den Weg gegeben. Das ist eine gute und wichtige Empfehlung. Doch viele von uns wollen mehr für ihre Gesundheit tun. Mehr für erträglichere und weniger Nebenwirkungen. Mehr für ein gestärktes Immunsystem, mehr für eine bessere Lebensqualität. Sie wollen sich aktiv an den Verbesserungen ihrer Situation beteiligen. Das ist ein gutes Zeichen. Ein Zeichen, dass sie nicht resignieren, ein Zeichen, dass sie sich kümmern und nicht nur kümmern lassen. Ein Zeichen der Hoffnung!

Hoffnung haben, Hoffnung machen, ist sehr wichtig und kann heilsam sein. Hier aber die Grenze des Möglichen zum Unmöglichen zu finden, das ist schwer realisierbar.

[Fulbert Steffensky](#) [Anm.d.Red.: Deutscher Theologe] sagt: „Hoffnung lernt man dadurch, dass man handelt, als sei Rettung möglich. Hoffnung ist kein Garant für einen guten Ausgang der Dinge. Hoffen heißt darauf vertrauen, dass es sinnvoll ist, was wir tun. Hoffnung ist der Widerstand gegen Resignation, Mutlosigkeit und Zynismus.“

Ich als Betroffene und aus Sicht der Erfahrung in der Selbsthilfe kann sagen, Hoffnung ist ein wichtiger Wegbegleiter. Angefangen von der Diagnosestellung bis hin zu jeder Nachsorgeuntersuchung. Da suchen viele von uns nach komplementärer Begleitung.

Aber da die komplementäre Medizin überwiegend noch nicht mit brauchbaren Studien belegt ist, können wir diese nur mit Hoffnung untermauern. Sie, das Kompetenznetzwerk, sind auf dem Weg, uns Krebspatienten/uns Selbsthilfen, die komplementäre Medizin sinn- und maßvoll anzubieten. Es macht uns sicherer und handlungsfähiger, wenn

wissenschaftliche Belege für diese Therapien da sind. Das sind Schätze für uns in der Selbsthilfe, für uns Betroffene!

Es ist auch eine Chance, dass die Kostenübernahme durch die Krankenkassen nicht mehr so einfach verweigert werden können. Jedem von uns Erkrankten ist es dann möglich, diese Unterstützung zu einer verbesserten Lebensqualität in Anspruch zu nehmen. Egal wie seine finanzielle Lage aussieht.

Laut Aussage unseres Bundesgesundheitsministers aus der vergangenen Woche, könnte es jedoch passieren, dass die gesetzlichen Krankenkassen diese Kosten zukünftig nicht mehr übernehmen sollen. Das wäre ein Rückschlag für uns Patienten und auch für das Kompetenznetz integrative Medizin.

Es ist wichtig zu wissen, welche zusätzlichen, unterstützenden Maßnahmen in der Krebstherapie wertvoll sind. Noch wichtiger ist es für uns Begleiter von Krebserkrankten in der SH, dass wir informiert sind, was nicht gemacht werden darf. Was bei einer Krebserkrankung oder während einer Krebstherapie kontraproduktiv ist. Gerade durch nicht fachgerechtes Eingreifen in die laufende Therapie können viel größere Schäden entstehen, als manche nicht wirksamen Zusätze der schulmedizinischen Behandlung.

Das ist ein wichtiger Grund, warum wir in der Selbsthilfe unsere Teilnehmer bitten, mit ihrem Arzt über ihre Wünsche von komplementären Maßnahmen zu sprechen. Wir Patienten wünschen uns, dass wir mit diesen Anliegen ernst genommen werden. Wenn die Unterstützung zur Verbesserung der Lebensqualität oder Erleichterung der Nebenwirkungen außerhalb der schulmedizinischen Versorgung abgewiesen wird, dann besteht die Gefahr, dass der Patient selbst „rumdoktor“. Das kann schwerwiegende Folgen haben. Es kann einen normalerweise guten Therapieerfolg schmälern oder gar verhindern.

Wie können wir in der Selbsthilfe aktiv die medizinische Versorgung unterstützen oder die Nebenwirkungen minimieren?

Fachvorträge zur integrativen Medizin stehen heute bei fast allen Gruppen auf dem Programm. Die von Ihnen zusammengefassten Ergebnisse können wir in den Gesprächskreisen, bei denen immer Fragen zu ergänzenden Therapiemöglichkeiten im Vordergrund stehen, gut mit einbringen.

Um aus verhängnisvollem Grübeln ausbrechen zu können, bieten viele unserer Selbsthilfegruppen bereits auch Unterstützung an, z.B. Maltherapie, Singen, Tanzen, Yoga, Kochen, Sport und Gesprächskreise. In diesem Jahr gehen wir schon zum zehnten Mal mit Krebserkrankten auf den Jakobsweg. Ein voller Erfolg ist das Tanztheater mit Krebserkrankten in Freiburg. So kann Seele, Geist und Körper immer wieder harmonisiert werden.

Wir, die Selbsthilfe, werden immer mehr als wichtiger Partner in der Versorgung von Menschen mit einer Krebserkrankung gesehen. Sie ist heute eine nicht mehr weg zu denkende Säule in der Versorgung von Tumorpatienten. Für die Selbsthilfe und uns

Krebspatienten sind Sie, das Kompetenznetzwerk, mit Ihrer Arbeit in der integrativen Medizin ein großer Meilenstein für Veränderungen. Wir sind dankbar, dass Sie sich mit der integrativen Medizin auf den Weg gemacht haben. Wir freuen uns, ihn mitgehen zu dürfen.

Ich sehe die komplementäre Medizin aus Sicht von uns Patienten auch als eine positive, eine gesundheitsunterstützende Möglichkeit einer Therapie, die nicht mit dem belastenden Wort Krankheit belegt ist. Dazu passt der Satz von [Kurt Hahn](#), dem Mitbegründer der Schule Schloss Salem, meiner Heimat:

„Es gibt nicht nur ansteckende Krankheiten, es gibt auch ansteckende Gesundheit.“

In diesem Sinne wünsche ich dem Kompetenznetz Integrativer Medizin gutes Zusammenarbeiten untereinander und mit den Selbsthilfen und immer ein Brennen für diese wertvolle Arbeit.

Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.