

«Am Anfang war alles wie Chinesisch»

Helene Sigrist aus Wilen (OW) hat sich nach einigem Zögern bereit erklärt, als Kontaktperson für die neue Myelom-Selbsthilfegruppe der Zentralschweiz zur Verfügung zu stehen. Schwellenängste sind ihr nicht fremd – im Gegenteil.

Im Mai 2005 wurde die damals 53-jährige Helene Sigrist mit der Diagnose «Multiples Myelom» konfrontiert. Sie erinnert sich gut an den Schock der darauf folgte und die grosse Verunsicherung, weil sie praktisch nichts über diese Immunsystem-Erkrankung wusste. Das Internet war für die vierfache Mutter und Familienfrau die erste Anlaufstation. «Am Anfang war es, wie wenn ich Chinesisch lernen müsste, weil mir die Fachbegriffe so gut wie nichts sagten.»

Kräfte raubende Therapie

Gemeinsam mit dem Hausarzt, einem Onkologen und einem Homöopathen entschied sie sich für eine Stammzellentransplantation aus

eigenen Zellen, der eine Kräfte raubende Chemotherapie vorausging. Chronisch erschöpft suchte sie Rat bei der Myelom Kontaktgruppe Schweiz (MKgS) und lernte deren Präsidentin, Ruth Bähler, kennen. «Sie lud mich an ein Seminar in Zürich ein, an dem namhafte Professoren Aspekte der Krankheit erläuterten», erinnert sie sich. Obwohl sie kaum Energie übrig hatte, ging sie hin und liess sich über neue Behandlungsmethoden informieren. Ruth Bähler erzählte ihr vom Vorhaben, in Luzern eine neue Kontaktgruppe zu gründen. Hier versprach sich Helene Sigrist Halt und Hilfe. Beeindruckt erlebte sie mit, wie Ruth Bähler die von Anfang an kleine Gruppe leitete, ihr grosses Fachwissen weitergab oder bei anstehenden Fragen Fachpersonen vermitteln konnte.

Über den Schatten gesprungen

Beim letzten Treffen wurde Helene Sigrist gefragt, ob sie der Gruppe künftig als Kontaktperson zur Verfügung stehen würde. «Eigent-

lich wollte ich ja in der Gruppe Energie ‚tanken‘ und nicht noch eine zusätzliche Aufgabe übernehmen. Ich realisierte aber, dass die anderen Mitglieder wegen laufender Therapien oder ihres Gesundheitszustandes diese Verantwortung vorläufig nicht übernehmen konnten.» Also sprang sie über ihren Schatten und sagte zu. Im vollen Bewusstsein, sich (noch) nicht mit dem Wissen von Ruth Bähler messen zu können, sieht sie den kommenden Treffen jedoch einigermaßen gelassen entgegen. Weil die wenigen Teilnehmenden wegen laufender Therapien zeitweise nicht an den Treffen teilnehmen können, koordiniert sie die Daten von Mal zu Mal neu. Sie hofft, dass mit der Zeit noch mehr Betroffene wagen, sich der Selbsthilfegruppe anzuschliessen, auch wenn sie gewisse Schwellenängste durchaus nachzuvollziehen vermag. «Wir sind kein ‚Jammerklub‘ – der Austausch war bis jetzt sehr intensiv und bereichernd», sagt Helene Sigrist, «vielleicht gerade deshalb, weil wir eine so kleine Gruppe sind.»

Jüngste Myelom-Kontaktgruppe in Luzern

Die Myelom Kontaktgruppe Schweiz (MKgS) wurde 1999 gegründet und ist der Zusammenschluss der Selbsthilfegruppen Multiples Myelom/Plasmozytom. Bei beiden Krebsarten handelt es sich um eine zur Zeit noch unheilbare, bösartige Tumorerkrankung von Zellen des Immunsystems – den Plasmazellen – mit unterschiedlichem Krankheitsverlauf. Am häufigsten sind Schädigungen der Wirbelsäule, der Beckenknochen und der Rippen. Die MKgS

wird von der Schweizerischen und den kantonalen Krebsligen unterstützt.

Nach Selbsthilfegruppen in Basel, Zürich, Landquart und St. Gallen gründete die MKgS Ende März in Luzern die fünfte Gruppe für den Raum Zentralschweiz. Sie wurden bisher von Ruth Bähler aus Arlesheim, Präsidentin der MKgS, geleitet. Im September konnte Helene Sigrist aus Wilen (OW) als Kontaktperson für die Region Zentralschweiz gewonnen werden.

Das nächste Treffen findet im Oktober statt. Im deutschsprachigen Raum erkranken pro Jahr rund vier von 100 000 Einwohnern neu am multiplen Myelom/Plasmozytom, bei stark steigender Tendenz. Meist trifft es Personen über 50, zunehmend aber auch Jüngere. Die Erkrankung zählt damit zu den 20 häufigsten Krebserkrankungen.

Weitere Infos: www.multiples-myelom.ch