



Claudias Geschichte

Wohnort: Zürich

Alter: 45

Diagnose: 2014, Brustkrebs

Familienverhältnisse: Lebenspartner, Tochter (5)

«Nichts ist mehr wie es vorher war...»

Claudia blickt auf ein bewegtes Jahr 2014 zurück. Nichts ist mehr wie es vorher war. Vorher, das ist die Zeit vor dem 11. Februar 2014 – jenem Datum, das sie nicht mehr so schnell vergessen wird. An diesem Tag bekam sie die Diagnose: Brustkrebs. Obwohl sie den Tumor kurz vorher selber entdeckte, ein grosser Schock.

Es folgten – Schlag auf Schlag – Tumorentfernung, Brustentfernung, Chemotherapie, Bestrahlung, Brustaufbau. Ebenfalls wurde sie medikamentös in die Wechseljahre versetzt. Die körperliche Therapie ist damit abgeschlossen. «Der Heilungsprozess der Psyche ist aber noch in vollem Gange. Die Verletzlichkeit bleibt», sagt Claudia und fügt nachdenklich an: «Ich lebe gesund, bewege mich viel und trotzdem bin ich erkrankt.» Die Broschüren der Krebsliga waren Claudia auf ihrem Weg treue Begleiterinnen. Psychologische Beratung und Unterstützung suchte sie sich ganz bewusst ausserhalb von Spital und Krebsliga – eine Oase, wo sich nicht alles nur um Krebs dreht.

«Ich habe erfahren, dass es Situationen im Leben gibt, die ich alleine bestehen muss.» Claudia fühlte sich auf sich selber zurückgeworfen, musste sich mit ihren Ängsten intensiv auseinandersetzen und lernen, die Krankheit anzunehmen – zu akzeptieren. Dadurch habe sie ein grosses Urvertrauen in sich selber gefunden. «In der grossen Verletzlichkeit konnte ich mir selber begegnen und viel Stärke in mir entwickeln. Man findet alles in sich drin: Mut, Kraft, Vertrauen.» Davon ist sie überzeugt. Und: «Der Weg durch die Erkrankung ist sehr individuell. Diesen zu suchen und zu finden war für mich eine grosse Bereicherung.»

Mit der kleinen Tochter hat Claudia verschiedene Collagen gebastelt, um das Unerklärliche verständlicher zu machen. Mit ihren fünf Jahren legte das Mädchen trotz der Erkrankung ihrer Mutter eine grosse Unbeschwertheit an den Tag. Die Gefahr, in der ihre Mama schwebte, konnte sie noch nicht einschätzen. «Ich habe viel mit ihr gesprochen, erklärt was passiert und ihr gleichzeitig ein stabiles Umfeld organisiert: Familie, Nachbarn und die Krippe waren uns eine grosse Unterstützung.»

Claudia erlebt ihre Erkrankung als Zäsur in ihrem noch jungen Leben. Bereits vor ihrer Erkrankung hat sie ihre Perspektiven erweitert und nebenberuflich Ausbildungen zum Coach und als Gesundheitstrainerin und -masseurin abgeschlossen. Was vorher eher ein Hobby war, sich ihrer sehr leistungsorientierten Arbeit bei einer Bank unterordnen musste, gewinnt heute mehr und mehr an Bedeutung für sie. Ob und wie sie diese neuen Ansätze in ihrem angestammten HR-Bereich einbringen kann, beschäftigt Claudia im Moment sehr. Klar ist aber: «Für mich beginnt ein neuer Lebensabschnitt. Einfach so weiterzufahren wie bisher, kommt für mich nicht in Frage. Dafür muss ich mir Zeit nehmen. Es ist Teil meines Heilungsprozesses.»

Nach wie vor wehrt sich Claudias Körper, wenn es ihm zu viel wird. «Die Erfahrungen des letzten Jahres bringen mich dazu, weniger einfach so zu funktionieren und vermehrt das zu tun, was mir gut tut: Bewegung in der Natur und gemeinsame Erlebnisse mit meiner Familie und anderen Menschen, die mich glücklich machen. Eine zentrale Frage begleitet mich täglich: ‚Wer möchte ich sein in meinem Leben.‘»

Die Teilnahme an der Kampagne sieht Claudia als Chance, um auf die vielfältige Unterstützung, die die Krebsliga anbietet, aufmerksam zu machen. «Ich hoffe, dass auch andere Betroffene Mut und Kraft finden, Verantwortung für ihre schwierige Situation zu übernehmen und für sich das Bestmögliche daraus machen können. Dazu gehört nebst der Begegnung mit sich, auch Hilfe und Unterstützung anzunehmen.»