

KANTONAL / REGIONAL

Zentralschweiz - Prostatakrebs: «Gruppe macht vieles erträglicher» - Interview

 Luzerner Zeitung | 30.11.2022

Beat Gloor (48) aus Rain leitet die Austauschgruppe Hoden- und Prostatakrebs der Krebsliga Zentralschweiz.

Interview: Hans Graber

Häufige Folgen der Therapie von Prostatakrebs sind Inkontinenz und Impotenz. Reden Männer offen über solche Probleme?

Beat Gloor: In unserer Gruppe sicher. Sie ist ja unter anderem genau dazu da, dass man über alle Facetten der Krankheit ungeniert reden kann, auch über Themen, die allgemein mit Tabus behaftet sind. In einer Austauschgruppe von Mitbetroffenen fällt das Sprechen womöglich leichter, im Wissen auch, dass alles unter uns bleibt. Aber es gibt andererseits auch Männer, bei denen nur gerade die Ehefrau weiss, dass sie an Krebs erkrankt sind. Austauschgruppen sind nicht jedermanns Sache. Das kann ich verstehen. Jeder Mensch geht anders mit der Krankheit um.

Sie sagen Austauschgruppe und nicht Selbsthilfegruppe – weshalb?

Austauschgruppe trifft es besser. Natürlich soll dieser Austausch nach Möglichkeit für den Einzelnen hilfreich sein, aber direkt helfen wir einander nicht. Austauschgruppe klingt für mich auch etwas zwangloser, und genau so funktioniert die Gruppe. Es gibt kein Müssen. Man verpflichtet sich zu nichts. Man kann unangemeldet kommen. Man kann einmal kommen und dann nie mehr, wenn es einem nicht passt. Erfreulicherweise haben wir aber viele langjährige Teilnehmer.

Wie Sie selber?

Ja, ich bin seit 2017 dabei, seit 2019 als Leiter. Mein Vorgänger hatte das zehn Jahre gemacht. Als es darum ging, einen Nachfolger zu bestimmen, traf es mich – mit damals 45 den Jüngsten der Gruppe (lacht). Es war aber kein Müssen, ich habe die Leitung gerne übernommen, zumal mir die Gruppe im Umgang mit der Krankheit so einiges gebracht hat. Ich bin alleinstehend, habe zwar einen guten Kollegenkreis und kann dort über alles reden, aber ein Austausch unter Mitbetroffenen ist etwas anderes.

Wie viele Teilnehmer hat die Gruppe?

Rund 20, zwischen knapp 50 und über 80 Jahre alt. An unseren zweimonatlich stattfindenden Treffen sind aber nie alle dabei. Mal ist es ein Dutzend, mal nur ein paar wenige. Aber es ist immer interessant und lebendig. Ich muss gar nicht gross Diskussionen anreissen. Die Themen ergeben sich meist von selbst, oft durch Fragen der Teilnehmer, die in verschiedenen Phasen der Krankheit stehen. Die einen haben eben erst die Diagnose erhalten, andere stehen mitten in der Therapie und noch einmal andere haben sie hinter sich oder gelten bereits als geheilt.

Was für Fragen werden aufgeworfen?

Zum Beispiel über mögliche Behandlungsoptionen bei Prostatakrebs: Strahlentherapie, Operation oder gar nichts machen? Die anderen erzählen dann von ihren Erfahrungen. Wir sind keine Ärzte, aber «Experten in

eigener Sache». Das ergibt zusammen eine grosse und nützliche Wissensdatenbank.

Der Gruppe gehören Betroffene von Hoden- und Prostatakrebs an. Ist das sinnvoll?

Ja, beide Krebsarten betreffen nur Männer. Das ist schon mal eine gemeinsame Basis. Und der Zusammenschluss erfolgte auch deshalb, weil es zu wenige Interessierte für eine spezielle Hodenkrebs-Gruppe gibt.

Die Probleme der beiden Krebsarten sind aber nicht dieselben.

Ja, nicht unbedingt. Inkontinenz und Impotenz zum Beispiel sind bei Hodenkrebs kaum ein Thema. Von Hodenkrebs sind meist Jüngere betroffen, von Prostatakrebs eher Ältere. Die Lebensumstände sind anders, die einen stehen noch voll im Beruf, die andern sind pensioniert. Aber die Diagnose Krebs ist in jedem Alter sehr einschneidend. Hoden- und Prostatakrebs sind zwar in vielen Fällen recht gut therapierbar oder gar heilbar, bleiben aber mit vielen Ängsten und Ungewissheiten verbunden.

Wie war das bei Ihnen?

Ich bin 2017 an Hodenkrebs erkrankt und war übrigens lange der einzige Teilnehmer der Gruppe mit Hodenkrebs. Ich hatte damals Probleme mit Wasserlösen und ging zum Urologen. Nach der Untersuchung wurde mir die Diagnose gestellt. Ich hatte in der Bauchhöhle einen babykopfgrossen Ableger, der diverse Organe zusammendrückte. Deshalb die Probleme beim Wasserlösen. Das typische Anschwellen des betroffenen Hodens kam bei mir erst später.

Und wie ging es weiter?

Sehr schnell vor allem. Für die Diagnosestellung bat mich mein Urologe morgens um 6 Uhr in seine Praxis, weil er so genügend Zeit hatte. Zwei Tage später, an einem Karfreitag, wurde ich in der Klinik St. Anna operiert. Der befallene Hoden wurde entfernt. Der Ableger war nicht operierbar, aber er schrumpfte durch die nachfolgende Chemotherapie auf Daumengrösse. Leider hatte ich im Oktober 2017 erneut Schmerzen. Ich musste mich in Zürich einer zweiten Chemo unterziehen, fünfmal stärker als die erste, die auch schon recht happig war. Aber die Ärzte haben das Richtige gemacht, sonst wäre ich heute nicht mehr hier. Ich gelte heute als geheilt.

Wie haben Sie das alles psychisch erlebt?

Anfangs hatte ich gar keine Zeit zum Überlegen. Ich habe einfach nur noch funktioniert und die Leute im Geschäft wie auch im engsten Familien- und Bekanntenkreis informiert (*Anm.: Beat Gloor ist Leiter Informatik in einem Architekturbüro*). Ich habe offen kommuniziert, was mit mir los ist, um wilde Spekulationen zu vermeiden. Verheimlichen hätte ich dies ohnehin nicht können: Sowohl nach der ersten als auch der zweiten Chemo hatte ich keine Haare mehr und rund 20 Kilo abgenommen.

Wie reagierten Ihre Mitmenschen?

Die einen zeigten sich interessiert, fragten nach, haben mir Mut gemacht, andere haben mich nie darauf angesprochen und vermeiden das Wort Krebs tunlichst, bis heute. Wenn über die Krankheit gesprochen wird, verlassen sie den Raum. Auch das kann ich verstehen. Nicht nur Patienten verarbeiten ihre Krankheit sehr unterschiedlich, auch die Mitmenschen reagieren individuell. Für einige bedeutet Krebs gleich Tod, und den verdrängt «man» halt am liebsten.

Hatten Sie auch Todesängste?

Es geht einem sicher einiges durch den Kopf. Aber ich hatte noch nicht abgeschlossen mit dieser Welt, ich wollte die Therapie überstehen und danach kämpfen. Ich bin die einzelnen Behandlungsschritte immer positiv angegangen. Eine psychologische Betreuung wurde mir angeboten, aber ich wollte aufgrund früherer guter Erfahrungen lieber einen Mentaltrainer. Das hat nicht geklappt. Mir hat dann aber die Austauschgruppe viel gebracht. Ich bin via Krebsliga Zentralschweiz dazugestossen und fühlte mich auf Anhieb wohl.

Obwohl Sie der Einzige mit Hodenkrebs waren?

Ja, denn es gibt wie gesagt viele gemeinsame Nenner. Zudem war es für Betroffene von Prostatakrebs auch mal interessant zu hören, wie eine Chemotherapie abläuft. Diese bleibt ihnen ja meist erspart – dafür leider anderes nicht.

Wird in der Gruppe immer nur über die Krankheit gesprochen?

Nicht immer. Manchmal geht es auch um die Ferien. Oder um gute Adressen für feines Essen. Aber Hauptthema ist schon die Krankheit beziehungsweise der Umgang mit ihr. Der Krebs verändert das Leben. Obwohl es in der Krebstherapie laufend Fortschritte gibt, ist danach nie mehr alles wie zuvor. Ich selber leide wegen der Chemo unter Nervenschädigungen und einem Tinnitus. Aber wenn ich die Chemo nicht gemacht hätte, wäre ich jetzt tot. Deshalb fällt es mir leichter, diese Folgeschäden hinzunehmen. Abstriche muss man immer machen. Und die Gruppe ist dazu da, diese Abstriche erträglicher zu machen.

Der November gilt als «Prostatakrebs-Monat» – eine gute Sache?

Einen Schnauz, wie es propagiert wird, braucht Mann sich ja nicht wachsen zu lassen, aber schlussendlich geht es darum, dass man an betroffene Menschen denkt und an die eigene Gesundheit auch. Solche Monate bilden eine Brücke und sensibilisieren zur Vorsorge, die insbesondere bei Prostatakrebs auch gut machbar ist und Leben rettet.

Hinweis

Die Informations- und Austauschgruppe für Betroffene von Hoden- und Prostatakrebs trifft sich alle zwei Monate. Mehr Informationen: Krebsliga Zentralschweiz, Telefon 041 210 25 50, info@krebsliga.info. Auf der Website www.krebsliga.info findet man unter der Schaltfläche «Prävention und Früherkennung» auch Infos zu Hoden- und Prostatakrebs.



Beat Gloor: «Austauschgruppe klingt für mich zwangloser.»

Gleichen tags erschienen in

- Bote der Urschweiz
- Zuger Zeitung