

KLINIK HIRSLANDEN AARAU

«Sie hat mir immens geholfen»: Krebs-Patienten finden dank neuer Reha rasch in den Alltag

von Nadja Rohner - AZ • Zuletzt aktualisiert am 28.11.2020 um 11:15 Uhr



Maria Bruderer (l.) und Anita Gutierrez sind heute Arbeitskolleginnen.

© Britta Gut

Die Hirslanden Klinik Aarau hat ein neues Konzept zur Krebs-Rehabilitation – und eine besondere Mitarbeiterin.

«Wir haben gefeiert, dass es vorbei ist. Ich war nicht darauf vorbereitet, was nachher noch kommen würde.» - Das sagt Maria Bruderer (59) über die Zeit nach Abschluss ihrer Krebsbehandlung im Dezember 2019. Die Müdigkeit, die Gelenkschmerzen, die angegriffenen Mundschleimhäute und Fingernägel; alles Nachwirkungen der Chemotherapie. In den Alltag zurückgeholfen hat ihr ein

neues Projekt, das die Krebsliga zusammen mit der Hirslanden Klinik Aarau aufgezogen hat: die ambulante onkologische Rehabilitation.

Zu den ersten Patientinnen, die Anfang 2020 mit dem Programm starteten, gehörte Maria Bruderer. Die Onko-Reha dauert mindestens 8, im Schnitt aber 16 Wochen. Sie setzt während oder nach der eigentlichen Krebstherapie an und zielt darauf ab, möglichst rasch wieder eine gute Lebensqualität und eine Rückkehr in den gewohnten Alltag herbeizuführen.

WERBUNG



Mitmachen können die meisten Krebspatienten; solange sie motiviert und mobil sind. Durch wöchentliche Behandlungen und Massnahmen, die eine Ärztin gemeinsam mit dem Patienten individuell zusammenstellt, werden die Patienten eng im Genesungsprozess begleitet.

Medizinische Behandlungen - Physiotherapie, Psychoonkologie und Ernährungsberatung zum Beispiel - werden dabei kombiniert mit nichtmedizinischen Massnahmen wie etwa Yoga, Tanzen oder Achtsamkeitskurse. «Das eignet sich sehr gut für Patienten, die wieder zu sich finden und Ängste abbauen müssen», sagt Anita Gutierrez, Leiterin des Onko-Reha-Programms. «Man lernt, «obenabe z cho»», ergänzt Maria Bruderer. «Das bringt sehr viel. Als Patient ist man oft aufgewühlt und mit den Geschehnissen überfordert.»

Das digitale Tagebuch hilft behandelnden Fachleuten

Gut 40 Personen haben das Programm durchlaufen. «Am Anfang nur Frauen, jetzt zunehmend auch Männer», so Gutierrez. «Neuerdings melden sich auch immer mehr jüngere Personen. Viele haben vom Angebot im Internet erfahren.»

Ein zentrales Instrument für die Onko-Reha an der Hirslanden Klinik ist eine App, eine Art digitales Tagebuch. Der Patient kann damit täglich erfassen, wie es ihm geht. Wie stark sind die Schmerzen? Die Müdigkeit? Gab es Erfolgserlebnisse? Alle behandelnden Fachleute haben in Echtzeit auf die Daten Zugriff. So sind sie auf dem gleichen Informationsstand, die interprofessionelle Zusammenarbeit klappt, das Monitoring ist einfacher, der Patient kann kontinuierlicher betreut werden. Dank Videomodus können bei Bedarf auch telefonische Konsultationen abgehalten werden.

Nicht jedem falle die digitale Kommunikation gleich leicht, aber alle gäben sich Mühe, sagt Anita Gutierrez: «Wir haben Fälle, bei denen die ganze Familie zusammensitzt und die Daten gemeinsam in die App eingibt.»

Krebsliga berät, wenn die Kassen nicht zahlen

Die App sei eine einfache Form der Kommunikation, sagt auch die ehemalige Patientin Maria Bruderer. «Der Patient kann ja nicht allpott anrufen und sagen: Heute geht es mir gut, ich bin ein gutes Stück gelaufen. Aber er kann es in der App vermerken, und wir sehen es.» - «Wir», sagt Bruderer, und das hat einen Grund: Seit zwei Monaten ist sie Koordinatorin der Onko-Reha, hat also quasi die Seiten gewechselt.

Als Dreh- und Angelpunkt des Programms begleitet sie die neuen Patienten administrativ durch den ganzen Prozess. Sie berät und unterstützt, koordiniert Termine, ist «die informellste, unkomplizierteste Anlaufstelle», erklärt Anita Gutierrez. Eine wichtige Rolle kommt Maria Bruderer auch zu, wenn es finanzielle Probleme gibt. Etwa, wenn eine Familie wegen des niedrigen Taggeldes in Nöte kommt oder wenn Kostengutsprachen bei Krankenkassen eingeholt werden müssen. Die Grundversicherungen übernehmen in der Regel die medizinischen Behandlungen; für die nichtmedizinischen zahlen bisweilen die Zusatzversicherungen. Die Krebsliga berät Patienten in diesen Situationen.

Dass Bruderer - verheiratet, zwei Töchter, in Kappel (SO) wohnhaft - den neu geschaffenen Koordinatorinnen-Job übernommen hat, bezeichnet sie selber als «Schicksal». Der Stein kam Ende Februar 2019 ins Rollen - mit einer Hiobsbotschaft. «Ich war immer sehr aktiv, habe viel Sport gemacht und war kaum je krank. Es kam aus dem Nichts. Auf einmal hatte ich Muskelkater, obwohl ich nichts gemacht hatte. Der ging einfach nicht weg. Hinzu kam eine Müdigkeit. Und dann entdeckte ich einen Knoten unter der Achsel.» Arztbesuch,

Gewebeentnahmen, Computertomografie - alle möglichen Tests prägten die nächsten Tage. Bis feststand, dass Bruderer ein Lymphom hat, Lymphdrüsenkrebs, und dieser schon Ableger gebildet hatte. «Dann hat man recht Gas gegeben», sagt sie heute über die ersten Tage der Behandlung.

An der Hirslanden erhielt sie eine Chemo- und eine Strahlentherapie. Keine einfache Zeit. «Am Anfang ist uns der Boden unter den Füßen weggerutscht. Ausgerechnet ich! Ich hatte doch immer Energie für Zehn! Dann habe ich mich da halt hineingeschickt - eine andere Wahl hat man ja nicht.» Prägend sei die Hilflosigkeit gewesen. Und die Ängste. «Die ziehen sich durch», sagt Bruderer. Bei jeder Kontrolle aufs Neue die Ungewissheit: Was zeigen die Resultate? Wie schlimm ist es? Gibt es Hoffnung?

«Es hilft, dass ich mitfühlen kann, was sie durchmachen»

Dennoch, so schlecht sei es ihr körperlich während der Behandlung gar nicht gegangen, sagt Bruderer. «Nicht mit mir», habe sie dem Tumor gesagt. «Ich war ziemlich aktiv, obwohl ich oft plemplem war von den Medikamenten.» Erst nach Behandlungsabschluss seien die körperlichen Beschwerden richtig schlimm geworden, und hätten sich hingezogen. «Die Onko-Reha hat mir immens geholfen, und sei es nur, um aus dem Haus und unter die Leute zu kommen.» Auch das Reha-Programm habe von Bruderer profitiert, sagt Anita Gutierrez: «Durch sie als eine der ersten Patientinnen durften wir wertvolle Erkenntnisse zu deren Bedürfnissen gewinnen.»

Heute fühlt sich Bruderer wieder «zu 99 Prozent wie vorher». Aber sie wollte eine berufliche Veränderung. Also verkaufte sie ihr Coaching- und Personalberatungsunternehmen. Ein erstes konkretes Jobangebot, eine Staatsstelle, lehnte sie ab, auch wenn alle sagten, sie sei verrückt, in ihrem Alter. Nur wenige Tage später erfuhr sie vom neu geschaffenen Job als Koordinatorin der Onko-Reha. Die Krebsliga stellte sie ein, «und wir nahmen sie mit Handkuss», sagt Anita Gutierrez. Es helfe ihr, sagt Maria Bruderer, dass sie schon wisse, wie das Programm läuft, was unterstützende Massnahmen wie Aromatherapie oder Fingernagelbehandlungen sind. «Und dass ich mitfühlen kann, was die Patienten durchmachen.»



AUTORIN

Nadja Rohner

zur Autorin →

GEMEINDE



Aarau

zur Gemeinde →

Finden Sie Ihre Gemeinde

© Copyright 2010 – 2020, Aargauer Zeitung