

**Zeitschrift:** Infokara : Fachzeitschrift der Schweizerischen Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung

**Herausgeber:** Schweizerische Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung

**Band:** 3 (1998)

**Heft:** 2

**Artikel:** Fragen und Gedanken

**Autor:** K.E.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1091816>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 24.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



Erinnern Sie sich? In der Frühlingsnummer 1997 von Infokara in einem Artikel mit dem Titel «Mario-Gruppen Schritte zu einer Idee»? standen folgende Sätze: Eine krebskranke, alleinerziehende Mutter dreier Kinder und ihre Tochter erzählen davon, wie die drei Teenager ganz allein aus dem Spital hätten nach Hause fahren müssen, als man ihre Mutter für eine notfallmässige Operation aus ihrem Zimmer geholt hätte. Allein nach Hause kommen ohne zu wissen, ob auch Mama einmal wieder kommen wird... Wäre es denkbar, Freiwillige innert nützlicher Frist aufbieten zu können, die diese Kinder begleiten würden? Wer wird sie begleiten, wenn sie nach Mamas Tod nach Hause fahren?

In der Nacht vor der beidseitigen Mastektomie hielt die Mutter ihre Gedanken fest. Ein Jahr später schrieb sie ein Abschiedsgedicht an ihre Brüste. Jetzt, 6 Jahre später, geht das Leben mit ihrem verstümmelten Körper weiter und sie ist heute bereit, ihre damaligen Gedanken mit Ihnen zu teilen. Sie bittet aber dringend, all dies nicht nachzudrucken.

K.E.

## Fragen und Gedanken

*In der Nacht vom 09./10. Dezember 1992  
Beidseitige Mastektomie / 41 Jahre alt  
Kinder: 2 Mädchen (17 J. und 13 J.), 1 Knabe (10 J.)*

*Angst – die eigene  
Grübeln  
abschätzen von Chancen  
die Augen verschliessen  
schneiden lassen – lassen – zulassen und gewähren  
lassen*

Frage nach Partner – es geht nicht darum. Es geht in erster Linie um meine eigene Person!

Ich bin diejenige, die mit mir leben muss. Das Leben, das eigentlich mein Leben ist, was ist das eigentlich?

Die Kinder gehören dazu, wenig Freundinnen vielleicht.

Ist es die Sehnsucht, ohne Angst zu leben!

Was ist mir wichtig?

Meine Kinder, ich bin es! Angstfrei zu leben!

Welche Chancen habe ich, wenn ich nicht schneiden lasse? Wie entwickelt sich dann das Übel? Wenn

es ein Übel ist, auch das ist ungenau. Diese Ungenauigkeit macht mir grosse Mühe.

Ist das Verzagtheit? Schwäche? Ich bin doch immer stark gewesen!

Bin ich es noch?

1½ Jahre Angst, Unbehagen, Untersuchungen, mit meinem Einverständnis, aber schon lange nicht mehr freiwillig. Die Furcht vor der Krankheit gab es schon früher.

Ich muss mich entscheiden. In nur zwei Stunden!

Soll ich zulassen, dass man mir beide Brüste amputiert?

Oder doch immer wieder schneiden lassen, mich von der Angst auffressen lassen?

Niemand nimmt mir diese Entscheidung ab. Doch, die Ärzte drängen. Sie lassen mir die Wahl mit den Worten, wenn sie drei Monate warten, ist der Krebs überall.

Nein, jetzt keine Imaginationen, den Kopf klarhalten. Die wenigen Informationen sortieren.

Was kommt bei/nach der Amputation?

Trauer? Wut? Erleichterung?

Eine Ersatzbrust, schön, aber ohne Empfindungen und wenn, erst in einem Jahr. Jedoch auch weitere Abhängigkeit und Kontrollen.

Aber: Ein grösseres Gefühl der Sicherheit!

Die Brusterhaltung ... die Möglichkeit der weiteren Bösartigkeit ist um vieles grösser.

Die Brust bleibt, wird aber immer mehr ramponiert. Bleibt sie empfindungsfähig? Heisst das nicht die grössere Abhängigkeit von nervtötenden, zermürbenden, engmaschigen Untersuchungen? Von neuem Schneiden? Neues Warten auf Befunde, heisst das nicht, als «Zeitbombe» leben?

Die Angst bleibt eiskalt.

Ein wichtiger Punkt ist doch vor allem:

Welche medizinische Alternative verspricht mehr Lebensqualität und Lebensfreude?

Lässt sich Lebensfreude nicht auch ohne Brüste empfinden?

Wie lange sonst, bis der Krebs mich ganz auffrisst?

Bei Brusterhaltung nicht auch grössere Abhängigkeit vom Spital?

Wäre die Alternative gewesen, gar nichts wissen zu wollen?

Ich weiss nicht! Dann dürfte ich nie mehr auf meinen Körper hören.

Nein, ich will nicht verdrängen. Nicht aufgeben, bei Amputation ist für mich das Risiko geringer aufzugeben als bei Brusterhaltung. Ich denke an den Filmtitel: «Angst essen Seele auf».

Bei all den Überlegungen – Fragen – Zweifel – Traurigkeit sind mir ein paar Schwestern eine Stütze, ihnen ist meine Seele nicht weniger wichtig als mein Körper. Und die Ärzte? Ihre Worte sind, es ist das Beste! Ich will versuchen, die Sache realistisch zu sehen und positiv zu denken und fühlen.

Doch wie?

Und doch, nach Stunden voll von Herumwälzen, voll von seelischem Ungleichgewicht so etwas wie latente Angst.

Nein, nicht latent, Angst die tief drinnen sitzt. Trauer. Apropos Trauer, wie ist es nachher?

Heisst Amputation nicht auch Abschiednehmen? Abschied ist mit Trauer verbunden. Klartext – Trauerarbeit leisten. Aber das ist nachher.

Alle meine Gefühle muss ich unter Kontrolle bringen in nur noch vier Stunden. Nicht mich auffressen lassen, nicht zulassen zermürbt zu werden. Nicht mich selbst zermürben.

Aufschreiben, immer weiter aufschreiben, während des Schreibens Klarheit für mich schaffen.

Vor allem nicht abschalten. Nicht ausschalten, nicht wegschalten, überhaupt nicht schalten. Nein!

Wie gut hat es mir getan, zu meinen alles sei nur ein Alptraum. Dieses Gefühl zu haben, ganz gewiss daraus aufzuwachen. Das gab mir Kraft und Hoffnung.

Nicht die Hoffnung zerstören lassen!

Eine Zeit warten zu können mit der Entscheidung, warten könnte gut sein. Es wäre eine Möglichkeit, mich mit mir auseinanderzusetzen. In positiver Weise auseinanderzusetzen. Doch bis zur Amputation sind es nur mehr zwei Stunden. Kein Aufschub von ärztlicher Seite!

Kein Mitleid, kein Selbstmitleid, keine hysterischen Gedanken. Etwas anderes heraufbeschwören. Auch die anderen Qualitäten des Lebens sehen, die der kleinen positiven Ereignisse, die ebenso viel Beachtung verdienen.

Amputation oder Risiko?

Was soll oder kann ich entscheiden?

Soll ich mich auflehnen? Sich blindwütig aufzulehnen ist, denke ich, unsinnige Kraftvergeudung. Auflehnung hilft nicht gegen diese Krankheit. Der Lebenswille mag helfen. Wichtig ist, zu versuchen zu akzeptieren, was geschah oder noch geschieht.

Sich damit vertraut machen.

Vertrauen haben.

Vertrauen herstellen.

Lernen, Vertrauen in die Zeit zu haben.

Vertrauen bedeutet aber, glaube ich, nicht einen Sinn zu suchen.

Sie könnte die ewig falsche Frage sein, die nach dem Sinn des Lebens und dieser Krankheit.

Nach dem Sinn überhaupt, Sinn macht es nur, darüber nachzudenken, warum wir meinen, alles müsste einen Sinn haben.

Vertrauen kann auch heissen: Ohne Angst weiterleben.

Vertrauen kann auch heissen: Ohne Verzweiflung.

Vertrauen kann auch heissen: Ohne Bangesein.

Noch bin ich bange, noch bin ich verzweifelt, noch habe ich Angst.

Morgen vielleicht nicht mehr.

Alles das akzeptieren. Den Lebenswillen nicht aufgeben. Lebenswille ist nicht Auflehnung. Auflehnung bedeutet Kampf. Diese ganze Krankheit hat ihre Selbstständigkeit. Ich denke, sie verläuft nach eigenen Gesetzen, ehe sie ausbricht. Der Lebenswille besteht ja nicht nur aus Körper, auch aus der Seele.

Möglicherweise ist es so. Ich weiss es nicht!

Ich vermute es!

Ich empfinde einen tiefen, bedauernden, trauernden Schmerz.

Sollte ich nicht auch diesen akzeptieren?

Annehmen, nicht nur hinnehmen.

Es muss doch möglich sein. Ich denke, es muss eine Möglichkeit geben, sich selbst achtend, diese Krankheit zu akzeptieren.

Jetzt wäre es mir sehr wichtig, die Möglichkeit zu haben, reden zu können, erzählen zu können, was mir widerfährt. Von der inneren Auseinandersetzung mit mir selber zu sprechen.

Ohne diese Zuwendung schaffe ich es nicht. Es wäre so wichtig im Gespräch lernen zu können, die inneren und äusseren Abläufe von den verschiedensten Seiten anzusehen. Nur so würde ich Tips, Anregungen und Zuspruch von anderen erfahren. Doch es ist morgens um halb sechs.

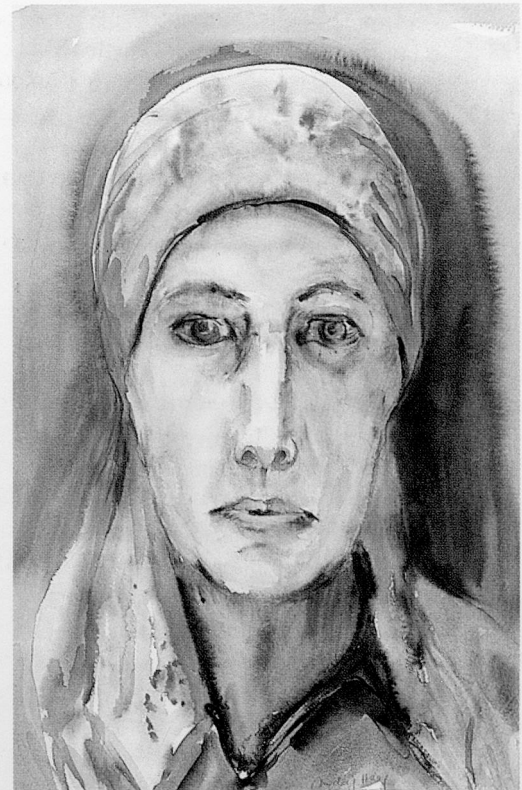
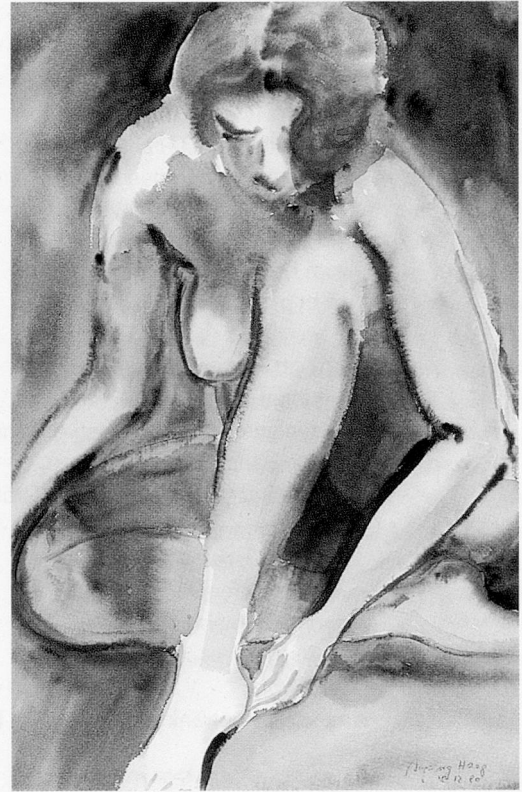
Dennoch ist in mir nur eine Frage.

Was, wie werde ich entscheiden?

Weiss ich es wirklich nicht oder traue ich mich nicht, es zu wissen?

Ich weiss nur, ich habe den Wettlauf gegen die Zeit verloren.

Die Geschichte  
einer Veränderung  
Selbstdarstellung



Aquarelle von Ingeborg Haag; aus «Kunst und Krankheit 1984» ICI-Pharma, Heidelberg



K. E.

## Lebt wohl

10. Dezember 1993

Verwundet, verstümmelt  
meine Brüste  
vom Krebs zerfressen,  
nicht mehr da.

Ich hab doch so lange gelebt  
mit ihnen,  
hab meine Kinder an ihnen genährt.  
Meine Hände liebkosten sie  
und Schmetterlinge tanzten im Bauch.

Meine Brüste, abgeschnitten,  
weggeworfen,  
sind nicht mehr da.

Lebt wohl,  
meine lustgetränkten, nährenden Brüste.

Lebt wohl,  
meine krebszerfressenen Brüste,  
lebt wohl!

Mein schmerzgequälter,  
entstellter Körper  
wir mit meinem Tränenstrom  
neu erstehen,  
nicht heil und unversehrt.

Mit meinem neuerschaffenen Leib  
ohne Brüste  
möchte ich auferstehen  
und mit offenem Blick und Brust  
mich dem DU öffnen  
durchflutet von Himmelskraft.

*Nachdruck verboten*