

lebensmut

Magazin zum Thema Leben mit Krebs



**Jung, Krebs
und mitten
im Leben**

Mit Worten
Brücken bauen –
Gespräche
mit dem Arzt

Gehen macht stark!

Jung, Krebs und mitten im Leben

Was wird aus meinen beruflichen Plänen? Kann ich noch Kinder bekommen? Wie finanziere ich jetzt mein Leben? Junge Erwachsene mit Krebs haben ganz eigene Bedürfnisse und Themen. Deshalb gibt es immer mehr Initiativen und Angebote für Betroffene zwischen 18 und 39 Jahren.

Eine der Initiativen ist JuKK – Jung. Krebs. Kontakt. –, ein Netzwerk junger Betroffener in München. „Einige von uns haben die Behandlung schon hinter sich, andere sind mittendrin und wieder andere versuchen gerade, sich mit der Diagnose zurechtzufinden“, beschreibt Erika Egeli, eine der drei JuKK-Gründerinnen und Gründer, die Gruppe. Sie treffen sich regelmäßig einmal pro Monat und verabreden sich auch zu gemeinsamen Unternehmungen. Die Idee von einer Austauschmöglichkeit für junge Erwachsene mit Krebs kam 2015 von der Bayerischen Krebsgesellschaft (BKG) und lebensmut. Sie hatten ein Treffen interessierter Betroffener angestoßen, wohl wissend, dass ein spezielles Angebot für junge Patienten fehlte.

Startschuss für die Initiative JUCC

Erika Egeli hatte diese Idee sofort gepackt. Gerade frisch operiert, ließ sie sich von einem Freund zum Krebs-Informationstag fahren, wo lebensmut und BKG das Projekt vorstellten. Zum ersten Projekttreffen damals im Oktober 2015 kamen über 20 junge Leute. „Wir haben überlegt, was unsere Bedürfnisse sind, wie ein Netzwerk aussehen könnte und wer sich engagieren wollte“, erinnert sich Erika Egeli. So wurde sie zur Mitinitiatorin von JuKK. Das Wort Selbsthilfegruppe mochte keiner von ihnen. Natürlich geht es bei ihren regelmäßigen Treffen darum, die gemachten Erfahrungen zu teilen und sich gegenseitig zu helfen, mit Tipps, Infos und Empfehlungen. Doch im Fokus stand von Anfang an die Aktivität. „Unsere Botschaft lautet: Komm, bleib aktiv, versuch es. Auch während der Behandlung. Mach Sport, beweg dich, lache, lebe – das hilft und tut einfach gut, wir haben das selbst erlebt.“ Also treffen sie sich zum Wandern und Rodeln, gehen gemeinsam was trinken, machen einen Kochkurs.

Erika Egeli erhielt Anfang 2015 die Diagnose Brustkrebs. Damals war sie beruflich in der Krise und hatte gerade vorsichtig ihre Fühler nach einer Alternative ausgestreckt. Der Krebs wurde für die heute 35-Jährige zur Entscheidungshilfe. „Ich habe versucht, das Ganze positiv zu sehen, und die Zeit des Leerlaufs zu nutzen, um zu sehen, was ich wirklich machen will,“ erzählt sie. Heute, nach Chemotherapie, Operation und Bestrahlung, ist sie wieder Vollzeit beschäftigt. Den sanften Einstieg in den neuen Job schaffte sie während der Chemotherapie.

Sie hatte viel Glück, findet sie, und treue Freunde, die sie gerade auch am Anfang der Chemo aus dem Bett zerrten und in Bewegung brachten. Heute hat sie bis auf die Anti-Hormon-Therapie alle Behandlungen hinter sich. Doch die JuKK-Treffen bleiben wichtig, sie hat dort Freunde und freut sich, anderen weiterzuhelfen. rk

Orientierung und Hilfe für junge Erwachsene mit Krebs

- 1. Netzwerk JuKK – Jung. Krebs. Kontakt. in München:** Treffen und Termine unter www.jukk.de und auf www.facebook.com/Netzwerk.JUCC
- 2. Kontakt und Beratung von Experten** (Online-Chat, Telefon, Gespräche vor Ort): www.junges-krebsportal.de
- 3. Broschüre „Jung & Krebs. Erste Hilfe“:** Infos und Tipps von Betroffenen Download unter www.junges-krebsportal.de



Fotos: © privat

Foto: © lebensmut e.V.; Klinikum der LMU, Andreas Steiger

Zehn Jahre Ehrenamt

Einmal pro Woche schieben die Mitarbeiter der Mobilien Bibliothek ihren Bücherwagen über die Stationsflure der Medizinischen Klinik III. Sie bringen Zeitschriften und Bücher mit – und immer viel Zeit zum Zuhören, Reden, oft auch einfach zum Plaudern. Maria Trachsel ist eine der vier ehrenamtlichen lebensmut Mitarbeiter. Seit zehn Jahren kommt sie schon regelmäßig auf die Stationen, ein kleines Jubiläum für die 74-jährige Rentnerin. Und obwohl sie gesundheitlich ein wenig angeschlagen ist, denkt sie nicht daran aufzuhören. „Die Patienten fragen ja immer wieder, warum ich das mache. Ja warum wohl? Weil es mich erfüllt, dass ich das machen kann und darf,“ sagt sie strahlend.

Zu lebensmut kam sie über eine gute Freundin, die sie während deren Krebserkrankung begleitet hatte. Nachdem diese Krankheit überwunden war, erzählte sie Maria Trachsel von lebensmut und der Mobilien Bibliothek. „Sie sagte damals, du, die suchst Leute – und du kannst das.“ Wer Maria Trachsel kennenlernt, merkt sofort: Sie liebt es, mit Menschen zusammen zu sein, Anteil zu nehmen und sich gemeinsam zu freuen. An die ersten Male auf den Stationen erinnert sie sich noch gut: „Das war für mich spannend. Aber immer, bevor ich anfangen zu grübeln, rede ich einfach. Und ich glaube fest, wenn man etwas mit Liebe und von ganzem Herzen tut, kann das nicht schiefgehen.“



„Unsere Gespräche sind manchmal weit weg von der Krankheit.“

Maria Trachsel

Bis heute weiß die ehrenamtliche Helferin nie, was sie erwartet, wenn sie an eine Tür klopft. Aber sie weiß, dass sie die Patienten mit ihrem Besuch keine Kraft kostet, weil sie unbeschwert kommt, ohne Angst oder Leiden. Und dass sie so oft auch zur willkommenen Abwechslung für die Patienten wird. Wie damals, als Akkordeonspieler auf einer Station spielten und sie spontan mit einem Patienten samt Infusionswagen ein Tänzchen hinlegte.

Und wenn der Patient nicht reden mag? „Dann schaue ich nur kurz rein und sage: Ich wünsche ihnen alles Liebe.“

Für ihre Besuche mit der Mobilien Bibliothek legt Maria Trachsel immer ihren knallroten Lippenstift auf. Nicht anders übrigens, als wenn sie sich für das bekannte Münchner Kabarett „Lach- und Schiefßgesellschaft“ zurechtmacht, wo sie regelmäßig die Gäste in Empfang nimmt. „So habe ich einen Grund, mich hübsch zu machen und rauszugehen, bin ich unter Menschen und habe etwas zu tun,“ sagt sie fröhlich. „Was sollte ich denn den ganzen Tag machen?“ Wir von lebensmut bedanken uns bei Maria für dieses große Engagement voller Lebensfreude und Herz. rk

Ich wollte mich der Krankheit nicht ergeben und habe immer versucht, weiter aktiv am Leben teilzunehmen.“

Erika Egeli, Mitbegründerin von JuKK München