

Annette Rexroth von Fircks ist eine starke Frau. Nichts ist mehr zu spüren von der Verzweiflung, von der Ohnmacht, mit der sie im März 1998 nach der Diagnose Krebs zu kämpfen hatte. Stattdessen sprüht die Mutter von drei Kindern, 15, 17 und 19 Jahre alt, geradezu vor Lebenswillen und Tatendrang. Bücher hat sie geschrieben, um anderen Mut zu machen. Und eine Stiftung hat sie gegründet – für junge Mütter, die an Krebs erkrankt sind, und ihre Kinder.

Dem Krebs mutig davonleben

Mit ihrer Stiftung und Büchern möchte Annette Rexroth von Fircks aus Ratingen erkrankten jungen Müttern helfen

Sie haben Krebs. Meine Kinder waren drei, fünf und sieben Jahre alt, als ich im März 1998 die drei Worte hörte, die mein Leben von Grund auf veränderten.« Die heute 46-Jährige erinnert sich noch ganz genau an den Moment, der sie vorübergehend in einen Schockzustand versetzte. »Mit Brustkrebs im fortgeschrittenen Stadium stand meine Prognose nicht zum Besten.« Nach der ersten Verzweiflung ließ sie alle üblichen Behandlungen über sich ergehen.

Operationen, Chemo- und Strahlentherapie zerrten an Kräften und Nerven. Dazu aber gesellte sich mehr und mehr die Sorge um ihre Kinder. »Immer und immer wieder habe ich mich gefragt, was, wieviel und wann sage ich es den Kindern.« Noch heute ist Rexroth von Fircks davon überzeugt, dass es eine der schwierigsten und schmerzhaftesten Aufgaben im Zusammenhang mit ihrer Brustkrebserkrankung war und ist, den goldenen Mittelweg zu finden. »Ich wollte den Kindern nichts verheimlichen. Auf der anderen Seite wollte ich sie aber auch nicht ihrer Kindheit berauben.«

Ein schweres Unterfangen, wie die in Ratingen bei Düsseldorf lebende Frau aus eigener Erfahrung weiß. »Mama, musst du sterben? Kommt Krebs wieder zurück? Kann ich das auch kriegen? Wachsen die Haare wieder?«, waren nur einige der Fragen, mit denen sie sich auseinanderzusetzen hatte.

Weitaus folgenschwerer die Reaktion ihrer Tochter Charlotte. »Sie hat irgendwann das Essen verweigert. Sie wollte aufhören zu wachsen, wollte keine Frau werden, keinen Busen bekommen. Die Angst vor Krebs hatte sich in dem Kind massiv festgesetzt«, weiß Rexroth von Fircks nur allzu gut, wie problematisch es ist, eine heilsame Sprache mit den richtigen Worten zu finden: »Es kommt darauf an, die Krankheit nicht zu verharmlosen, gleichwohl aber die Furcht davor nicht ins Uner-



Gemeinsam mit ihren Kindern Charlotte (15), Sebastian (17) und Lionel (19/von links) steht Annette Rexroth von Fircks in ihrer Küche. Gesundes Essen hat neben sportlicher Betätigung einen ganz hohen Stellenwert bei der 46-Jährigen. Fotos: Georg Lukas (2)/Rexroth

messliche wachsen zu lassen.« Ohne professionelle Hilfe hätte die Familie der 46-Jährigen den Ausweg aus der Misere vermutlich nicht gefunden. Eine Erfahrung, die wesentlich dazu beigetragen hat, dass sie 2005 die »Rexroth von Fircks Stiftung für krebskranke Mütter und ihre

Kinder« gründete. Allein in Deutschland erhalten jährlich etwa 60 000 Frauen die Diagnose Brustkrebs. 30 Prozent von ihnen haben versorgungsbefürftige Kinder. Laut einer Erhebung des Robert-Koch-Instituts sind bundesweit etwa 200 000 Kinder durch die Krebserkrankung eines Elternteils betroffen.

»Mein Ziel war und ist es, Mütter und ihre Kinder in dieser Krise zu stützen und neue Perspektiven aufzuzeigen.« Das geschieht seit Oktober 2006 mit dem Modellprojekt »gemeinsam gesund werden« in der Klinik Ostseeedeich in Grömitz. Dabei wird brustkrebskranke Mütter eine RehaMaßnahme angeboten, die sie gemeinsam mit ihren Kindern wahrnehmen können. 450 Mütter und 700 Kinder aus ganz Deutschland nehmen Jahr für Jahr die Chance wahr.

»Das Projekt ist ein großer Erfolg. Und das ist sogar wissenschaftlich belegt.« Annette Rexroth von Fircks hat leuchtende Augen, wenn sie von dem Konzept erzählt. »Vor Beginn der Reha fühlen sich etwa 46 Prozent der Frauen durch ihre Krankheit stark belastet. Der Anteil sinkt ein Jahr nach der Maßnahme in Grömitz auf 15 Prozent ab. Die

Zahl der Kinder, die emotional auffällig sind, liegt vor der Anreise bei 28 Prozent. Ein Jahr nach dem Aufenthalt sind die Kinder gegenüber Vergleichsgruppen nicht mehr stärker beeinträchtigt«, sprudeln Daten nur so heraus aus dem Mund der ungemein rührigen und lebensfrohen Frau.

Diese Fakten hat Annette Altrogge aus Lüdge (Kreis Lippe) nicht parat. Dafür aber kann die 44-Jährige aus eigener Erfahrung berichten, wie gut ihr und ihrem Sohn Arian (11) die drei Wochen Grömitz getan haben. Mitte April war sie aufgrund einer Brustkrebserkrankung operiert worden. Die anschließende normale Reha sollte in den Sommerferien in Passau erfolgen, damit der Elfjährige keine Ausfallzeiten nach dem Wechsel zur Realschule hatte. Doch es gab unerwartete Terminprobleme.

»Zum Glück«, sagt Altrogge rückblickend. Denn die Leiterin der zunächst ausgewählten Reha-Klinik in Bayern erzählte ihr von dem speziellen Mutter-Kind-Angebot nach einer Krebserkrankung in Grömitz. »Das war wie ein Lottogewinn. Viel perfekter kann die Betreuung nicht sein. Mein Sohn wurde von einem Hauslehrer unterrichtet. Der Stoff und die

Aufgaben kamen per Fax von der heimischen Schule. Nachdem wir zurück waren, hatte Arian keinerlei Probleme, sofort den Anschluss im Unterricht zu finden.« Auch die Psychologen seien bestens auf die Problematik eingestellt, die sich für die Betroffenen nach einer solchen Erkrankung auftun. »Mutter und Kind werden von einem Psychologen betreut, aber immer einzeln.« So könnten sich die Experten immer ein komplettes Bild von der jeweiligen Situation machen. Ähnlich sei es mit Ärzten und Schwestern.

Neuen Auftrieb habe sie in dessen auch durch die Gespräche mit der Stiftungs-Gründerin erhalten, die immer mal wieder in Grömitz weilt und Vorträge hält. »Sie hat mir die Augen noch weiter geöffnet, mir noch klarer gemacht, wie ich mit der Krankheit umgehen kann.«

Die Kunst, anderen Menschen Lebensmut zu vermitteln, resultiert auf der einen Seite von der positiven Lebenseinstellung, die Annette Rexroth von Fircks in sich trägt. Auf der anderen Seite sorgt der Krebs aber auch bei ihr selbst immer wieder dafür, die richtige Einstellung nicht zu verlieren. Acht Mal hat es bei den Nachuntersuchungen seit dem Erstbefund 1998 inzwischen Verdachtsmomente auf einen neuen Ausbruch der Krankheit gegeben. Bisher war es jedes Mal Fehlalarm – wie sich oft erst nach dem Einholen einer zweiten oder gar dritten Meinung herausstellte.

Dennoch tragen die Untersuchungen, Klinikaufenthalte und Operationen maßgeblich dazu bei, dass die Angst bleibt. Bei

ihr und ihren drei Kindern. Angst, mit der es umzugehen gilt.

Dazu will die 46-Jährige mit ihrer Stiftung und ihren Büchern beitragen. Das neue Werk mit dem Titel »Dem Krebs davonleben – Wir haben die Chance« befasst sich unter anderem mit Ernährung, Sport und Möglichkeiten der Selbstbehandlung. »Auch die beste Überlebensstrategie ist keine Garantie dafür, dass der Krebs nicht wiederkehrt. Darum geht es mir auch nicht. Ich will Impulse setzen, Wissen vermitteln und den Menschen nach der Therapie motivieren, das Leben und nicht den Krebs zum Dreh- und Angelpunkt zu machen«, bringt Annette Rexroth von Fircks ihr Lebensmotto auf den Punkt.

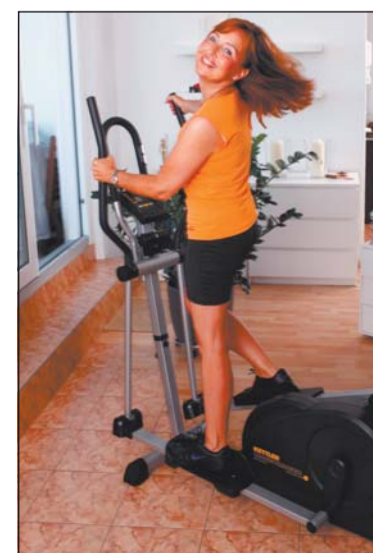
Wolfgang Schaffner



Annette Altrogge aus Lüdge im Kreis Lippe schwärmt mit ihrem Sohn Arian (11) vom Mutter-Kind-Angebot der Stiftung, die Rexroth von Fircks gegründet hat.



In ihrem neuen Buch (Ullstein-Verlag, 8,95 Euro) gibt Annette Rexroth von Fircks viele wertvolle Tipps.



Die 46-Jährige strotzt nur so vor Lebensfreude.