

Mutter-Kind-Kur

Ein Erfahrungsbericht

Mütter mit kleinen Kindern sind, wenn sie an Krebs erkranken, häufig in besonderem Maße psychischen Belastungen ausgesetzt. Sie müssen die lebensbedrohliche Diagnose Krebs verarbeiten, den Berufs- und Familienalltag meistern und fühlen sich trotz eigener Erkrankung für das Wohlergehen ihrer Kinder in hohem Maß verantwortlich. Annette Dunker musste genau diese Erfahrung machen. Sie holte sich Kraft in einer Mutter-Kind-Kur der Rexrodt-von-Fircks-Stiftung.

Vor sechs Jahren erhielt ich die Diagnose Brustkrebs. Meine beiden Kinder waren zu dieser Zeit zehn und sechs Jahre alt. Ich fühlte mich nicht nur durch die Diagnose völlig überfordert, sondern auch im Umgang mit den Kindern. Zunächst verheimlichte ich den beiden meine Erkrankung, umschrieb alles als harmlos. Doch Chemo- und Strahlentherapie, die auf meine Operation hin folgten, forderten ihren Tribut. Die Kinder mussten oft auf mich verzichten. In dieser Zeit war kein normaler Tagesablauf mehr möglich.

Mein Glück war, dass ich damals von einem Modellprojekt erfuhr, das speziell für Frauen in meiner Situation entwickelt worden war. „gemeinsam gesund werden“ lautet das Motto dieser speziellen Reha-Maßnahme. Sie richtet sich an Mütter kleiner Kinder, die erstmals an Brustkrebs erkrankt sind. Ins Leben gerufen wurde das Modellprojekt von der Rexrodt-von-Fircks-Stiftung gemeinsam mit einer Krankenkasse.

Ganzheitliche Betrachtung von Körper und Seele

Nach der akuten Krebstherapie schließen die Mütter direkt eine Reha-Behandlung an – gemeinsam mit ihrem Nachwuchs. Ein interdisziplinäres Team von Onkologen, Psychoonkologen, Physiotherapeuten, Sportmedizinern, Ernährungsexperten, Sozialpädagogen sowie Kinder- und Jugend-Psychotherapeuten beraten und betreuen nicht nur die Mütter, sondern auch die Kinder und bereiten sie auf ihre Rückkehr in den Alltag vor.

Die Teilnahme an dieser Reha-Maßnahme war es, die mich damals wieder in die Spur brachte. Die drei Wochen in der Klinik in Grömitz an der Ostsee halfen mir, wieder Ziele vor Augen zu haben – wenn auch andere Ziele als vor meiner

Erkrankung. Während meines Aufenthaltes in der Reha-Klinik wurde mir deutlich bewusst, welche wichtige Rolle die Psyche bei der Bewältigung einer Krebserkrankung spielt. Anders als bei der bisherigen Therapie wurde ich nun erstmals ganzheitlich betrachtet und behandelt. Auch der Zustand meiner Seele wurde in die Therapie einbezogen.

Über die eigenen Ängste sprechen

Wer an Krebs erkrankt, der empfindet bei der Diagnose meist auch die Angst, sterben zu müssen. Auch die Angehörigen empfinden diese Angst. Aber darüber wird meist geschwiegen. In Grömitz hatten wir Gruppengespräche, in denen wir über unsere Ängste offen sprechen konnten – auch die Kinder wurden einbezogen. Von den Einzel- und Familiengesprächen während der Reha profitieren meine Kinder und ich noch heute.

Im Sommer 2012 habe ich erneut an einem Projekt der Rexrodt-von-Fircks-Stiftung teilgenommen: an der Präventions-Maßnahme „Zusammen stark werden“ in der Klinik Nordseedeich in Friedrichskoog. Dort wird seit Jahren erfolgreich ein familientherapeutisches Programm speziell für Mütter nach überstandener Krebserkrankung und deren Kindern angeboten. Das Ziel dieser Mutter-Kind-Kur ist es vor allem, die psychosomatischen Folgen der Krebserkrankung zu erkennen und zu mildern, damit es nicht zu einer ernsthaften psychologischen Erkrankung kommt.

Die beiden Kurmaßnahmen in Grömitz und Friedrichskoog haben ihre Wirkung nicht verfehlt, sie haben mich und meine Kinder stark gemacht. Wir meistern nun gemeinsam ein komplett neues Leben nach dem Krebs.

Annette Dunker
Gruppe Plettenberg, Nordrhein-Westfalen