



## Interview-Reihe „Das Leben nach dem Krebs“

### „Ich hätte mir einen richtigen Mutmacher gewünscht“

Ein Interview von Ulrike Grundmann

#### Liebe Marlen, möchtest du dich kurz vorstellen?

Ich heiße Marlen Biernacki, bin 28 Jahre alt und wohne in Bad Liebenwerda. Ich bin in einer festen Partnerschaft und habe (noch) keine Kinder. In meiner Freizeit gehe ich gern schwimmen und ab und zu wandern.

#### Verrätst du uns, was du beruflich machst?

Ich bin selbstständige Fachwirtin für Versicherungen und Finanzen im Hause der Signal Iduna, die ich bereits seit fast zehn Jahren vertrete. Aufgrund meiner eigenen Erfahrungen weiß ich, wie wichtig es ist, gut versichert zu sein. Meine Begeisterung für die Branche entstand damals bereits. Und heute liebe ich es, andere beratend durchs Leben zu begleiten.

#### In dieser Rubrik lassen wir immer junge Erwachsene zu Wort kommen, die als Kinder oder Jugendliche an Krebs erkrankt waren. Kannst du uns etwas über deine Erkrankung erzählen?

Ich bin damals mit 14 Jahren an einem Osteosarkom [Anm.: Knochentumor] erkrankt. Glücklicherweise hatte ich einen Sportunfall, bei dem der Tumor frühzeitig erkannt wurde. Natürlich hatte ich zuvor schon Schmerzen, aber deshalb zum Arzt gehen? Daran hatte ich keinen Gedanken verschwendet. Ganz nach dem Motto: Was soll mir denn schon passieren? Hätte ich damals nicht diesen Unfall gehabt, wäre noch so einige Zeit vergangen. Eines kann ich wohl jedem mitgeben: Man sollte gut auf seinen Körper hören.

#### Wie blickst du heute auf die Behandlungszeit zurück?

Wenn ich an diese Zeit zurückdenke, kommt es mir immer noch wie ein Film vor, in dem ich irgendwie die Hauptrolle erhalten habe. Das liegt vielleicht auch daran, dass der Film schlagartig mit einem Röntgenbild von meinem Knie und einem weißen Fleck begann. In der Familie drehte sich plötzlich alles um mich. Diese Zeit ist und bleibt ein wichtiges Kapitel in meinem Leben. Ich habe es längst abgeschlossen. Damit meine ich, dass die Krankheit nicht mehr jeden Tag präsent ist und mich beschäftigt. Vergessen kann man diese Zeit wohl nie.

#### Wer war deine wichtigste Vertrauensperson während der Behandlung?

Ich glaube, ich hatte nicht nur eine Vertrauensperson. Mit der Aufnahme auf der KIK S2 [Anm.: kinder-onkologische



Marlen Biernacki erkrankte mit 14 Jahren an einem Knochentumor, der durch Zufall frühzeitig entdeckt wurde. Trotzdem ging sie ihren Weg. Wenn sie heute, 14 Jahre später, vor lauer Stress manchmal vergisst, dass es schlimmere Dinge gibt als die Kleinigkeiten, über die sie sich manchmal ärgert, kramt sie in ihren Erinnerungen, um sich wieder zu erden.

Station am Uniklinikum Dresden] lernst du als Kind besonders eines: Vertrauen. Vertrauen zu Schwestern und Ärzten. Vertrauen zur Therapie. Vertrauen zu dir selbst. Schön für mich war es, nie allein im Zimmer zu sein. Gerade am Ende meiner Therapiezeit hat sich die Station mehr mit älteren Patienten meines Alters gefüllt. Meine zwei Lieblingsschwestern Angela und Pia begrüßten jeden immer mit guter Laune, obwohl mir manchmal vor lauter Übelkeit gar nicht danach war. Frau Müller (damalige Stationserzieherin) hatte für jeden eine Bastelidee oder ein Spiel parat, sobald man aus seinem Zimmer durfte. Und sie gab sich viel Mühe, dass man sich nicht in seinem Zimmer verkroch. Vor allem ihre ehrliche Art war ein Segen. Sie sagte immer: „Komm raus aus deinem Zimmer und lass deinen Miesepeter gleich hier!“ Egal wie schlecht gelaunt ich auch war, sie hat mich immer wieder umgestimmt. Die beste Stütze war dennoch meine Familie. Meine Mutter war so gut es ging im Krankenhaus an meiner Seite und hat mich mit ihrer Fürsorglichkeit manchmal ganz schön zur Verzweiflung gebracht. Doch es war mehr als verständlich, dass sie für mich die Therapiezeit so unbeschwert wie möglich machen wollte. Mein Vater hatte da mehr Ruhe. Er fragte bei mir ab, worauf ich

Lust und Appetit hatte und zog los, es mir zu besorgen. Im Hintergrund hat er sich mit vielen Ärzten und Schwestern unterhalten, um nach weiteren Möglichkeiten zu suchen, die Therapie so erträglich wie möglich zu machen. So hat er mich z. B. immer zu Heilpraktikerterminen begleitet. Wohl am meisten zurückstecken musste meine damals vierjährige Schwester. Ganz oft hat sie mit ihrer kinderehrlichen Art über ihre Ängste gesprochen. Dank des Schicksals, was uns 2008 ereilte, haben wir wohl die beste Beziehung, die man zwischen Geschwistern haben kann. Ich hoffe das wird sich nie ändern und bleibe gespannt, was aus ihr noch wird. Sie ist inzwischen 18 Jahre alt, macht momentan Abitur und hat den Führerschein bereits in der Tasche.

#### Hattest du auch nach Therapieende noch Einschränkungen, Spätfolgen?

Sagen wir mal so: Die wohl einzige Einschränkung, die ich habe, ist mein ersetztes künstliches Kniegelenk. Solche Sachen wie Eislaufen oder Inlineskaten habe ich damit noch einmal gewagt, aber dauerhafte Hobbys werden es wohl nicht werden. Auch erst einmal mit diesem Fremdkörper umzugehen, war ein langer Weg. Nichtsdestotrotz probiere ich immer wieder neue Sachen aus, treibe es aber bei weitem nicht mehr auf die Spitze. Eine Vorliebe für High Heels werde ich sicher auch nicht mehr entwickeln.

#### Konnten wir (der Sonnenstrahl e. V.) dich in der Vergangenheit unterstützen?

In der Therapiezeit habe ich viele Bücher von Gleichbetroffenen gelesen. Es hat mich schon immer interessiert, wie andere mit ihren Handicaps umgehen. Eine tolle Begegnung mit Gleichgesinnten hat mir der Sonnenstrahl e. V. durch das Mallorca-Camp gebracht. Dort interessierte keinen, ob es den einen härter getroffen hatte als den anderen. Wichtig war, was wir aus uns machen, trotz der körperlichen Einschränkungen. Und immerhin war es die erste Reise ohne meine Eltern. Das war einfach nur cool. Aber es ging ja nicht nur um mich. Für meine Mama war die Elternwohnung ein wichtiger Kraftort. Sie konnte dort zur Ruhe kommen und sich vor allem mit anderen Müttern austauschen und den Akku aufladen.

#### Wie geht es dir heute? Spielt die Krebserkrankung in deinem jetzigen Leben eine Rolle?

Heute geht es mir ausgesprochen gut. Wirklich! Obwohl ich eigentlich wissen sollte, dass Gesundheit nicht selbstverständlich ist und man auch für viele andere Dinge täglich dankbar sein sollte, ertappe ich mich auch dabei, wie mich Kleinigkeiten aufwühlen oder wie ich mich in Nichtigkeiten hineinsteigern kann. In solchen Momenten krame ich meine Erinnerungskiste hervor und versuche mich zwischen den Glücksbringern, Briefen und Bildern aus dieser Zeit zu erden. Wir leben viel zu oft in der Hektik und nehmen Stress als alltäglich an, dabei ist es doch nicht die oberste Priorität, immer nur zu funktionieren. Hin und wieder gibt es auch solche „Aufweckrufe“ von außen. Im Familien- und Freundeskreis, aber auch in

meinem Berufsleben erfahre ich von Schicksalsschlägen. Mein Interesse, wie Menschen mit ihrem Schicksal auskommen und weitermachen, ist also nie zu Ende gegangen, sondern begleitet mich auf allen Ebenen weiter. Und genau so ist es mit ehemaligen Leidensgenossen. Auch wenn wir nicht wöchentlich Kontakt halten, ist es immer wieder schön, sich zu sehen. Darüber zu schimpfen oder zu lachen, was damals war. Sich gemeinsam zu freuen, wenn einer von uns eine weitere Etappe in seinem Leben beginnt. Mitzufühlen, wenn jemand Tiefschläge erlebt. Und den anderen aufzubauen.

#### Wir sind ja dabei das Mentoren-Projekt neu aufzubauen (Mentoren sind junge Erwachsene, die als Kinder oder Jugendliche krebskrank waren und nun als Mutmacher akut erkrankten Patienten und ihren Familien Hoffnung vermitteln und als Ansprechpartner zur Verfügung stehen). Du warst eine der ersten, die sich dafür gemeldet haben. Was motiviert dich dazu, dich in diesem Projekt zu engagieren?

Ganz ehrlich? Mich hat es immer frustriert, dass es Geheilte nur in Büchern gab, als ich im Krankenzimmer auf meine nächste Chemotherapie wartete. Ich hätte mir da was Handfesteres gewünscht, einen richtigen Mutmacher, der mir gegenüber steht. Kein Mensch konnte mir zeigen, dass man mit einem künstlichen Kniegelenk wieder normal laufen kann und sogar Fahrrad fahren. Genau das möchte ich ändern und habe mich sofort bereit erklärt, ins Mentoren-Projekt mit einzusteigen.

#### Hast du einen Ratschlag oder ein Motto, was du aktuell erkrankten Kindern und Jugendlichen gern weitergeben möchtest?

„Das Schicksal mischt die Karten – wir spielen.“ Damit möchte ich einfach nur sagen, dass wir unser Schicksal nicht hinnehmen sollen, sondern anfangen mit unserem Kartenblatt das Beste draus zu machen. Gleichzeitig habe ich ein weiteres Motto, welches mir nach der Therapiezeit aus der Seele spricht: „Samle kostbare Momente, nicht Dinge.“ Auch wenn ihr in der Zeit des Krankenhausaufenthalts nicht viel unternehmen könnt, habt Pläne und sammelt Ideen, was ihr tun werdet, wenn ihr wieder könnt und hört nie auf damit!

#### Vielen lieben Dank für das tolle Interview! Mich beeindruckt deine Stärke, deine Power und die Lebensfreude, die du ausstrahlst. Ich freue mich sehr, dass du beim Mentoren-Projekt dabei bist und wir dort zusammenarbeiten.