

11.Mai 2007

Mit einem Vanille Croissant in der Linken und einem Cappuccino in der Rechten überlege ich gerade, was ich euch heute schreibe. Hört sich doch schon mal gut an, gell?

Soll ich euch von dem Muskelkater erzählen, den ich zwischen den Schulterblättern vom Beachvolleyball habe? Oder von meinem Bart der sich zart wieder blicken lässt? Oder von den 5 Stunden Gartenarbeit, die ich gestern geschafft habe? Keine Angst! Ich werde in Zukunft nicht mit Rauschbart und Strohhut aufkreuzen und über den gemeinen Strohkreidling im Hibiscus oder die Unkrautigen im Gras erzählen.

Dennoch hat mein Garten, ähnlich wie ich, in den letzten Monaten gelitten und musste wieder ansehnlich gemacht werden.

Offensichtlich widme ich mich völlig anderen Themen als zuletzt und der Grund ist leicht berichtet. Der Tumor hat sich auf eine Größe von 39 X 24 mm reduziert und ist damit auf ein Zehntel seiner Ursprungsgröße geschrumpft. Gedankt sei Etoposid, CisPlatin und Bleomycin, das wegen seiner Nebenwirkung bei uns nur noch Bläh-omycin heisst. Die Chemo war also das sprichwörtliche Sonnenlicht, das den Tumor wie Butter in der Sonne schmelzen ließ. Die Prognose ist sehr gut, engmaschige, sechswöchige Ultraschalluntersuchungen vorausgesetzt.

So gesehen waren dann die 95 Liter Infusion in 3 Monaten ihre Plage wert. Mein momentaner Leistungsstand dürfte so etwa bei 60% liegen, beim Laufen sind es etwa 20% aber man muss dem Körper halt auch Zeit geben sich zu regenerieren. Das kann schon noch mal 3 Monate oder mehr dauern.

Das stört mich ehrlich gesagt nicht im Geringsten. Denn ich nehme mir viel Zeit für die schönen Dinge, die der Tag so bietet und koste sie so richtig aus. Mein Bewusstsein hat sich hier deutlich verändert. Augenblicke sehr deutlich und intensiv wahr genommen, verlängern die Zeit. Gehetztes durch den Tag rasen, beschleunigt sie unendlich.

Auch habe ich in der Chemozeit noch mehr gelernt, dass ungewöhnliche Wege ebenfalls die Heilung unterstützen. Ich habe wegen der durch die Chemo reduzierten Leukozyten (Bestandteil des Blutes, das für die körpereigene Abwehr zuständig ist) die Sorge gehabt, weitere heftige Medikamente nehmen zu müssen. Doch es kam anders. Durch Akupunkturmassage konnte mein Körpertherapeut meine Leukozyten nachweislich dreimal so stark anheben, dass es sogar meinem Krebsarzt auffiel und er mich fragte, was ich denn gemacht habe. Sicher hat auch meine, im Grunde, positive Lebenseinstellung geholfen und dass ich meinen Körper immer fit gehalten habe. Mein Arzt meinte gestern, dass ich in einem sehr guten Zustand, gemessen am Abstand zur Chemo, sei.

UND so fühle ich mich auch! Mal ehrlich gesagt, wer bekommt mit 50 die Chance, noch einmal von Vorne anzufangen? Dieses Mal kann ich alles

richtig machen und mein Lauf- und Körpertraining so gestalten, dass es verletzungsfrei durchgeht ;-)

Als nächstes kommt ein Urlaub mit Anja auf Kreta. Nein, kein Fallschirmspringen, das muss noch ein wenig warten. Aber Volleyball, Gymnastikstunden, Fitness, Fahrrad fahren, Katamaran segeln und natürlich leckerstes Essen stehen auf dem Programm. Dieses Wochenende besuchen wir Freunde und Familie in Berlin.

In diesem Sinne verbleibe ich mit einem Strahlen im Herzen und im Gesicht

Euer Martin