

mationen über das Sterben habe auch eine ihrer Patientinnen im Publikum gelesen. „Ich hatte kein so gutes Gefühl, da auch harte Fakten mitgeteilt wurden“, erzählt Jäger. Doch die Patientin sei anschließend auf sie zugekommen und habe sich bedankt. Bisher hatte sie es nicht gewagt, ihrem 14-jährigen Sohn zu sagen, dass sie bald sterben werde. Nun fühlte sie sich in der Lage dazu; der Vortrag hatte gewissermaßen als Vehikel gedient, um diese wichtige Tür zu öffnen.

„Das größte Problem für die Patienten ist der Umgang mit der Ungewissheit. Daher ist es so wichtig für uns Ärztinnen und Ärzte, ehrlich und offen gerade auch mit diesem Problem umzugehen. Auf diese Weise merken die Patienten, dass sie nicht alleine sind“, erläutert Jäger. „Als Ärztin bin ich am Behandlungserfolg interessiert und engagiere mich dafür. Aber auch ich weiß nicht, wie der individuelle Krankheitsverlauf eines Patienten sein wird. Meine ärztliche Zuwendung in allen Situationen gibt den Patienten Kraft und zeigt, dass sie nie allein sind.“

Geändertes Format des Lebens

Im Gespräch bleiben – das ist für Jäger das A und O in der onkologischen Therapie. Selbstverständlich sei da die Unsicherheit, wie sich die Krankheit entwickelt. „Deshalb ist es extrem wichtig, entlang des Krankheitsverlaufs die Ziele immer wieder neu anzupassen und zu justieren.“ Auf die sportliche Betätigung bezogen, heiße das etwa, dass ein Patient mit fortgeschrittener Krebserkrankung zwar nicht mehr mit dem Mountainbike auf den Feldberg fahren könne. „Aber es gibt ein breites Spektrum von Möglichkeiten, das Leben dennoch lebenswert zu gestalten“, betont Jäger. Statt sportliche Höchstleistungen zu suchen, könne das beispielsweise heißen, am Main spazieren zu gehen oder mit dem Rollstuhl zu fahren. „Es geht darum, neue Ziele zu finden, um nicht die Hoffnung zu verlieren. Die Kunst ist, das geänderte Format des Lebens zu akzeptieren und aus der Reduktion etwas Gutes zu machen.“

Katja Möhrle

Büchertipps von Lesern für Leser



Dr. med. Jürgen Bludau:
Alt werden ist ein Vergnügen, wenn Sie es richtig anstellen

– Gut vorbereitet und so gesund wie möglich ins Alter

240 Seiten, Klappenbroschur, 18,95 €
ISBN 9783841908056, auch als E-Book

Der 60+ gelassen entgegen sehen: In „Alt werden ist ein Vergnügen, wenn Sie es richtig anstellen“, zeigt der hessische Altersmediziner Dr. med. Jürgen Bludau, mit welchen gesundheitlichen Einschränkungen wir zu rechnen haben und

wie wir diesen Herausforderungen begegnen, um „gut alt“ zu werden. Dazu gehören Ernährung, Bewegung und Fitness, Prophylaxe und Gesundheitsschecks „ebenso wie Sex, Drugs & Rock'n'Roll. Oh ja!“, stellt er fest.

Misstrauen solle man jedoch den Heilsversprechungen der „Anti-Aging-Medizin“ und ihrer Wundermittel, die im Zweifelsfall nur viel Geld kosten und nichts bringen. Bludaus Rat: Akzeptieren wir unseren Körper und die Einschränkungen, die mit dem Alter einhergehen, und machen wir das Beste draus! Mit entsprechender Herangehensweise meistern wir das Altern in Würde – und erhalten uns ein Maximum an Lebensfreude. (red)