WAS BEI KREBS AUCH NOCH HILFT

Text Greta Gruber

Ja, natürlich, die moderne Medizin, ein Segen, dass es sie gibt. Doch eine Krebserkrankung kann alles verändern: vom Sicherheitsgefühl bis zum eigenen Spiegelbild. Da können etwa Kosmetikseminare guttun oder sich zu informieren, was passieren kann – und vor allem: die Gemeinschaft mit anderen Betroffenen



Im Kosmetikseminar hat Lena gelernt, wie man dieses dezente Tages-Make-up zaubert

Vier zusammengeschobene Tische, eine Gruppe Frauen rundherum, dazwischen Blumensträuße in Pink. Einige tragen Kopftücher, unter denen sich Glatzen abzeichnen, andere Perücken. Auch wenn das Äußerliche unübersehbar darauf hindeutet, was sie alle teilen, ist an diesem Vormittag so gar nichts schwer. Im Gegenteil. Und doch ist der Krebs der Grund, warum die Frauen heute im Regio Klinikum Elmshorn zusammengekommen sind.

Für die nächsten zwei Stunden rücken Medikamente, Befunde und Nebenwirkungen so gut es geht in den Hintergrund. Stattdessen geht es ums Schminken: Wie zeichnet man Augenbrauen nach, wenn die eigenen ausgefallen sind? Wie betont man die Augen, wenn die Wimpern dünner werden? Dabei wollen die kostenlosen Kosmetikseminare „Look Good Feel Better" (lookgoodfeelbetter.de) helfen. Das Programm wird von der DKMS in verschiedenen medizinischen Einrichtungen in ganz Deutschland angeboten. Hier in Elmshorn ermöglicht der Förderverein für Menschen im Krankenhaus Elmshorn e.V. das Seminar.

Eine der Frauen in der Runde ist Lena. Die 46-Jährige arbeitet eigentlich als Buchhalterin in einer Immobilienfirma, seit Mitte Januar ist sie krankgeschrieben. Sie lebt in Elmshorn, ihr Partner David im Harz. Die beiden führen eine Fernbeziehung, kennengelernt haben sie sich im vergangenen Januar im Internet – gerade einmal ein Jahr vor Lenas erster Chemotherapie.

David hatte den Knoten in Lenas rechter Brust als erster bemerkt. Eine Weile schob sie den Gedanken an etwas Ernsthaftes beiseite, bis er ihr beim Duschen selbst auffiel. Es begann ein Marathon aus Arztterminen, Untersuchungen und Warten. Am Ende die Diagnose: Brustkrebs. Danach setzte Lena gemeinsam mit ihrem Partner zu einem unfreiwilligen Sprint an: „David und ich gingen mit einem leeren Ordner von Arzttermin zu Arzttermin. Der Ordner hat sich schnell mit sämtlichen Papieren gefüllt. Ich habe einfach funktioniert."

Gleichzeitig sagt Lena: „Ich bin gerade so glücklich mit mir und meinem

Leben, so zufrieden und verliebt." Von Anfang an habe sie deshalb das Gefühl gehabt, dass sich der Krebs keinen schlechteren Zeitpunkt hätte aussuchen können. „Aber gerade weil es mir so gut geht, habe ich die Kraft zu sagen: Das Leben bekommt er nicht", sagt sie. Mittlerweile ist sie dankbar, in dieser Lebensphase mit der Erkrankung umgehen zu können. „Es gab auch schon ganz andere Phasen in meinem Leben. Da hätte ich mich womöglich schwergetan, so positiv zu sein."

Lena befindet sich mitten in ihrer Chemotherapie. Dass die Behandlung sichtbare Spuren hinterlassen würde, wusste sie schnell. „Ich habe direkt beim ersten Gespräch mit der Onkologin ein Rezept für eine Perücke bekommen", erzählt sie. Die Haare begannen schon nach der ersten Chemotherapie auszufallen. Ein paar Tage später saß Lena mit ihrer Freundin beim Friseur. Den Spiegel hatte sie abhängen lassen. Sie wollte nicht sehen, wie ihre Haare fallen. Erst als die Perücke auf ihrem Kopf saß, wagte sie den Blick in den Spiegel: „Ich hatte wirklich das Gefühl: Wow, ich war beim Friseur."

Im Alltag fühlt sie sich damit jedoch verkleidet. Sie trug die Perücke, die mehr als 500 Euro Zuzahlung gekostet hatte, genau einmal, bei einem Theaterbesuch. Am wohlsten fühlt sie sich letztlich mit einer schlichten 1-Euro-Mütze: „Sie ist blau und passt zu meinen Augen." Nach und nach merkt Lena, wie auch ihre Wimpern und Augenbrauen weniger werden. „Ich schminke mich fast nie, ich besitze auch kaum Schminkutensilien. Ich freue mich also, ein bisschen Basiswissen aufzubauen."

Der Beginn des Seminars gleicht einer Bescherung zu Weihnachten: Jede Frau hat eine Tüte voller Make-up- und Pflegeprodukte vor sich. Alle packen gleichzeitig aus, staunen und freuen sich über die vielen Fläschchen, Döschen und Tiegel. Die ehrenamtliche Kosmetikexpertin führt die Teilnehmerinnen durch die einzelnen Produkte und Schritte. Gemeinsam tragen die Frauen Concealer auf, lernen, wie sie Augenbrauen auffüllen oder die Augen betonen. Die Stimmung ist konzentriert und locker zugleich. Die Frauen lachen über zu dick geratene Lidstriche und Foundation, die sie nicht richtig verteilt haben.

Und dann sickert es doch noch durch, was diese Frauen gerade durchmachen, jede auf ihre ganz eigene Art und Weise. Als die Wimperntusche zum Einsatz kommt, sagt eine Teilnehmerin, sie traue sich nicht. Zu groß sei die Angst, beim Abschminken noch mehr Wimpern zu verlieren. Lena versteht das, ihr geht es genauso. Die Kosmetikexpertin erklärt, dass sanftes Abschminken kein Problem sein sollte und gerade Wimperntusche den Augen viel Ausdruck verleihe. Zwischen Beauty- und Me-Time geht es jetzt fast nebenbei um Kliniken, Behandlungspläne und die Frage, wo jede gerade steht. Ein bisschen ist er dann doch immer präsent, der Krebs.

Als Lena ihr fertiges Ergebnis in dem kleinen Schminkspiegel betrachtet, strahlt sie. „Das mit dem Lidstrich muss ich noch üben. Und vielleicht kaufe ich mir noch eine etwas knalligere Lippenstiftfarbe. Aber ansonsten sieht das doch ganz gut aus." Sie will das Schminken mit in ihren Alltag nehmen, am nächsten Tag weiter üben. „Ich strahle sowieso Positivität aus. Aber jetzt strahle ich vielleicht noch ein bisschen mehr."



Das Programm freut sich über Spenden, damit auch künftig kostenfreie Seminare angeboten werden können: lookgoodfeelbetter.de/spenden