



Das Buch beruht auf einer wahren Begebenheit. Da die Geschichte ausschließlich auf meinen Erinnerungen basiert, handelt es sich um meine persönliche Auffassung vom Ablauf der Geschehnisse. Zum Schutz der Rechte aller vorkommenden Personen wurden außerdem einige Namen verändert bzw. nicht vollständig angeführt.

\*

In dieser Geschichte wird aus Gründen der besseren Lesbarkeit primär das generische Maskulinum verwendet. Weibliche und anderweitige Geschlechteridentitäten werden dabei ausdrücklich mitgemeint, soweit es für die Aussage erforderlich ist.

Ähnliches gilt für die Berufsgruppe der Gesundheits- und Krankenpfleger. Die Bezeichnung „Krankenschwester“ wird keineswegs abwertend verwendet.

Claudia Rußmüller

Und plötzlich ist alles anders.

Diagnose Brustkrebs



© 2023 Claudia Rußmüller

Lektorat von: Christina Leitner

Coverdesign von: Patricia Rußmüller

Satz & Layout von: Jasmin und Patricia Rußmüller

Druck und Distribution im Auftrag der Autorin:

tredition GmbH, Heinz-Beusen-Stieg 5, 22926 Ahrensburg, Deutschland

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Für die Inhalte ist die Autorin verantwortlich. Jede Verwertung ist ohne ihre Zustimmung unzulässig. Die Publikation und Verbreitung erfolgen im Auftrag der Autorin, zu erreichen unter: tredition GmbH, Abteilung "Impressumservice", Heinz-Beusen-Stieg 5, 22926 Ahrensburg, Deutschland.

Für  
Jasmin und Patricia,  
meine beiden einzigartigen Töchter und  
für Robin, meinen Mann und Fels in der  
Brandung.

Dieses Buch soll etwas Besonderes, etwas Einzigartiges sein. Es soll meine Gedanken, meine Gefühle und meine Erinnerungen enthalten.

Ich bin immer für meine Liebsten da und beschütze sie, sowohl in der Gegenwart als auch in der Zukunft, ob lebendig hier auf Erden wie auch als Engel vom Himmel herab.



# Inhalt

Vorwort	
Arztbesuch	11
Die Diagnose	15
Im Krankenhaus	17
Reflexion	19
Das Gespräch mit Jasmin und Patricia	21
Die Verzweiflung	23
Die nächsten Tage	25
Die PET-CT Untersuchung	31
Die PET-CT Befundbesprechung	35
Die Zeit bis zur Operation	37
Die Operation	39
Vorbereitung auf die Chemotherapie	
- Das Arztgespräch	45
- Der Friseurtermin	47
Mit der Diagnose umgehen	49
Briefe an meine beiden Kinder	51
Chemotherapie – Tag 1	55
Die Verabreichung der Chemotherapie	
im Krankenhaus	59
Zuhause während der Chemozeit	61
Zweifel am Glauben – Wo bist du, Gott?	63
Unterstützung in dieser schwierigen Zeit	65
Die Verabreichung	
der letzten Chemotherapie	67
Der Kontakt	
zu metastasierenden Patienten	69
Die stationäre Strahlentherapie	73
Die ambulante Strahlentherapie	75

Besuch auf der Palliativstation	79
Warum nehme ich noch immer ab?	
Die Ernährungsberatung	83
Der Weg zurück ins Leben – in der onkologischen Reha	85
Teilnahme an der PALLAS (PALbociclib CoLlaborative Adjuvante) Studie	89
Die schockierende Nachricht	91
Der Verlust meiner Mutter	95
Psychotherapie	97
Meine Gedanken	
... über das Leben	99
... zu der Frage, <i>warum gerade ich?</i>	99
... und über den Sinn des Lebens	100
Im Hier und Jetzt	103

# Vorwort

Schweigen ist bekanntlich eine gute Gelegenheit, Vergangenes zu überbrücken oder gar zu vergessen. Vergessen kann wiederum dabei helfen, Vergangenes zu bewältigen. Doch es gibt Momente, die so prägend sind, dass man sie nicht vergessen kann.

Jeder von uns hat seine ganz persönliche Geschichte. Eine Geschichte mit Höhen und Tiefen und Geschichten sind grundsätzlich dazu da, um erzählt zu werden.

Im vorliegenden Buch halte ich meine Geschichte fest.

\*

Eigentlich ist es ein Wunder, dass ich noch lebe.

Im Jahr 2015 erhielt ich aus heiterem Himmel eine niederschmetternde Diagnose: Brustkrebs, weit fortgeschritten, Metastasierung unklar.

Ich hatte keine Ahnung, was mich erwarten würde. Lediglich der beklemmende Gedanke, dass alles zu spät sei, bereitete sich in mir aus.

Ich hatte das Gefühl, mein Leben war bald vorbei, dennoch kämpfte ich mit allen Kräften, die ich besaß.

Und ich lebe noch, was für ein Wunder.

Ich habe zwar keinerlei Erfahrung mit dem Verfassen eines Buches, dennoch hat sich der brennende Wunsch in mir festgesetzt, meine Gedanken und Gefühle während der schlimmsten Phasen meiner Erkrankung, die mich in den letzten Jahren sehr bewegten und immer noch bewegen, festzuhalten.

\*

Nun ist der Zeitpunkt gekommen, an dem ich beschlossen habe, diesen brennenden Wunsch umzusetzen, und zwar für mich, meine Kinder, meinen Mann und für all jene, die an meiner Geschichte teilhaben wollen

# Kapitel 1

## Arztbesuch

Es ist ein Spätsommerabend im Jahr 2021. Mittlerweile ist es schon 23 Uhr und ich sitze noch immer am Wohnzimmertisch. Müde blättere ich in einem Buch, während unzählige Regentropfen gegen das Fenster prasseln. Ich bin noch nicht zu Bett gegangen, wie bereits die Abende davor.

Vermutlich deshalb, um nicht schlaflos im Bett zu liegen und über mein Leben nachzudenken, was war oder was noch kommt.

*Was soll auch noch kommen? Wie geht es weiter?*

Ich weiß es nicht, aber jetzt will ich auch gar nicht daran denken, schließlich lebe ich. Und doch habe ich mir schon lange Gedanken über mein Leben gemacht.

*Was, wenn ich sterben müsste? Was hätte ich bisher erlebt?  
Was hätte ich verabsäumt?*

Der Beginn der dunkelsten Phase meines Lebens liegt nun bereits einige Jahre zurück. Im November 2015 veränderte sich mein Leben drastisch.

Während ich mich am 18. November 2015 im Spiegel betrachte, fällt mir eine rote Stelle auf, die mich zum Nachdenken bringt.

*Ist das ein Sonnenbrand?*

Das kann durchaus sein, da ich am Vortag mit meinem Mann Robin auf der Alm war. Es war ein besonderer Tag gewesen, ein Tag, an dem nur wir beide Zeit füreinander hatten. Zweisamkeit ist ein hohes Gut, vor allem für Elternteile.

Wo meine Mama und die Kinder waren, weiß ich gar nicht mehr genau. Jedenfalls war es ein sehr schöner und sonniger Tag.

Nachdem ich die rote Stelle begutachtet habe, bemerke ich zusätzlich einen Druck im Herz- und Brustbereich.

*Sollte ich zum Arzt gehen? Nein, es ist vermutlich wirklich nur ein Sonnenbrand ... oder?*

„Mama, bitte hilf mir, ich muss noch Mathe fertig machen!“, ruft Jasmin an diesem besagten 18. November und holt mich aus meinen Gedanken zurück. Jasmin ist meine zwölfjährige Tochter. Sie ist die ältere von meinen beiden Mädchen. Gerade sitzt sie am Wohnzimmertisch und macht ihre Hausaufgaben.

„Ja, Liebes, ich komme ja schon“, antworte ich.

*Aber ich sollte lieber zum Arzt gehen - oder doch nicht? Ich kann ohnehin nicht weg, wer ist denn dann für Mama da, und wer für die Kinder?*

Als Robin nachhause kommt, mache ich mich auf den Weg zu meiner Hausärztin. Niemand befindet sich im Wartezimmer, hastig und etwas nervös blättere ich die Zeitschriften durch, dann werde ich auch schon aufgerufen.

„Ich weiß eigentlich gar nicht, ob es notwendig ist, dass ich das abklären lasse, aber es drückt mich hier“, sage ich in beschwichtigendem Tonfall zu meiner Hausärztin, während ich auf die gerötete Stelle, an der ich einen leichten Druck verspüre, deute. „Kannst du mich bitte abhören? Vielleicht habe ich ja etwas auf dem Herzen. Außerdem zieht es da so komisch, genau hier“, ergänze ich und deute auf meine linke Brust.

Mit geschickten Handbewegungen tastet meine Hausärztin die besagte Stelle ab, dann sagt sie: „Es wäre sehr wichtig, dass du zur Mammografie gehst! Am besten schon morgen. Wenn du

keinen Termin bekommst, dann mach unbedingt einen Ultraschall.“

Mit einem mulmigen Gefühl verlasse ich die Ordination. Draußen ist es bereits dunkel. Dann fahre ich nach Hause.



# Kapitel 2

## Die Diagnose

Nach einer unruhigen Nacht rufe ich gleich am nächsten Morgen beim Radiologen an. Glücklicherweise kann ich sofort kommen.

Unruhig sitze ich im Wartezimmer, bis mich eine griesgrämige Frau in einem weißen Kittel aufruft. Ich mag sie nicht.

Es ist kein guter Tag, das spüre ich.

Ich kleide mich aus, stelle mich zum Mammografie-Gerät und lasse die Untersuchung über mich ergehen. Aufgeregter lege ich mich anschließend auf den Behandlungstisch und warte auf den Arzt. Gekonnt fährt er mit dem Ultraschallgerät über meine linke Brust.

Nach einer Weile, die mir unendlich lange erscheint, sagt der Arzt nachdenklich: „Frau Rußmüller, es sieht nicht gut aus, es ist schon sehr weit fortgeschritten.“

Seine Worte treffen mich mit voller Wucht. Meine Gedanken drehen sich im Kreis.

*Was soll das heißen? Es sieht nicht gut aus? WAS sieht nicht gut aus?*

Ich kann die Tränen nicht zurückhalten, die heiß über meine Wangen kullern.

„Habe ich Brustkrebs? Was soll ich nun tun? Ich habe zwei Kinder, die mich brauchen“, murmle ich schwach.

Es fällt mir schwer, einen klaren Gedanken zu fassen. „Meine Töchter sind jetzt erst zehn und zwölf Jahre alt. Muss ich jetzt sterben?“, sage ich mit vor Verzweiflung verzerrter Stimme.

*Und was ist mit Mama?*

Es kommt mir alles so surreal vor. Die letzten Jahre war ich nur für meine Mama da, habe mich aufgeopfert und sie gepflegt.

*Sollte das nun mit einem Schlag vorbei sein?*

„Sie müssen ins Krankenhaus, ich werde für Sie dort anrufen. Gehen Sie gleich hin!“, sagt der Arzt mit Nachdruck.

Wie in Trance verlasse ich die Praxis. Draußen vor dem Gebäude rufe ich Robin an und versuche, ihm das Unwirkliche zu erklären.

„Robin, ich bin hier. Der Arzt hat gesagt, ich habe einen Tumor, ich muss ins Krankenhaus. Bitte bringe mich hin, ich brauche dich!“

# Kapitel 3

## Im Krankenhaus

Noch am selben Tag betrete ich das Krankenhaus, gedankenverloren gehe ich zur Anmeldung. In der Hand halte ich ein Säckchen, in dem sich der Befund des Radiologen und eine CD befinden.

Im Befund steht Folgendes geschrieben:

*„4 x 2,5 cm große irregulär begrenzte Formation im äußersten oberen Quadranten links mit eingelagert polymorphen Mikroverkalkungen - BIRADS 5“*

Den genauen Inhalt des Schreibens verstehe ich zwar nicht, allerdings weiß ich, dass diese Raumforderung erschreckend groß ist.

„Das alles haben sie mir vorhin mitgegeben“, sage ich und halte der Empfangsdame das Säckchen entgegen. Dann werde ich zum Arztzimmer geführt, wo mich ein Arzt auch schon erwartet.

Kurzerhand liest er das Untersuchungsergebnis des Radiologen durch, dann fährt er erneut mit dem Ultraschallgerät über meine Brust und sagt mir, dass es nicht gut aussehe. Ich nehme den Satz zwar wahr, kann aber nichts damit anfangen.

Meine Gedanken lassen sich nicht mehr sortieren. In meinem Kopf herrscht pures Chaos.

Nach einer gründlichen Untersuchung wird die Biopsie durchgeführt. Das heißt, Brustgewebe wird entnommen

und in einem Labor untersucht, um Brustkrebs auszuschließen oder zu bestätigen.

Ich bekomme noch weitere Termine für die PET-Untersuchung, für ein Arztgespräch, einen OP-Termin und so weiter.

*Ich kann jetzt doch nicht einfach nach Hause gehen und weitermachen wie bisher, oder?*

Schlagartig wird mir bewusst, dass ich Hilfe benötige.

„Leider ist unsere psychologische Therapeutin heute nicht mehr im Haus, rufen Sie morgen an. Ich gebe Ihnen Beruhigungsmedikamente mit“, sagt der Arzt.

Ich verlasse das Krankenhaus. Wie versteinert fahren wir mit dem Auto nach Hause. Wir reden kein Wort. Gott sei Dank fährt Robin.

Während der Fahrt taste ich mit meinen Händen die Polsterung der Innenausstattung des Autos ab. Ich möchte bewusst spüren, wie sich das anfühlt.

Ich habe noch nie versucht,

**bewusst** zu fühlen,

**bewusst** zu spüren,

**bewusst** zu leben.

*Warum eigentlich nicht?*

*Warum ist mir das nie in den Sinn gekommen?*

*Warum wird mir erst jetzt bewusst, dass wir endlich sind?*

# Kapitel 4

## Reflexion

Während meine Vorstellungen einer sorglos „heilen Welt“ nach und nach wie Seifenblasen zerplatzen, versinke ich tief in meinen Gedanken. Und ich reflektiere mich selbst und die vergangenen Wochen zuvor:

*Ich bin doch erst 38 Jahre alt.*

*Wie kann das sein? Ich bin doch eine Frau, die jung und stark ist, die ihre Mutter pflegt und noch kleine Kinder hat. Und ich habe Krebs? Das muss ein Irrtum sein!*

Erst drei Wochen zuvor haben wir von meiner jüngeren Tochter Patricia den zehnten Geburtstag gefeiert. Da war alles noch richtig toll. Viele Kinder waren eingeladen. Wir haben gespielt und gealbert und ich hatte nicht die leiseste Vermutung, dass mit mir etwas nicht stimmt.

Die Pflege meiner Mama ist natürlich sehr herausfordernd, da sie mich jede Minute beansprucht. Neben ihren körperlichen Beeinträchtigungen und ihrer Alzheimer-Erkrankung hat sie u.a. eine schwere Sehbehinderung.

Jeder Tag, jede Stunde muss geplant, fix eingeteilt und genauestens getaktet sein.

Trotzdem sollen die Kinder ihren Spaß haben, weitgehend unbeschwert aufwachsen und gut versorgt sein.

Um alles unter einen Hut zu bringen, bin ich dabei schon oft über meine eigenen Grenzen gegangen, habe funktioniert und meine Bedürfnisse hintenangestellt.

Es ist gut möglich, dass ich dadurch zu wenig auf meinen Körper geachtet habe, nicht gespürt habe, was er braucht, wie es ihm geht.

So fällt mir nun auch ein, dass ich kurze Zeit zuvor ein leichtes Ziehen in meiner linken Brust verspürt hatte. Dieses Befinden war jedoch schnell in Vergessenheit geraten, nachdem mich meine Mama gerufen hatte.

Nie wäre ich auf den Gedanken gekommen, dass es sich bei diesem Ziehen um ein Anzeichen von Krebs handeln könnte.

Außerdem fällt mir nun auch ein, dass mich Robin zwei Monate zuvor auf einen Bericht über Brustkrebs, welcher im Fernsehen ausgestrahlt worden war, hingewiesen hatte, den ich schlichtweg ignorierte.

„Ich habe doch keine erblich bedingten Gene, außerdem pflege ich Mama, das ist doch schon belastend genug“, hatte ich geantwortet. Als könnte ich diese Krankheit einfach ausklammern und mich dadurch vor diesem Schicksal schützen.

Wie naiv von mir.