

„Lieber Gott, lass mich das überleben“

Krebs ist eine Diagnose, die den Alltag erschüttert. Bei der Bewältigung hilft die Psychosoziale Beratungsstelle. Das Angebot ist vielfältig. Karin Speiser-Dambeck erzählt, was sie davon hat.

Von Kerstin Futschik

Kempten/Oberallgäu „Lieber Gott, lass mich das überleben.“ Das sei ihr einziger Gedanke gewesen, als sie an Krebs erkrankte, erzählt Karin Speiser-Dambeck. Das ist inzwischen einige Jahre her, die 60-jährige Kemptenerin hat die Krankheit überstanden. Eine große Stütze war und ist ihr die Psychosoziale Krebsberatungsstelle Kempten-Allgäu. Sie nutzt nicht nur das Bera-

men, werde bombardiert mit Entscheidungen, die man treffen muss. Im Krankenhaus entdeckte Speiser-Dambeck einen Flyer der Krebsberatungsstelle. „Irgendwann hab ich dann gedacht, ich brauche jetzt jemanden, mit dem



Karin Speiser

ich über meinen ganzen Schmerz reden kann.“ Jemanden, der nicht so emotional involviert ist wie ein Angehöriger, und sich fachlich auskennt.

Am Anfang sei es in der Beratung vor allem darum gegangen, dem bürokratischen Wust beizukommen, dem man sich gegenüber sieht. Einen Schwerbehinderten-Ausweis zu beantragen, beispielsweise.

Neben Leiterin Marianne Jung sind zwei Sozialarbeiter und zwei Psychologinnen für die Klienten da. „Um sie bei dem auffangen zu können, was sie brauchen“, sagt



Marianne Jung

Jung. Häufig müssten Betroffene dann keine weitere Stelle mehr aufsuchen. 306 Ratsuchende betreuten die Mitarbeitenden im vergangenen Jahr. Die Bedürfnisse seien sehr individuell, abhängig von der Lebenssituation oder auch dem Alter. Deswegen werde etwa ein Gesprächskreis speziell für jüngere Patienten angeboten.

Ein Thema beschäftige aber alle: Angst. Nicht nur davor, was auf einen zukommt, erklärt Jung. Auch wenn die engmaschigen Kontrollen bei

den Ärzten vorüber sind und man wieder für sich selbst verantwortlich sei, spürten viele Klienten Unsicherheit. „Wir helfen dabei, das Leben neu auszurichten.“

Speiser-Dambeck leidet immer noch an den Folgen ihrer Krankheit, wie etwa chronischer Erschöpfung (Fatigue). Die Diagnose gestellt habe ein Arzt aus der Fatigue-Sprechstunde, die die Beratungsstelle anbietet. Neben seiner

Erfahrung bringe dieser auch Zeit mit, die sonst oft fehlt. Trotz Fatigue besucht die Kemptenerin sehr gerne die angebotenen Yoga-Kurse. „Die sind auf uns angepasst, wie wir das brauchen.“ Jung ergänzt: „Man kann auch teilnehmen, wenn man nicht jede Übung mitmachen kann.“

Speiser-Dambeck geht auch zu den Treffen einer Selbsthilfegruppe für Leukämie- und Lymphom-erkrankte. „Ich habe zuerst gedacht, ich will doch nicht die ganze Zeit über Krankheit reden.“ Aber die Kemptenerin hat sich überzeugen lassen: „Die fühlen wie du und können dich verstehen.“

Ein Auszug aus dem Veranstaltungsprogramm

- **Yoga:** Der nächste Kurs beginnt am Dienstag, 2. Mai. Acht Termine sind vorgesehen. Gebühr: 48 Euro.
- **Gesprächsgruppe für junge Krebserkrankte:** Marianne Jung leitet die Gruppe jeden zweiten Dienstag im Monat von 9.30 bis 11 Uhr.
- **Selbsthilfegruppe für Leukämie- und Lymphom-erkrankte:** Die Gruppe trifft sich jeden dritten Mittwoch im Monat von 17 bis 18.30 Uhr.
- **Schreibworkshop:** Freitag, 5. Mai, 10 bis 15 Uhr. Gebühr: 50 Euro.
- **Laufen:** Die neue Gruppe trifft sich an acht Terminen mit einer Laufthe-

rapeutin. Start ist am Montag, 4. September. Gebühr: 40 Euro.

• **Programmflyer:** Gibt es als pdf oder kann in Papierform bestellt werden unter www.bayerische-krebsgesellschaft.de/krebsberatungsstellen/kempten

• **Einzugsgebiet:** Die Psychosoziale Krebsberatungsstelle Kempten-Allgäu ist zuständig für das Gebiet um Kempten, Kaufbeuren, Memmingen und Lindau.

• **Kontakt:** Telefon 0831/5262270, E-Mail kbs-kempten@bayerische-krebsgesellschaft.de