



Beim 13. Kongress des Vereins „Kompetenz gegen Brustkrebs“ begrüßten Dr. Jürgen Schwickerath (l.) und Dr. Elmar Reuter (2. v. r.) namhafte Referenten. Das Foto zeigt sie mit Prof. Dr. Joachim Dreves (r.) und Annette Rexrodt von Fircks (2. v. l.). Foto: mari

# Hoffnung ist die größte Heilkraft

**OLPE** 13. Kongress des Vereins „Kompetenz gegen Brustkrebs“ mit interessanten Vorträgen

*Ein Thema war außergewöhnlich: „Prost Brustkrebs – die heilsame Wirkung eines Glases Rotwein.“*

mari ■ In den vergangenen 20 Jahren ist die Überlebensrate bei Brustkrebs von 60 auf 85 Prozent angestiegen, was neben der medizinischen Behandlung vor allem der Prävention zuzuschreiben ist. Beim 13. Kongress des Vereins „Kompetenz gegen Brustkrebs“ kritisierte Dr. Jürgen Schwickerath, Chefarzt der Frauenklinik am Olper St.-Martinus-Hospital und Leiter des operativen Standortes des Brustzentrums Siegen-Olpe, in Bezug auf die erfreuliche Steigerung die allgemeinen negativen Diskussionen bezüglich Screening. „Dank der Früherkennung können betroffene Frauen ihre Diagnosen viel besser überleben, und wir können sanfter therapieren.“

Der Experte, der auch der wissenschaftlichen Onkologie eine hohe Bedeutung zumisst, nannte den zahlreichen Gästen im Großen Saal des Kreishauses in Olpe einen wichtigen Präventionspunkt für die Gesundheit: „Wir müssen unsere Elementarteilchen im Körper in Balance halten.“

Der Schwerpunkt des Kongresses lag durch die gestiegene Überlebensrate in der Langzeitbetrachtung. „Krebserkrankungen treten zwar häufiger auf, aber sie werden prozentual auch häufiger überlebt. So stellen sich zunehmend mehr Patienten, die eine Krebsdiagnose hinter sich haben, Fragen bezüglich der Lebensstilfaktoren“, sagte Dr. Elmar Reuter, Onkologe aus Olpe.

„Sie beschäftigen sich damit, wie sie sich bewegen und ernähren, wie sie denken und fühlen, in welchem sozialen System wie Ehe, Familie und Arbeitsplatz

sie sich gut oder gestresst bewegen und wie sie in Zusammenarbeit mit ihrem Arzt eine kluge Nachsorge angehen, die nicht nur die Brust, sondern den gesamten Organismus betrifft.“

Einen bewegenden Vortrag über die Heilung auf verschiedenen Ebenen hielt Annette Rexrodt von Fircks aus Ratingen. Ihr Thema: „Es gibt keine falsche Hoffnung – über die heilsame Kraft des gesprochenen Wortes.“ Sie erkrankte vor 16 Jahren an Brustkrebs und hatte eine Überlebenschance von 15 Prozent. „Ich hatte bei der Diagnose das Gefühl, dass sich die Erde nicht mehr dreht. Meine Kinder waren damals drei, fünf und sieben Jahre alt“, so die Referentin, die ihre Erfahrungen im 2013 erschienen Buch mit dem Titel „Im Mittelpunkt Leben – Wieder stark werden nach Brustkrebs“ verarbeitete.

Im Jahr 1998 zog sie das volle Therapieprogramm – Chemotherapie, Operation und Bestrahlung – durch. Als sehr heilsam empfand sie die Liebe ihrer Familie. „Es tat gut, zu wissen, dass man nicht allein ist.“ Sie entwickelte selbst Strategien, um ihren Heilungsprozess zu steuern. „Ich habe mit Vorstellungsbildern und Gedankenkraft gearbeitet, habe meditiert und Atemübungen gelernt, um mich besser im Griff zu haben, wenn Angst auftrat. Ich habe mir vor allem meine innere Stimme zum Freund gemacht und viel Kommunikation mit mir selbst betrieben.“

Die Hoffnung bezeichnet sie als ausschlaggebenden Faktor: „Ich habe mich dafür entschieden, obwohl ich auf der Verliererseite stand. Ich habe meine Gedanken laut gelehrt, mich selbst behütet wie einen Schatz und bin, weil es damals noch keine Brustzentren gab, kritisch, wissbegierig und neugierig geworden. Die Hoffnung hat bewirkt, dass ich die Zügel in der Hand halte. Ich habe die besten Ärzte konfrontiert und herausgefunden, welche Heilquellen in mir sind. In der Hoffnung liegt die Kraft, und Kraft schenkt Lebensfreude.“

Die Referentin weiß, dass es einen Leitfaden für Sicherheit nicht gibt. Wichtig sei es deshalb, sein eigenes Leben in den Mittelpunkt zu stellen und herauszufinden, was gut und was nicht gut ist, was zu einem passt und was nicht passt, was man mag und was man nicht mag, was einem bekommt und was einem nicht bekommt, also fürsorglich zu sich selbst zu sein und sich selbst zu lieben.

„Es funktioniert, wenn man sich mit sich selbst befreundet hat und Signale wahrnimmt, wenn etwas zu viel wird“, sagte Annette Rexrodt von Fircks, die eine Stiftung für krebserkrankte Mütter und Kinder ins Leben gerufen hat. In verschiedenen Kliniken wurden inzwischen bereits mehr als 4000 Familien behandelt. Sie weiß, dass in ihrem Körper noch Zellen des Ursprungstumors schlummern. „Mein Immunsystem fängt es aber ab. So kann ich gut damit leben und alt werden. Hoffnung ist die größte Heilkraft. Sie ist zwar keine Garantie, aber ein gutes Echo für den Augenblick. Und wenn ich schaffe, den zu leben, kann ich den nächsten angehen und leben.“

Ein Thema des Kongresses war außergewöhnlich: „Prost Brustkrebs – die heilsame Wirkung eines Glases Rotwein.“ Prof. Dr. Joachim Dreves, Leiter der Praxis für Integrative Onkologie und des ersten deutschen Gesundheitszentrums an der Uni Tübingen, ging auf die Heilwirkung von Rotwein ein, die durch den „Französischen Paradox“ ihren Durchbruch erlebte. Der wirksame Inhaltsstoff Resveratrol, den es inzwischen in Kapseln gibt, verfüge über vielfältige gesundheitsfördernde und lebensverlängernde Wirkungsmöglichkeiten. Durch ihn soll eine Resistenz von Krebszellen gegenüber Chemotherapien durchbrochen, der Blutzuckerspiegel gesenkt, die Insulinwirkung gesteigert und Entzündungen gehemmt werden. Bei Tierversuchen wurde nachgewiesen, dass auch der natürliche Zelltod gefördert und die Zellteilung gebremst wird. Mäuse lebten doppelt so lange wie normal.