

„Jede Schnecke ist eine Krebszelle“

WELTKREBSTAG Heidrun Kestel aus Stockheim erhielt mit 54 Jahren die Diagnose Magenkrebs. Seit elf Jahren lebt sie nun ohne Magen und spricht anlässlich des heutigen Weltkrebstags mit unserer Zeitung über ihren Krankheitsverlauf.

VON UNSEREM REDAKTIONSMITGLIED **CORINNA IGLER**

Stockheim – Heidrun Kestel greift zu einem Behälter und einer Schere. „Wenn Ihr mir das zerstört, was ich brauche, dann zerstöre ich Euch“, ist ihr Gedanke, der sich auf die vielen Schnecken in ihrem Garten bezieht. Heidrun Kestel zerschneidet die Schnecken einfach. Was zunächst brutal klingen mag, half der heute 64-Jährigen vor wenigen Jahren beim Bewältigen ihrer Krankheit. Heidrun Kestel litt an Magenkrebs, lebt heute ohne Magen. „Jede Schnecke eine Krebszelle“, dachte sie sich. Immerhin hat ihr auch ihre Psychologin dazu geraten, etwas und damit gleichzeitig gedanklich die Krebszellen zu zerstören. Es hat funktioniert: heute, elf Jahre nach der Diagnose, hat die Stockheimerin ins Leben zurück gefunden.

„Am 22. September 1999 war meine Operation“ – das Datum hat sich bei Heidrun Kestel regelrecht ins Gedächtnis gebrannt.

Zwei Jahre zuvor geht sie immer wieder zu ihrem Hausarzt, klagt über Magenbeschwerden, schildert, dass sie kaum etwas essen kann. Auch einen Heilpraktiker sucht sie auf – dieser habe ihr aus ihrer heutigen Sicht aber nur das Geld abgeknöpft. „Er sagte mir, ich müsse das durchstehen, so langsam wie die Schmerzen gekommen seien, so langsam gehen sie auch wieder“, erinnert sie sich.

„Ich werde bis dahin schon nicht sterben.“

HEIDRUN KESTEL

Ihr Hausarzt testet sie zunächst auf Helicobacter-Bakterien. Doch selbst nach einer 14-tägigen Antibiotika-Behandlung geht es der Frau nicht besser. Heidrun Kestel macht – auf Empfehlung ihres Hausarztes – einen Termin für eine Magen-Darm-Spiegelung. Das war im Dezember 1998, den Termin bekommt sie für 8. Februar 1999. „Na ich werde bis dahin schon nicht sterben“, sagt sie zu der Sprechstundenhilfe. Was sie so daher sagt, hätte aber tatsächlich eintreten können. Denn viele Jahre später erfährt Heidrun Kestel, dass sie die Ärzte teilweise schon „abgeschrieben“ hatten.

Kurz nach der Magenspiegelung bestellt sie der Internist gemeinsam mit ihrem Mann zu einem Gespräch in seine Praxis und übermittelt ihr die schreckliche Nachricht: Heidrun Kestel hat Magenkrebs, der Magen ist



Heidrun Kestel hat nach ihrer Diagnose Magenkrebs viele Bücher über die Krankheit gelesen, unter anderem „Zurück ins Leben“. Ein Buchtitel, der zu ihr passt, heute ist sie zurück im Leben.

Foto: Corinna Iglar

fast komplett voller Krebszellen, denn diese sind schon am Ein- und Ausgang des Magens zu sehen.

Eine Woche vergeht bis zur Operation, die Steuerfachgehilfin geht damals jeden Tag arbeiten – um sich abzulenken. „Wenn ich nicht abgelenkt war, hab’ ich nur da gesessen und gehult.“

Heidrun Kestel kann sich nicht vorstellen, wie es ist, ohne Magen zu leben, wie die Essensaufnahme funktionieren wird.

Bei der Operation werden ihr Magen, Milz und einige um den Magen liegende Lymphknoten entnommen – immerhin ist der Krebs bereits aus dem Magen gedrungen. Und aus ihrem Dünndarm wird ihr ein Körbchen – wie sie es bezeichnet – „gebastelt“. Ihr Magenersatz. Heidrun Kestel liegt danach 14 Tage auf der Intensivstation, bis sie zum ersten Mal Tee trinken darf. Und zwar um zu testen, ob die Naht zwischen Speiseröhre und Dünndarm dicht hält. Püriert dürfte sie alles essen, vor allem Tee und Brühe zu sich nehmen. „Doch es kam alles wieder hoch“, erinnert sich die Frau mit den grauen kurzen Haaren.

Von 60 Kilo, was ihr Normalgewicht war, wiegt sie damals nur noch 45. „Ich habe keine Nahrung behalten, nicht mal Astronautennahrung“, erinnert

sie sich an die ersten Wochen nach dem Krankenhausaufenthalt.

Immer wieder, „wenn mein Gewicht unter 48 Kilo war“, wird sie in der folgenden Zeit künstlich ernährt.

14 Tage nach der OP wird ihr ein Port eingesetzt, kurz darauf mit der Chemotherapie begonnen. Immerhin weiß niemand, ob der Krebs nicht vielleicht gestreut hat, andere Organe betroffen sind.

„Alle Nebenwirkungen, die bei einer Chemo möglich sind, habe ich durchlitten“, erinnert sich Heidrun Kestel. Trombose ist nur eine davon. „Meine Haare aber wurden lediglich licht. Wenn sie mir ausgefallen wären, wäre das für mich das Geringste gewesen, eine Perücke zu tragen.“

Nach der dritten Chemo sagt ihr die Onkologin Dr. Martin Stauch, dass sie bestrahlt werden müsse, wenn sie die Chemo nicht verträgt. „Davor hatte ich solche Angst. Ich wusste nicht, was bestrahlt werden sollte. Der Magen wurde schon entnommen, ich hatte Angst, dass gesunde Organe bestrahlt und dadurch geschädigt werden.“ Und von da an beginnt Heidrun Kestel die Chemotherapie zu vertragen.

Dr. Stauch rät ihr dazu, psychologische Betreuung in Anspruch zu nehmen. In „etlichen

Sitzungen“ erzählt sie in den nächsten drei Jahren einer Psychologin ihr Leben. „Warum passiert mir das? Ich war doch kein schlechter Mensch“ – immer wieder kreisen Heidrun Kestels Gedanken um diese Frage. Die Psychologin kann ihr mit dem Tipp, etwas und damit gedanklich die Krebszellen zu zerstören, helfen. „Die Schneckenplage hat mich so beschäftigt, dass ich über diese Frage gar nicht mehr nachgedacht habe.“

Ein Auf und Ab

Dennoch die Angst, sie könnte an einer anderen Stelle wieder Krebs haben, bleibt: „Gerade wenn ich die Angst beiseite geschoben habe, stand eine Nachsorgeuntersuchung an – die hatte ich ja in den fünf Jahren danach noch vierteljährlich.“ Und tatsächlich: die Tumormarkerwerte schießen immer mal wieder rauf und runter. Heute weiß sie, dass das vorkommen kann und nichts bedeuten muss. Auch ein Lymphknoten in der Achselhöhle stellt sich als „Fehlalarm“ heraus. Die zierliche Frau spricht von einem Auf und Ab in den Jahren nach ihrer Operation.

Eines Tages begleitet Heidrun Kestel, die aus Ost-Berlin stammt, später in Forchheim lebte und seit 1994 in Stockheim wohnt, ihren Mann zu einer

Heilpraktikerin, die Spritzen-therapien macht. Auf Grund ihrer Vorerfahrungen ist Heidrun Kestel zunächst skeptisch. Doch die Heilpraktikerin erzählt ihr von einem Magenkrebs-Patienten, dem sie ein Serum gespritzt hat und erklärt, dass sie keinen Mediziner ersetzen könne. Heidrun Kestel vertraut und lässt sich das Magenserum ebenfalls spritzen. „Es ging bergauf. Ich habe angefangen, ein bisschen Nahrung drin zu behalten.“ Sie ist überzeugt, dass das die Kombination aus der medizinischen und der heilkundlichen Betreuung bewirkt hat.

„Eine große Portion Eigenwille, leben zu wollen, gehört dazu.“

HEIDRUN KESTEL

Seitdem kann Heidrun Kestel wieder normal essen – fast normal: „Ich muss langsam essen, gut kauen und kann nur kleine Portionen zu mir nehmen. Außerdem kann ich nur essen oder trinken. Beides zusammen funktioniert nicht, dann kommt alles wieder hoch. Also trinke ich vor oder nach dem Essen.“ Weder zu heiß noch zu kalt darf sie essen.

Auch mit Milchprodukten muss sie vorsichtig sein, ebenso wie mit Süßigkeiten. Lediglich ein paar Stücke Bitterschokolade oder Kekse kann sie naschen. Gelernt hat sie all das am eigenen Körper, schließlich ist es bei jedem unterschiedlich, Ratgeber zur Ernährung für Menschen ohne Magen gibt es also nicht. Außerdem muss sie ein spezielles Fett kaufen, immerhin fehlt ihr die Magensäure, die dies spaltet. Bei Tabletten muss sie erst nachfragen, wo sich diese auflösen. „Tun sie dies im Magen, nutzt mir das beste Schmerzmittel nichts“, sagt sie mit einem Lächeln.

Heidrun Kestel hat wieder Lebensmut, hat sich ins Leben zurück gekämpft und gelernt, ohne Magen zu leben. Sie engagiert sich im Verein „Gemeinsam gegen Krebs“, liest, treibt Sport und arbeitet nicht zuletzt im Garten. Doch noch viel wichtiger: Heidrun Kestel kann mittlerweile über ihre Krankheit reden, ist gerne bereit, anderen Magenkrebs-Patienten ihre Geschichte zu erzählen. Denn ihr Wunsch ist es, „dass es eine Anlaufstelle gibt, wo Onkologen, Ernährungs- und Bewegungstherapeuten, Psychologen, Naturheilkundler und Betroffene gemeinsam an einem Strang ziehen“. Doch sie weiß auch: „All das nutzt nichts, ohne eine große Portion Eigenwille, leben zu wollen.“