

Kontakt:

Pressesprecher Kliniken Ostalb
Ralf Mergenthaler
Tel.: 07361 55 3008
Email: ralf.mergenthaler@kliniken-ostalb.de

Aalen, 20.10.2025

Pinktober: 21 Jahre nach der Diagnose Brustkrebs - über Mut, therapeutische Begleitung und wie sich das Leben als langsam fahrender ICE anfühlt

Bei unserer Begegnung zum gemeinsamen Gespräch wirkt Sylvia R. freundlich, ruhig, aufmerksam und selbstbewusst. Danach beginnt man schnell zu begreifen, dass hinter dieser Haltung eine Geschichte steht, eine Lebensgeschichte. 21 Jahre ist es her, dass im Stauferklinikum in Mutlangen eine Diagnose ihr Leben veränderte.

Damals war Sylvia R. 45 Jahre alt und als Führungskraft für einen Weltkonzern in der Technologiebranche tätig. Beruflich eingespannt, als Mutter und engagierte Frau, hatte sie ihr Leben immer fix geplant und dann kam der unerwartete Satz von Chefarzt Dr. Erik Schlicht von den Kliniken Ostalb bei einem Kontrolltermin: „Ich möchte bei Ihnen eine Biopsie machen, mein Befund nach Ultraschall zeigt mir, es könnte ein Tumor sein.“ Die Erinnerung an diesen Moment ist sehr präsent. Kurz zuvor war sie noch im Stauferklinikum zu Besuch bei einer Freundin, die bereits zum wiederholten Mal gegen Brustkrebs kämpfte. Da ahnte sie noch nicht, dass sie selbst kurz darauf dieselbe Diagnose erhalten würde. „Ich habe ihr damals gesagt: Ich komme gleich zurück. Und ich bin nie mehr zurückgekommen.“ Mit einem Ultraschall und einer Biopsie wird für Sylvia R. plötzlich alles anders sein.

Doch das Begreifen der eigenen Erkrankung zog sich zunächst noch hin, denn nach der Biopsie befand sie sich auf einer von langer Hand geplanten Dienstreise. Kurz vor einem ihrer Vorträge an der Technischen Universität in Berlin erhielt sie dann einen Anruf von Dr. Schlicht aus Mutlangen: „Frau R. uns liegt das Ergebnis der Biopsie vor, Sie haben einen nicht gutartigen Tumor, bitte kommen Sie so schnell als möglich in meine Sprechstunde, damit wir das weitere Vorgehen besprechen können.“ Nach Plan hielt Sylvia R. ihren Vortrag vor hunderten von Studierenden, instruierte ihr Team, kehrte nach Hause zurück und informierte Ihren Mann, damit er sie zu den Untersuchungen begleiten konnte. Dann erst beim CT, wenige Tage später, sagte eine Assistenzärztin den Satz, der alle konkret werden ließ: „Sie haben Brustkrebs, wir suchen mit dem CT nach möglichen Metastasen.“ Das war der Bruch, mit dieser Realität trat auch das umfassende Bewusst werden und der Schock ein.

Operiert wurde sie anschließend sehr schnell von Dr. Schlicht, einem erfahrenen Gynäkologen und Chirurgen, der ihr alle zur Verfügung stehenden Optionen erklärte und auch über die brusterhaltende Operation oder Amputation offen und vertrauensvoll mit ihr sprach. Keine leichte Entscheidung, nicht damals, und auch heute nicht. „Er hat mir gesagt, dass er das ganze Ausmaß erst während der OP bewerten kann. Wir haben sehr offen gesprochen und auch meinen Mann in die Entscheidungsfindung einbezogen. Am Ende und nach allen Abwägungen wollte

Kliniken Ostalb
Marketing / Unternehmenskommunikation

Ralf Mergenthaler
Tel: 03761 55-3008
Fax: 07361 55-3003
ralf.mergenthaler@kliniken-ostalb.de

Andreas Franzmann
Tel: 07171 701-1008
Fax: 07171 701-1009
andreas.franzmann@kliniken-ostalb.de

Katharina Vaas
Tel: 03761 55-3002
Fax: 07361 55-3003
katharina.vaas@kliniken-ostalb.de

ich das Risiko für mich minimieren und habe für den Fall der Fälle einer Amputation zugestimmt.“

Als sie aus der Narkose erwachte, lag sie in einem Sauerstoffzelt. „Da wusste ich: Die Brust ist amputiert und wurde mit Eigengewebe wieder neu aufgebaut.“ Die folgenden Wochen waren im Rückblick die intensivsten Wochen der Erkrankung: Opiate, Morphin, lange Heilungsphase. Eine Chemo- und oder Strahlentherapie im Anschluss waren damals nicht nötig. „Ich habe mich während dieser stationären Zeit in der Klinik sehr gut aufgehoben gefühlt. Da war ganz viel Menschlichkeit, Nähe und Wärme. Das vergisst man nicht.“

Heute, 21 Jahre später, hat sich das Screeningverfahren, die Medizin, die Behandlung und Begleitung von Menschen mit Brustkrebs deutlich verändert. Viele Frauen profitieren von neuen Operationsmöglichkeiten und mikrochirurgischen Rekonstruktionen in zertifizierten Brustzentren wie an den Kliniken Ostalb, mit mittlerweile standardisierten Verfahren nach Leitlinien der Fachgesellschaften. Durch die Nutzung von Eigengewebe oder Silikonimplantaten, 3D-Planungsverfahren, individualisierten Therapien und durch interdisziplinäres Zusammenwirken kann man heute viel Lebensqualität ermöglichen, was damals noch Zukunftsmusik war. Das heißt nicht, dass Eingriffe heute trivial geworden sind. Jede Entscheidung bleibt individuell: Tumorbiologie, Größe, Lage, Begleiterkrankungen und die Patientin selbst bestimmen die Therapie. Hinzu kommt eine bessere diagnostische Abklärung, wie zum Beispiel die Möglichkeiten molekularer Klassifizierung von Tumoren, anhand genetischer Merkmale und Biomarkern, die es erlauben, den Tumor in spezifische Untergruppen einzuteilen. Eines bleibt jedoch heute wie damals unverändert wichtig: Das vertrauensvolle Miteinander zwischen Arzt und Patientin.

„Eine gute Ärztin oder ein guter Arzt macht einfach den Unterschied und das war in meinem Fall Dr. Schlicht, er hat mich als Mensch gesehen. Das hat mir geholfen, das alles zu tragen.“ Neben der medizinischen Versorgung gab es zwei weitere entscheidende Elemente, die sie unterstützen: Ihr privates Umfeld, mit Mann, Tochter, Familie und Freunden und die Leerstelle, die die an Krebs erkrankte Freundin hinterließ. Ihr Mann und eine andere gute Freundin haben die Tage nach der Operation strukturiert, ihr praktisch geholfen und sie emotional entlastet. Der dritte, ganz leise Faktor ist ein letzter Satz der Freundin, die sie vor der Diagnose besucht hatte und kurz darauf verstarb: „Mach es besser wie ich.“ Diese Worte trägt sie seit 21 Jahren bei sich als kleinen inneren Kompass.

Die Monate und Jahre nach der Operation verliefen nicht geradlinig. Manche körperlichen Symptome blieben lange, vieles kam auch in Wellen: Narbenschmerzen, Rückenschmerzen, Krämpfe, anhaltende Nebenwirkungen der hormonellen Behandlung. Aber es gab auch Inseln der Erholung. Insgesamt drei Rehabilitationsaufenthalte gaben ihr die Chance, Kraft zu sammeln. Und irgendwann, sagt sie, kam der Moment, in dem sie wieder tanzen wollte: „Ich hatte eine Phase, da bin ich viel ausgegangen. Ich wollte das Leben spüren. Das war mein Befreiungsschlag. Ich habe festgestellt: Ich bin wichtig. Ich darf leben und mein Mann hat mich dabei so unglaublich toll unterstützt.“

Sie hat gelernt, dass Heilung nicht nur körperlich geschieht. Es braucht Nähe, Vertrauen, Geduld und einen klaren Kopf: „Ich bin ein pragmatischer Mensch und wenn eine Situation chaotisch ist, muss ich mir einen Plan machen. Ich habe gelernt bei mir zu bleiben. Das hat mich stark gemacht.“

Sich Bewusst werden, Prioritäten neu setzen, sich selbst Bedeutung zuweisen. Diese Schichten von körperlicher und psychosozialer Nachsorge sind heute fester Bestandteil von Begleitprogrammen; Psychoonkologie, Rehabilitation, Bewegungs- und Ernährungsprogramme werden als Therapieergänzung empfohlen.

Ein Thema, das sie beschäftigt und wovor Sylvia R. warnt, ist Information. Im digitalen Zeitalter sei die Flut von Ratschlägen zum Thema Brustkrebs unendlich groß, oft unpräzise und manchmal auch gefährlich. „Holt euch bitte geprüfte Informationen“, empfiehlt sie. Es brauche klare, verlässliche Aussagen, Einbindung von komplementären Maßnahmen, wenn sie evidenzbasiert seien. Die Relevanz solcher integrativen Ansätze wird inzwischen systematisch geprüft; Patientenleitlinien zur Komplementärmedizin bieten zum Beispiel Orientierung, was sinnvoll ergänzen kann und was nicht. „Damals war das noch neu. Aber schon Dr. Schlicht hat mir gesagt: Schauen Sie, was Ihnen guttut, heute weiß ich, wie richtig das war.“

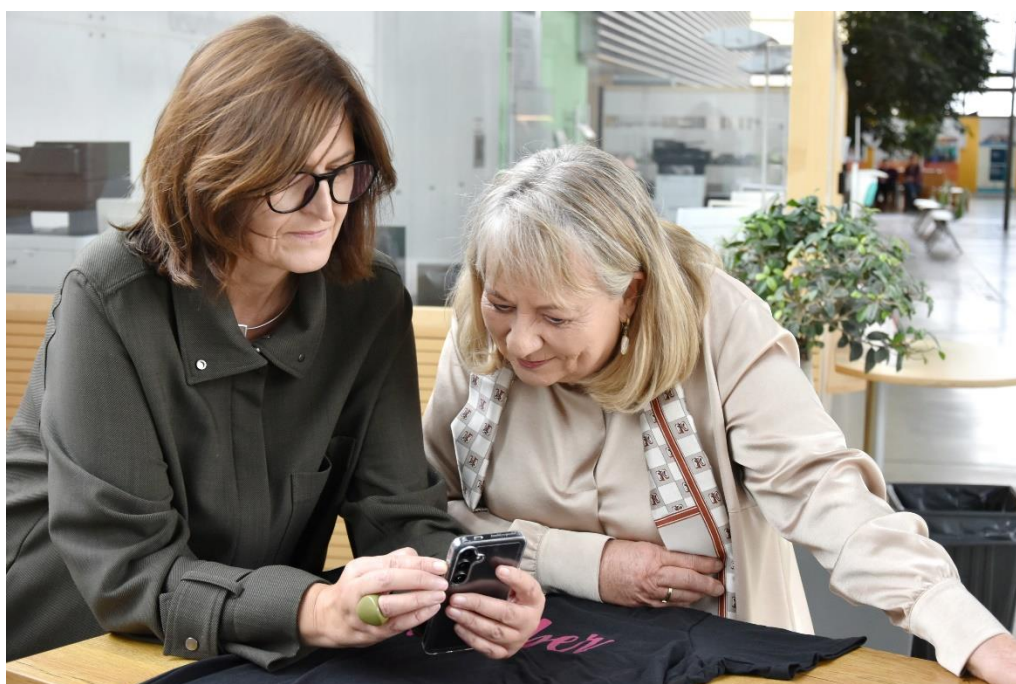
Sylvia R. ist nun im Ruhestand. Aber sie bleibt aktiv, informiert sich, spricht mit anderen Frauen, die neu erkranken: „Ich merke, wie viele Fragen da sind, wie viel Unsicherheit durch die sozialen Medien kommt.“ Und manchmal denkt sie an das Gespräch zum Abschluss ihrer Behandlung mit Dr. Schlicht zurück. Sie sagte: „Ich fühle mich wie ein Güterzug, der langsam über die Gleise rumpelt. Ich möchte wieder ein ICE werden.“ Und der Chefarzt antwortete: „Das schaffen Sie schon, bedenken Sie aber auch, ein ICE genehmigt sich ab und an eine Verspätung.“ Wenn sie davon erzählt lacht sie: „Das war mein Motto und ich bin ein glücklicher, langsam fahrender ICE, weil ich fahren möchte, vielleicht nicht so schnell wie früher, aber Tempo um jeden Preis zahlt sich nicht aus.“

Was bleibt, wenn der Krebs geht? Bei Sylvia R. sind es Klarheit, Verantwortung für sich selbst, Vertrauen in die medizinische Betreuung und den Fortschritt, die Fähigkeit, Prioritäten neu zu setzen und die leise aber immerwährende Erinnerung an die Freundin: „Mach es besser wie ich.“ Brustkrebs hinterlässt Narben, körperliche Spuren, Erinnerung an Schmerz, aber zeitgleich auch an das Gesund werden und die Kraft, aus allem einen eigenen Weg zu finden.

Für das Gespräch und die Offenheit, mit der Sylvia R. ihre Lebensgeschichte teilt, danken die Kliniken Ostalb ganz herzlich. Die Erzählung 21 Jahre nach der Diagnose Brustkrebs entstand aus einem persönlichen Interview und wurde im Wortlaut wiedergegeben von Manuela Giesel



Patientin Sylvia R. berichtet über ihre Brustkrebserkrankung



Manuela Giesel, Leiterin Unternehmenskommunikation Kliniken Ostalb (links) im Gespräch mit Patientin Sylvia R.