

INSPIRATION

# LOSING IS NOT AN OPTION

Schwangerschaft und die Zeit nach der Geburt gehören zu den prägendsten Momenten im Leben. **Was, wenn man währenddessen an Brustkrebs erkrankt?**

Julia Glocker erzählt von ihren Erfahrungen.



## ■ Wann hast du gemerkt, dass etwas nicht stimmt?

Am Ende der Schwangerschaft hat sich meine Brust verändert und ich habe einen „Knubbel“ über der rechten Brustwarze bekommen. Ich dachte, es ist eine Milchdrüse und habe mir keine weiteren Gedanken gemacht. Nach der Geburt hatte ich dann das Gefühl, dass er durch das Stillen kleiner wurde, was wahrscheinlich eine Täuschung war, da einfach die Milchdrüse darunter kleiner wurde. Ich hatte zwar immer wieder Brustdrüsenentzündungen und Milchstaus, aber hab mich auch darüber nicht allzu sehr gewundert. Kurz vor meiner Rückkehr aus der Karenz ging ich zur Kontrolle zu meinem Gynäkologen, der sofort geahnt hat, dass es Krebs ist. Nach dem Ultraschall und der Mammographie, habe ich es Zuhause dann meiner Freundin und ihrer Tochter mitgeteilt. Sie waren ziemlich durch den Wind. Um ca. 21:00 hat mich dann mein Gynäkologe angerufen und mir die Nummer von einem Onkologen gegeben. Den habe ich dann auch gleich kontaktiert. Er hat mich für den nächsten Tag zu Mittag in die Privatklinik bestellt. Er sagte, mit so einer Diagnose lässt man niemanden warten.

## ■ Der Moment, in dem einem mitgeteilt wird: Krebs! Was waren deine ersten Gedanken, Emotionen, die Tage und Nächte danach?

Schon während des Ultraschalls war mir klar, dass da was nicht stimmt. Der Radiologe machte ein Foto nach dem anderen und ließ dann sogar noch einmal die

Mammographie aufdrehen. Nachdem ich zurück zu ihm gekommen bin, hat er mich sehr mitleidig angeschaut. Auf meine Frage: „Schaust nicht gut aus?“ antwortete er: „Nein.“, Ich: „Krebs?“, er: „Ja.“ Ich habe meinen Mann angerufen und er hat mich gleich darauf abgeholt. Ehrlicherweise muss ich sagen, dass weder mein Mann noch ich wirklich überrascht waren, weil wir es insgeheim schon wussten.

Wie es mir dann am weiteren Abend und in der Nacht gegangen ist, kann ich mich nicht mehr erinnern, wahrscheinlich war ich trotzdem irgendwie unter Schock. Der Grund, warum ich nicht früher zum Arzt gegangen bin, war wahrscheinlich, dass ich die Karenzzeit mit meiner kleinen Tochter verbringen wollte.

## ■ Wie erklärt man die Situationen seinen Kindern? Was waren deine Erfahrungen?

Meine Kinder waren zu dem Zeitpunkt noch sehr klein (3 und 1), daher haben sie natürlich mit der Erkrankung nicht viel anfangen können. Wir haben aber immer offen darüber gesprochen und ich habe auch das Buch „Manchmal ist meine Mama müde“ für meine Großen gekauft. Außerdem waren wir mit der großen regelmäßig bei einer Psychotherapeutin.

Ich habe versucht, mein Leben so normal wie möglich weiterzuleben – das war auch eine Empfehlung meines Onkologen. Am Tag nach der Chemo habe ich sie dann auch schon wieder aus dem Kindergarten abgeholt. Für meine Große war der Port-Cath das Böse. Da hatte ich immer das Pflaster und sie hat ihn auch auf all ihren Bildern sehr eindeutig gemalt. Nach der zweiten Chemo habe ich dann die Haare verloren. Ich habe nie eine Perücke getragen. Für meine Kinder war es lustig, dass jetzt die Mama und der Papa dieselbe Frisur hatten.

## ■ Du hast keinen Krankenstand in deinem Job genommen. Warum?

Für mich war es wichtig, dass ich ganz normal weiterlebe. Dadurch habe ich mich nicht krank gefühlt. Ich war abgelenkt und hatte keine Zeit, „Dr. Google“ zu befragen oder wissenschaftliche Artikel zu lesen. Außerdem hatte ich Leute, mit denen ich über ganz normale Dinge reden konnte. Ich würde es wieder so machen.

## ■ Wie war die ärztliche Betreuung?

Ich hatte von Anfang an eine Ärztin, die mich komplementär medizinisch betreut hat. Sie hat mir Tipps zur Ernährung gegeben. Ich habe gänzlich auf Zucker und Weißmehl verzichtet. Sie hat mich auch bezüglich Misteltherapie und Spurenelementen beraten. Sie ist bei jeder Chemo im Krankenhaus vorbeigekommen und war auch immer für mich telefonisch erreichbar. Ich hatte einen Onkologynäkologen und einen Hämatologen, die mich betreuten. Auch sie kamen bei jeder Chemo vorbei und ich konnte sie alles fragen.

## ■ „Sich nicht mehr richtig als Frau fühlen“ – Kommt dir das bekannt vor?

Dieses Problem hatte ich nie. Selbst die Zeit ohne Brust war für mich nie ein Problem. Ich habe mit meinem Mann offen darüber geredet und er hat mir auch gesagt, dass es meine Entscheidung ist, ob ich mir eine Brust rekonstruieren lasse oder nicht.

## ■ Wie hast du dich motiviert an den Tagen, an denen es dir nicht gut gegangen ist?

Ich hatte tolle Freunde, die immer für mich da waren. Während der Therapie selbst ist es mir gar nicht so schlecht gegangen. Ich war, glaube ich, so vollgepumpt mit Adrenalin, dass ich das alles einfach durchge-



### Julia Glocker mit Familie

"Es hat uns als Familie stärker gemacht."

drückt habe. Mein Motto war: „Losing is not an option!“

Psychisch schlecht gegangen ist es mir erst nach Ende aller Therapien, weil ich mich hilflos gefühlt habe. Ich konnte nichts mehr tun. Die Kontrollen und das Warten auf den Befund sind natürlich auch eine Belastung. Einige meiner Freundinnen hatten Rückfälle bzw. ist auch die Vorsitzende aus unserem Drachenboot-Team gestorben. Das nimmt einen natürlich sehr mit und es führt einem vor Augen, dass der Krebs immer wieder kommen kann.

Bei meiner Kontrolle am Anfang dieses Jahres wurde dann auch in der MRT und dem Ultraschall wieder etwas gefunden. Das war eine enorme Belastung. Da war ich wirklich fertig. Es kam mir alles wie ein Déjà-vu vor. Zum Glück hat die Biopsie ergeben, dass es sich um eine Fettzellnekrose handelt, aber diese Woche des Wartens wünsche ich niemandem.

#### ■ Eine prägende Erfahrung. Wie geht es dir heute?

Im Großen und Ganzen geht es mir gut. Man wird etwas paranoid und denkt bei jedem Wehwehchen gleich an Krebs. Ich wurde sensibler und aufmerksamer meinem Körper gegenüber und weiß, dass ich viel mehr machen könnte bzw. sollte. Aber neben Beruf und Kindern ist es halt oft nicht einfach, sich immer gesund zu ernähren und Sport zu machen. Die Vienna Pink Dragons sind dabei super, da sie dich motivieren mitzumachen, sich zu bewegen. Gemeinsam ist halt doch immer besser. Familiär habe ich beschlossen, dass die Zeit, die ich mit meinen Kindern verbringe und die Erlebnisse, die wir gemeinsam haben, etwas sind, dass ihnen und mir niemand wegnehmen kann, ganz im Gegensatz zu Geld.

#### ■ Was ist dein Rat an alle Frauen, welche mit Brustkrebs diagnostiziert wurden?

Liebe und lebe das Leben. Gehe offen damit um, die Menschen sind verständnisvoller als du vermutest. Es wird Menschen in deinem Umfeld geben, die sich abwenden, weil sie damit nicht umgehen können, dafür wirst du ganz tolle neue Menschen in deinem Leben finden.

Ein sehr wichtiger Punkt war für mich: Auch unsere Männer leiden. Für sie ist es zum Teil vielleicht sogar noch schwerer, denn wir können kämpfen, sie können nur zuschauen, sind aber trotzdem genauso betroffen wie wir. Und für mich ganz wichtig: Wir haben nichts falsch gemacht! Wir sind nicht Schuld! ■

von Redaktion