



Stark trotz Krebs: Martina Camenzind nimmt die Diagnose als Neuanfang

Die zweifache Mutter Martina Camenzind (48) hatte nach dem ersten Verdacht auf Krebs eine Darmspiegelung abgelehnt. Heute sieht sie die Diagnose Darmkrebs als Chance, ihr Leben neu anzupacken.

«Mir geht es gut – ja mir geht es eigentlich immer gut, heute war ich nach der Bestrahlung sogar noch im Fitness», sagt Martina Camenzind, (48) aus Gersau SZ, aufgestellt beim Interviewtermin. Als Aussehende würde man nie vermuten, dass sie Krebs im fortgeschrittenen Stadium hat. «Ehrlich, ich habe das Gefühl, auf dem Papier geht es um eine ganz andere Person als um mich», zuckt sie mit den Schultern. Seit der Geburt ihrer Tochter vor bald 19 Jahren war sie nie mehr im Spital, die Krankenkassenfranchise lief auf dem Minimum und Vorsorgeuntersuchungen waren kein Thema. «Warum auch, in meiner Familiengeschichte gibt es keine Krebsgeschichte.» Ein Irrtum, wie sich später herausgestellt hat.

Vorsorgeuntersuchung verpasst – leider!

Im Frühling letzten Jahres spürte Martina Camenzind Symptome. Sie dachte es seien Hämorrhoiden. Der Hausarzt konnte zwar nichts feststellen, gab ihr aber die Option einer Darmspiegelung. «Nicht nötig!», meinte Camenzind damals. Dies bereut sie heute, hat sie doch so ein halbes Jahr verloren. Ein halbes Jahr, in dem ihr später diagnostizierter Tumor nicht nur auf sieben Zentimeter gewachsen ist, sondern sogar auf die Leber metastasiert hat. Als sie dieses «Etwas» sogar beim Sitzen und Laufen spürte, suchte sie den Frauenarzt auf. Dieser schlug sofort Alarm. «Die Diagnose Krebs zog mir nicht den Boden unter den Füßen weg, sie hat mich eher überrascht.» Allerdings: Diese Diagnose brachte bei ihrer Familie unausgesprochene Fakten ans Licht: Sowohl ihre Mutter als auch ihre Grossmutter hatten einen Tumor. Das Thema war in früheren Generationen ein Tabu. «Wäre mir das bekannt gewesen, hätte ich beim ersten Verdacht sofort eine Darmspiegelung gemacht.» Durch ihre eigene Geschichte steht sie heute dem Thema Vorsorgeuntersuchung anders gegenüber:

«Ab 50 sollte man sich regelmässig untersuchen lassen, auch wenn keine familiäre Vorbelastung vorliegt.»

Schwierige Lebensphase als «Vorbereitung»

Im Zuge der Diagnose wurde Camenzind bewusst, wie anspruchsvoll und fordernd ihre letzten Jahre waren: Die beiden Kinder Dario (19) und Tamara (18) allein grossgezogen, ein stressiger Job in der Gastronomiebranche, gescheiterte Beziehungen und leicht depressive Phasen. Allerdings sieht sie auch hier das Positive: «Heute weiss ich, dass mich genau diese Herausforderungen auf die heutige Situation vorbereitet haben.» In dieser Zeit habe sie gelernt, sich selbst zu motivieren. Denn:



«Ich bin überzeugt, alles ist Kopfsache!»

Die Diagnose hat Camenzind zum Anlass genommen, ein neues Leben zu beginnen. «Ich bin heute ein ganz anderer Mensch!» Das bestätigen ihre Kinder: «Mami ist viel aktiver, selbstbewusster und sie probiert neue Dinge aus.» Eisbaden, sich vegan ernähren, meditieren oder viel Zeit in der Natur mit Hund Nelly verbringen. «Ja, zum ersten Mal überhaupt frage ich mich, was mir wichtig ist, was mir Spass macht.» Bisher habe sie es zuerst immer allen anderen recht machen wollen. «Es klingt ungewohnt, ja für Aussenstehende schockierend, aber der Krebs ist das Beste, was mir passieren konnte.» Der Krebs als Chance sich weiterzuentwickeln.

Unterstützung der Krebsliga Zentralschweiz

Auf ihrem eigenen, vielleicht etwas speziellen Weg der Genesung unterstützen sie der Psychoonkologische Dienst und die wertvollen Gespräche mit Martina Carroll, Beraterin der Krebsliga Zentralschweiz. «Frau Carroll ist Gold wert!» Der regelmässige Austausch unterstütze sie in der Krankheitsbewältigung. Weiter habe sie die Krebsliga Zentralschweiz bei Sozialversicherungs-Fragen beraten und mit Unterstützungsgelder geholfen, damit krankheitsbedingte Auslagen beglichen werden konnten. Viele Infos holte sie sich auch selbst aus Büchern. «Diese Lektüren haben mir die Angst vor Krebs genommen. Denn man fürchtet sich nur vor Dingen, die einem fremd sind.» So kann sie heute sagen: «Angst habe ich wirklich nie, nein!»

Schulmedizin und alternative Behandlungen

Für ihre Genesung lässt sie nichts unversucht: Einerseits der medizinische Weg mit einer kombinierten Radio-Chemotherapie bestehend aus total 32 Bestrahlungen, sowie einer konzentrierten Chemo zu Beginn und zum Abschluss der Therapie, andererseits alternative Behandlungsmöglichkeiten. «Ich weiss, dass es ohne Schulmedizin nicht geht – aber Nahrungsmittelergänzung, kiloweise frischgepresste Gemüsesäfte, punktuell Fasten rund um die Chemo, Curcuma-Infusionen, Ernährungsumstellung oder Kaffeeinläufe helfen mir gesund und fit zu bleiben und möglichst ohne Nebenwirkungen durch die Therapien zu kommen.» Bisher hat das funktioniert. Mehr noch: Die Metastasen auf der Lunge sind innerhalb von nur zwei Monaten verschwunden. Durch die Chemotherapie hat sich der Tumor halbiert und ist dann wieder um zwei Zentimeter gewachsen. «Ich habe das Gefühl, dass er zurzeit durch die Bestrahlung wieder kleiner wird.»

Heilung bedingt Körper, Geist und Seele

Für Camenzind ist klar: «Ich bin stark, ich werde gesund.» Nie hätte sie die Ärzte gefragt wie lange sie noch zu leben habe, «schliesslich können die Ärzte nicht in mich hineinblicken.» Bei einer Krankheit gehe es nicht nur um das Körperliche, sondern auch um das Emotionale und um die Seele. Besonders beeindruckt von ihrer Haltung ist Tochter Tamara:

«Mami nutzt die Diagnose als Chance, das Leben zu geniessen.»

Wäre ihre Mutter nach der Chemo wie ein Häufchen Elend auf der Couch gelegen, wäre der Umgang mit der Diagnose für Tamara und Bruder Dario schwieriger gewesen. «Sie lebt uns täglich eine positive



Einstellung vor.» Während Tochter Tamara bei Fragen oder auch Sorgen wie «Was ist, wenn Mami plötzlich stirbt?» aktiv das Gespräch mit ihrer Mutter oder ihren Freundinnen sucht, macht Dario, der diesen Sommer die Lehre als Informatiker abgeschlossen hat, das Erlebte lieber mit sich selbst aus. Für beide war der Einfluss auf den Alltag eine grosse Umstellung: «Bisher haben wir im Hotel Mama gewohnt, auf einmal war Mami nicht immer da und wir mussten selbst anpacken.» Heute geniessen sie die Zeit zusammen viel bewusster, gehen gemeinsam wandern, Dario mit seiner Mutter ins Restaurant oder Tamara geht mit ihr Stand-up-paddeln.

«Es klingt vielleicht doof, aber man weiss ja nie, wieviel Zeit man noch zusammen hat – das war uns vorher nicht bewusst»,

gesteht Tamara, die diesen Sommer genauso wie ihr Bruder als Jahrgangsbeste ihre Lehre als Logistikerin abgeschlossen hat.

Jeder Tag ist eine neue Chance

Jeden Morgen entscheidet sich Martina Camenzind bewusst den Tag positiv anzugehen: «Ich stehe mit einem Lächeln auf und sage: Danke, dass es mir so gut geht.» Und diesen Tipp möchte sie gerne weitergeben: «Jeden Tag können wir uns entscheiden, welchen Weg wir wählen wollen: Schöpfer oder Opfer, einen guten Tag zu haben oder einen schlechten.» Eine reine Kopfsache, davon ist Camenzind überzeugt und strahlt.

Das Interview wurde geführt von Sarah Bischof, bischof | meier und co, Hochdorf.

Aktiv auf Social Media?

Auf Instagram teilt Martina Camenzind mit der Öffentlichkeit ihren Weg. Unter dem Accountname @schmeissdenkrebsaufdengrill zeigt sie ihre ganz persönliche Herangehensweise, um gesund zu werden: Vom grünen Smoothie, über Eisbaden im See im Winter bis zum bärenstarken Bild aus dem Gym.