638 **November – Dezember 2015.**

*Ein autobiografischer Rapport zur eigenen Psychohygiene und Aufarbeitung zweier harter, belastender Monate.*

„Heute musst du selber kochen zum Nachtessen. Machst du dir Kutteln?“ Für Charlotte konnte ich solche nicht kochen. Sie wollte kaum zusehen, wenn ich hin und wieder diese Innereien neben ihr aus dem Teller löffelte.

Darum heute eine Gelegenheit, mir Kutteln selber zuzubereiten. Meine Frau plante anschliessend an den heute stattfindenden jährlichen Check bei ihrer Gynäkologin, mit ihrer Freundin Milly in Oerlikon im “Santa Lucia“ noch bei einer Pizza etwas zu tratschen. Aber es sollte ganz anders ablaufen als wir geplant hatten.

Bereits um sechs Uhr abends öffnete sich unsere Wohnungstüre und Charlotte stand völlig überraschend wieder im Hausgang.

„Keine Lust auf Pizza gehabt?“ Meine Frage erübrigte sich, als ich in ihr Gesicht schaute.

„Die Lust ist mir vergangen!“

„Was ist los?“

„Ich habe einen Tumor im Unterleib. Die Ärztin hat bei mir beim Ultraschall zwischen Blase und Schambein eine Geschwulst festgestellt. Man kann sie bereits fühlen. Mit Milly habe ich mich zwar getroffen, aber die Lust an einer Pizza ist uns beiden vergangen. Sie hat geweint und wir haben beschlossen, wieder nach Hause zurück zu kehren, ohne Pizza.“

Wir standen beide hilflos im Gang, hielten uns in den Armen. Ist nun ihr Brustkrebs von vor 14 Jahren wieder zurückgekehrt in Form von Ablegern im Unterleib? Ich spürte die Felsbrocken in meinem Bauch.

„Die Ärztin wird mich anmelden bei meinem Onkologen in Bülach. Der arbeitet aber nur noch am Montag. Zusätzlich hat sie mich im Spital Bülach für ein MRI angemeldet.“ Nun hiess es wieder wie damals vor 14 Jahren den Weg von Kloten nach Bülach unter die Füsse zu nehmen, wohl mehrmals monatlich.

Hunger hatten wir keinen an diesem Abend. Wir würden uns wieder durch die Nächte kämpfen müssen, ein Kampf um möglichst viel Schlaf. Aufwachen, nachdenken, vielleicht wieder einschlafen, aufwachen,……….! Wann geben wir den Befund an unsere beiden Söhne weiter? Wie werden sie ihn aufnehmen? Wir beschlossen vorläufig die wenigen vorhandenen Informationen nur an unsere nächsten Verwandten weiterzugeben, bis sich der Verdacht konkre- tisieren würden.

Wir waren etwas hilflos, trotz aller gemachten Erfahrungen bei Charlottes Brustkrebsbefall vor 14 Jahren. Ich hatte in letzter Zeit immer wieder darüber nachgedacht, warum es gerade uns so gut ging. Warum wir uns seit Jahren jeden Tag völlig problemlos, ohne Grippe, Husten, Krankheit, ziemlich fit, mit dem Velo oder zu Fuss in der Welt herum bewegen konnten, während rund um uns Bekannte klagten, dass ihre Glieder schmerzten und Arztbesuche an der Tagesordnung waren. Das konnte doch nicht immer so weiter gehen. Jetzt waren scheinbar wir an der Reihe!

Und sofort stellte sich bei mir auch Ungemach ein. Ein Hexenschuss setzte meinen Rücken ziemlich heftig ausser Gefecht. Zufall, oder gab es da einen Zusammenhang? Es sollte länger gehen, bis sich diese Hexe wieder verzog!! Sie wurde aber zur Nebensache.

Wir erinnerten uns plötzlich, dass wir in den nächsten Tagen bei uns zwei Einladungen zum Essen abgemacht hatten. Die erste in drei Tagen, am kom- menden Donnerstag, eine weitere am Sonntag. Wir beschlossen die Einladung an das befreundete Paar am Donnerstag zu verschieben, um uns ein wenig sammeln zu können. Die Einladung am Sonntag, die würden wir zu realisieren versuchen. Bis dann könnten wir uns wieder etwas auf normalen Gleisen befin- den, so hofften wir jedenfalls.

Was mir aber am Tag nach der schlechten Diagnose imponierte, das war meine Frau. Schon um sieben Uhr am Morgen stand sie wie jeden Tag in ihrem, den Temperaturen angepassten Zwiebelschalen-Fahrraddress bereit, um ihre

30 – 40 km mit dem Velo abzustrampeln. Chapeau! Das sei beste Psychowä -sche, meinte sie. Und das bei 2° C Aussentemperatur!

Der Termin für die erste Konsultation beim Onkologen, er hat seine Praxis neben dem Spital Bülach, wurde inzwischen festgelegt. Bevor wir das Gespräch mit ihm hatten musste Charlotte im Spital ein MRI machen lassen. Natürlich beschloss ich meine Frau zu begleiten.

Am 9. November fanden wir uns im Spital Bülach für das MRI ein. Ich besuchte während der Wartezeit für Charlottes MRI einen Kollegen, der sich ein neues Gelenk hatte einbauen lassen. Er war auf dem aufsteigenden Ast, konnte bald nach Hause. An dem Ast auf dem wir beide sassen wurde indessen im Moment heftig gesägt!

Charlottes Onkologe Dr. Nadig (er hatte sich inzwischen gemeldet) hatte zu -sätzlich ein CT (Computertomographie) angeordnet, was vor der Besprechung am 16. November, einem Montag (Charlottes Onkologe arbeitet nur am Montag, da er zugleich Präsident der Vereinigung Schweizer Onkologen ist) im nahen Spital stattfinden sollte.

Für das CT am 16 November wurde uns ein Zeitbedarf von ca. 30 Minuten angegeben. Dass daraus fast anderthalb Stunden wurden trug nicht zu meiner Beruhigung bei. Was man als Wartender in dieser Situation alles hineininter- pretiert, geht auf keine Kuhhaut! Ich stellte mir die schlimmsten Befunde vor mit Ablegern im ganzen Körper meiner Frau, abwechselnd mit der absurden Hoffnung, dass der Ultraschall und das MR vielleicht…….., aber lassen wir das.

Die Besprechung mit dem Arzt brachte zuerst nichts Neues. Es handle sich um eine äusserst komplexe Angelegenheit die bedinge, dass man strategisch vor- gehen sollte. Der Tumor lasse nicht erkennen, um was es sich genau handle. Der Radiologe vom Spital Bülach empfehle zwar eine sofortige Biopsie, was unser Onkologe aber nicht durchführen lassen wollte. Er werde den Befund zuerst ans Unispital Balgrist zu einem Spezialisten weiterleiten, weil sich der Tumor in Nähe des Beckens befinde, was eine heikle Sache sei. Selbst unser äusserst erfahrener Onkologe meinte, das sei eine seltene Art von Tumor. Nicht gerade ein aufbauender Befund für uns.

Erstaunlicherweise konnten wir uns trotzdem bei einigermassen guter Moral über die nächsten Tage retten. Aber eine sichere Diagnose rückte in immer weitere Ferne. Das Gespräch mit unserem Krebsarzt änderte grundsätzlich nichts an der Tatsache, dass da etwas vorhanden war, was nicht in den Unterleib meiner Frau gehöre. Er würde sie ins Uni-Spital Balgrist überweisen. Dort sei man auf schwierige Fälle, die den Gehapparat betreffen, gerüstet. Dass dieser Tumor das Becken und damit die Bewegungsfähigkeit beeinträchtigen könnte, das schien für den Onkologen wahrscheinlich zu sein. „Ihr werdet schnell ein Aufgebot für eine Besprechung erhalten“ versprach er uns ruhig. „Schon wieder nur Besprechungen“ waren unsere Gedanken.

In unseren Köpfen änderte dieser Zeitplan wenig. Wir hangelten uns von einer unruhigen Nacht zur nächsten hinüber. Inzwischen war ich dazu übergegan- gen, unsere Verwandten sofort nach den Besprechungen mit detaillierten Mails über den Stand der Dinge zu informieren. Natürlich sassen sie auch wie auf Nadeln und wollten wissen, wie es weiter gehe. Charlotte hatte oft etwas Mühe, nach diesen Meetings mit dem Arzt alle anzurufen und mehrfach über das Gehörte zu rapportieren. Sie hatte ja bisher auch keine News, die uns weiter brachten. Es fehlte immer noch die Analyse des Spezialisten am Uni -spital. Wir erhielten dann aber erstaunlich schnell einen Termin vom Unispital Balgrist.

Am 8. Dezember hatte ich selber einen Termin bei meinem Arzt für den üblichen Jahres-Check. Kein Wunder stellte ich Idiot mir in meiner Gefühlslage vor, was alles wohl bei mir beim Check festgestellt würde, so dass Charlotte und ich gemeinsam im Spital…….! Oder hatte das damit zu tun, dass wir beide, die wir den Arzt ja sonst nie brauchen, unter einem Arztkittel-Syndrom leiden? Das zeigen jeweils die bei uns beiden gemessenen Blutdruckwerte beim Arzt, die behandlungswürdig wären. Dabei messen wir beide fast täglich zuhause ganz normale, gute Werte! Ein Brief von meinem Arzt bestätigte mir dann zu meiner Überraschung eine Woche später, dass alle Untersuchungen keine abnormalen Werte gezeigt hätten und ich mich problemlos weiter so ent -wickeln könne wie anhin. Ufffff!

Da sich die ganze Unruhe nun aber langsam ihrem Höhepunkt zubewegte, wurde mir langsam vor Augen geführt, wie wenig ich von gewissen Haushalts- tätigkeiten verstand. Ohne Zweifel würde Charlotte in unserem Heim für einige Zeit ausfallen. Wie wird die schmutzige Wäsche gewaschen? Welches Wasch- pulver und wie viel davon braucht es? Was wird zusammen gewaschen? Ich stellte mit einem Mal fest, wie gut Charlottes Service bisher funktionierte, ohne dass es mir auffiel! Kochen war kein Problem, saugen konnte ich auch. Aber waschen, glätten, etc., da fehlte mir das Wissen. Ich erstellte mit ihrer Hilfe eine Liste, die nun in meinem Bürozimmer am Anschlag hängt. So wusste ich plötzlich, was sie für mich in der Vergangenheit täglich geleistete hatte und hoffentlich noch tun wird.

Mittwoch, 9. Dezember. Wir wurden auf Nachmittag in den Balgrist aufge -boten, wo wir mit Prof. Dr. Fuchs, dem Leiter der Tumor-Chirurgie zusammen- treffen würden für eine Besprechung. Die Aufregung näherte sich, nach einer etwas ruhigeren Fase, wieder einem Höhepunkt. Auf dem Bahnhof, ja bereits beim Verlassen unseres Hauses, fragte ich mich, wie unsere Gemütslage sein würde, wenn wir mit der Beurteilung des Spezialisten im Sack wieder zuhause ankommen würden. Es waren keine guten Vermutungen, die uns plagten.

Im Unispital Balgrist wurden wir von Empfang zu Empfang gereicht. Wie man uns später informierte, geht es nur mit Patienten, die dort mit Gepäck er -scheinen, die also voraussichtlich hier bleiben werden, etwas zielgerichteter zu. Besucher mit Handtasche werden als Besucher identifiziert und der Eigenini -tiative überlassen. Wir haben das Büro von Prof. Dr. Fuchs dann doch noch gefunden. Die grosse Anzahl der wartenden Patienten liess uns bezüglich Zeitplan Schlimmes erahnen. Wir verbrachten die Zeit mit dem Ausfüllen von Formularen, mit Anhören von detaillierten Erklärungen über Biopsien (sie sollte also nun doch gemacht werden!) und mit dem Beobachten des Verhaltens anderer Patienten.

Mit einiger Verspätung dann ein netter, gut aussehender Herr im weissen Arztkittel, der nach Frau Hodel fragte. Das war er also, Professor Dr. Fuchs, der Tumor-Chefchirurge des Balgrist-Spitals. Ein freundlicher Herr, der uns sofort Vertrauen einflösste. Er zeigte uns das erste Mal die CT-Bilder, die diesen Störenfried im Körper meiner Frau zeigten. „Wir haben schon ganz andere Dinge wieder gerade gebogen, das kann ich ihnen versichern“ stützte er zuversichtlich unsere Moral. „Aber jetzt steht zuerst einmal am 15. Dezember eine Biopsie an, um den Typ des Tumors zu bestimmen. Der wird dann an der Universität von einer Spezialistin untersucht. Am 23. Dezember sollten wir uns hier wieder treffen, um das Resultat und die Massnahmen zu besprechen.“ Es war ein gutes Gespräch, kompetent, sicher, überzeugend und freundlich. Dieser Arzt hatte unser Vertrauen! Das Gespräch tat uns so gut, dass wir uns nachher zu einem Nachtessen in einem bekannten Italiener-Restaurant Zürich entschlossen. Wir genossen den Abend trotz der verbleibenden Ungewissheit in vollen Zügen. Ein Weihnachtsbummel durch das Niederdorf, zwischen beleuchteten Marktständen hindurch liess uns die Situation etwas freundlicher erscheinen als auf der Hinfahrt. Psychologie des behandelnden Arztes? Es schien so, würde aber wohl nicht so lange anhalten wie wir dachten.

Denn bald begann das Grübeln wieder, schon in der nächsten Nacht. Wach um vier Uhr, einschlafen, wach werden, nachdenken, wieder einschlafen,……! Dafür konnte der behandelnde Arzt aber nichts! Wir pendelten wieder zwischen Zuversicht und Befürchtungen hin und her wie bisher. Die Ängste waren einfach nicht komplett aus unseren Köpfen zu vertreiben. Es wartete immerhin die angesagte Biopsie, die endlich zeigen würde, um welchen Typ Tumor es sich bei ihr handelt.

Meine Frau fand es unnötig, dass ich sie am 15. Dezember in den Balgrist zur Biopsie begleite. „Ich habe mich letztes Mal nach der Biopsie in Bülach so gut gefühlt, dass ich sofort hätte aus dem Bett hüpfen und nach Hause gehen können.“

„Dann rufst du mich aber an, wenn es dir diesmal nicht so gut geht. Ich komme sofort und hole dich ab.“ Dabei blieb es. Sie ging allein per ÖV.

Zuhause hing ich meinen Gedanken nach, was uns nach der Gewebeentnahme wohl als Resultat überreicht würde. Das Warten war ziemlich unerträglich, bis gegen 13 Uhr mein Handy schellte. Charlotte informierte mich, dass der Eingriff erledigt sei und sie nun im Spitalbett läge, noch kurz am Tropf hänge, an einer Infusion für “was auch immer“. Aber sie könne wohl bald heimkehren.

Nach kurzer Zeit schrillte mein Handy wieder. Meine Frau teilte mir mit, sie sei absolut fit für eine Heimkehr, aber der Chefarzt wolle sie zuerst noch sprechen. Zurzeit sei er aber noch mit einer Operation beschäftigt. Es könne also dauern.

Sie kehrte dann erst am späteren Abend zurück, obwohl der Chefarzt ihr aus -richten liess, er hätte nie gesagt, dass er sie noch sprechen müsse. Sie schien entweder im Zimmer vergessen gegangen zu sein, oder jemand unbekannter hatte in Eigenregie eine fiktive Besprechung angeordnet! Was soll`s, sie war wieder zuhause!

Jetzt begann das Warten wieder von vorne. Nächte mit Tiefschlaf wechselten mit Nächten voller Unterbrüche und Wachfasen ab. Wellen von guten Gefühlen wurden alsbald von Tsunamis voller schlimmster Befürchtungen überschwappt. Charlotte selber konnte auf ihren morgendlichen Velofahrten ins Zürcher Unterland diese Schwankungen wenigstens äusserlich dämpfen. Das Ziel, dieses Jahr wieder 10`000 km auf dem Fahrrad zu bewältigen (sie erreichte diese Distanz dann Mitte Dezember!!) lenkte sie von den belastenden Gedan- ken über den “Kraken“ im Unterleib etwas ab. Niemand sah ihr die Belastung an. Selbst nahe Bekannte kamen nie auf die Frage: „Was ist mit dir los?“ Ich selber fühlte mich auch sofort besser, wenn ich mich mit Nordisch-Walking- stöcken den Berg hinter unserem Haus hochquälte und verschwitzt nach Hause zurückkehrte. Die offenen Fragen konnten umso besser aus den Gedanken geschoben werden, je weiter die nächste Besprechung noch entfernt war. Je näher jedoch der 23. Dezember kam, der Tag der Wahrheit, umso schwerer lag der Stein des Befundes in meinem Magen. Ich merkte, dass es meiner Frau ähnlich erging. Die schweigsamen, wortlosen Momente wurden mehr, je näher der alles entscheidende Termin kam.

Am 23. Dezember, dem Tag der Wahrheit, standen wir zusammen auf dem Bahnhofperron. Ich fragte mich, wie wohl unsere Stimmung bei der Rückkehr sein werde. Es war müssig, sich unter den gegebenen Voraussetzungen einen positiven Bericht zu wünschen. Wohl dachte ich kurz daran, falls er gut aus- fallen würde, meine Frau zu einem guten Mittagessen einzuladen. So viel Optimismus schien mir aber aufgrund der Fakten absurd. Ich wäre schon zufrieden gewesen, wenn der Arzt eine erfolgreiche Operation hätte versprechen können.

Je näher wir mit dem Tram dem Unispital Balgrist kamen, umso mehr stieg mein Blutdruck und die Nervosität. Ein Blick auf meine Uhr sagte mir, dass wir in einer Stunde garantiert wüssten, wie weit sich unser Leben in den nächsten Tagen und Wochen verändern würde. Wir ahnten auch, dass unsere beiden Söhne und ihre Frauen den nächsten Stunden mit Bangen entgegen blickten.

Sie waren genauso unter Spannung wie wir.

Unsere Anmeldung beim Empfang war diesmal nicht mehr so kompliziert wie das erste Mal. Am Hauptempfang schickte man uns direkt zum Meldebüro des Tumor-Chirurgen Prof. Dr. Fuchs. „Warten sie bitte draussen einen Moment. Professor Fuchs wird sie rufen“. Ein Blick auf meine Uhr zeigte mir, dass es genau 10 Minuten nach 11 Uhr war. Um 11.30 Uhr war der Termin der Besprechung angesagt. Normalerweise würde es sicher bis gegen 12 Uhr dauern, bis diese wichtige Person sich für uns einen Moment Zeit nehmen könnte, um uns die schlechten News schonend mitzuteilen.

Zu unserer Überraschung wurde es genau 20 Minuten nach 11 Uhr, als der gut aussehende Herr Professor in den Gang hinaus trat. „Frau Hodel bitte!“ Er trat auf uns zu und bat uns in sein Besprechungszimmer. „Nehmen Sie bitte Platz!“ Wir beide setzten uns. Gut dass man unseren Blutdruck nicht noch messen musste. Das Gerät hätte nachher umgehend ersetzt werden müssen.

Auf dem Bildschirm seines Computers sahen wir ein Bild eines menschlichen Beckens. Unsere Augen suchten sofort den bösen Tumor. „Halt, hier sind wir falsch; das ist ja nicht ihr Bild, Frau Hodel.“ Er suchte nach dem richtigen CT. Erstaunlicherweise machte er ein fröhliches Gesicht, was ich seiner grossen Routine in solchen Situationen zuschrieb.

„Frau Hodel, ich habe ihnen ein frühes Weihnachtsgeschenk zu überbringen. Sie haben keinen Krebsbefund!“

Uns schmiss es fast vom Stuhl. Wortlos starrten wir ihm ins Gesicht. Das war doch nicht möglich! Der Arzt lachte: „Die Biopsie hat keinerlei mutierte Zellen gezeigt. Eigentlich können sie nach Hause gehen.“ Immer noch konnten wir seiner Aussage nicht Glauben schenken.

„Es handelt sich bei ihnen um eine degenerative Knorpelveränderung, die wenn auch sehr selten, bei Frauen mit Osteoporose, auftreten kann. Sie haben aber, sicher auch aufgrund ihrer sportlichen Betätigung, keine Osteoporose. Die Knorpelveränderung wird aber, wenn sie auftritt, häufig mit einem Karzinom verwechselt. Bei ihnen kann das aber ausgeschlossen werden.“ Wir hätten den Arzt vor Freude küssen können. Nur mit Mühe konnten wir Tränen der Freude unterdrücken.

Charlotte und ich haben uns zusammen anschliessend im gleichen, bekannten Italiener-Restaurant im Zürcher Niederdorf, wie nach der ersten Arztbespre -chung, ein wunderbares Mittagessen geleistet. Selbst der beste italienische “Amarone“ auf der Weinkarte, zusammen mit hausgemachten Teigwaren, konnte unsere Hochstimmung nur ungenügend wiedergeben. Weihnachten konnte kommen! Wir freuten uns auf das Fest mit unseren Nachkommen am darauf folgenden Weihnachtsabend. Schon vorher hatten wir entschieden, das Weihnachtsfest bei uns zuhause zu organisieren, wie auch immer der Befund lauten sollte. Wir hatten grosses Glück, er machte dieses Mal unser Fest in mehrfacher Hinsicht zu einem Freudenfest!

***Nachsatz****: Vielleicht kann dieser genaue Bericht über ein Ereignis, das unser Leben plötzlich gravierend hätte verändern können, jemand anderem helfen eine ähnliche Situation besser verarbeiten zu können. Die Hoffnung stirbt, wie man sieht, jedenfalls immer zuletzt!*