



**Silke Achenbach**

- geboren 1976
- Ileostoma seit 2013

***„Ich möchte die Welt entdecken.“***

Ein Sprung mit dem Fallschirm erfordert Mut und Überwindung. Für Silke Achenbach bedeutet der freie Fall gleichzeitig das Ende einer langen Leidenszeit und den Beginn eines neuen Lebensabschnitts. Er symbolisiert, dass es sich lohnt für ein besseres Leben, eine Perspektive und ein Stück Normalität zu kämpfen. Die 38-jährige hat sich selber mit diesem großartigen Erlebnis für ihre Ausdauer und Beharrlichkeit belohnt.

**Langer Leidensweg**

Probleme mit der Verdauung belasten Silke Achenbach schon von Geburt an. Die gesundheitliche Situation verschlimmert sich sukzessive. Sechzehn Operationen und zahlreiche lange Klinikaufenthalte hat sie über die letzten Jahre überstanden. Der Dickdarm wird nach und nach entfernt und sie bekommt ein Ileostoma. Die gesundheitliche Situation bessert sich, ist aber immer noch nicht gut. Der Aussicht, ein Stoma zu erhalten, blickt sie ohne Angst entgegen. Im Gegenteil: „Ich habe mir ein Stoma gewünscht, weil ich hoffte, dass meine Beschwerden dadurch gelindert werden“, sagt Silke Achenbach.

Es sind harte und nervenaufreibende Prüfungen, denen sie sich immer wieder stellen muss und die sie oft an den Rand der Verzweiflung bringen. Sie verliert mehr und mehr Gewicht, ihre Kraft lässt nach. Doch aufzugeben kommt für die junge Frau nicht infrage. Sie will sich durchbeißen und hofft bei jedem Eingriff, dass er die Wende zum Guten bringt.

Tatsächlich bessert sich ihre Lage, als die Ärzte ihr auch ein Stück des Dünndarms entfernen. Die Hoffnung erweist sich als gut begründet. Diese vorletzte Operation entspannt ihre Situation deutlich und leitet zusammen mit dem Stoma die sehnsüchtig erwartete Erleichterung ein. Es folgt eine weitere Operation wegen eines Stomabruchs. Anschließend dauert es eine Weile, bis sich der Darm erholt.

## **Lappalien statt Qualen**

Auch heute strahlt das Leben nicht nur in rosaroten Tönen. Manche Dinge, die für andere Menschen selbstverständlich sind, kommen für Silke Achenbach nicht in Betracht. Sport ist nur in begrenztem Umfang möglich, auf den Verzehr von Apfelsinen, Nüssen, ganzem Spargel und anderen Faserprodukten muss sie verzichten, ein eng anliegendes Sommerkleid, das sie als modebewusste Frau gerne tragen würde, kommt wegen des Stomas nicht infrage. Doch das sind im Gegensatz zu den Qualen der Vergangenheit nur Lappalien. „Das Einzige, das ich vermisse, ist, nicht durchschlafen zu können“, sagt sie. „Das Stoma muss auch nachts geleert werden. Auch wenn man sich arrangiert, bleibt die Sehnsucht danach, endlich mal wieder eine Nacht durchschlafen zu können.“

Der Blick richtet sich nach vorne, auf die schönen Dinge des Lebens, die ihr in der Vergangenheit verwehrt blieben und nun möglich werden. Nach langen Ausfallzeiten ist Silke Achenbach wieder in der Lage, ohne größere Fehlzeiten einer Vollzeitbeschäftigung nachzugehen. Das erfordert zwar viel Kraft, aber schließlich hat sie einen starken Willen und beißt sich auch durch schwierige Phasen. „Lange Sitzungen, die sich über Stunden ziehen, sind zuweilen grenzwertig, weil ich immer Angst habe, dass mein Stomabeutel voll sein könnte oder die Versorgung nicht hält“, sagt sie. „Doch ich habe das in der Regel sehr gut im Griff.“ Gegenwärtig arbeitet sie als Assistentin der Geschäftsleitung in einem größeren Unternehmen und hat zwischendurch schon ein eigenes Projekt geleitet. Nebenbei studiert Silke Achenbach auch noch Energiemanagement und hat sich an der Volkshochschule für Englisch und Spanisch eingeschrieben. Ihr Pensum ist mehr als beachtlich.

## **Die Welt entdecken**

Auf all ihren Wegen konnte sie sich bisher immer auf die Hilfe ihrer Mutter verlassen, die sie auch in den dunkelsten Stunden wieder aufgerichtet und motiviert hat. So ist es nur logisch, dass Silke Achenbach ihre erste Reise nach Rotterdam gemeinsam mit der Mutter unternommen hat. Jetzt peilt sie weitere Ziele an. „Ich möchte die Welt entdecken“, lautet ihr Motto für die Zukunft. Schon bald geht es an die belgische Küste und dann wahrscheinlich nach Harlem und Brüssel. Für das kommende Jahr sind Flüge nach Spanien und Stockholm geplant. Was für die meisten Menschen alltägliche Reiseziele sind, bedeuten für Silke Achenbach Meilensteine auf dem Weg in die Normalität. Schritt für Schritt möchte sie all die Dinge nachholen, für die ihr früher die Kraft und die nötige Gesundheit fehlten.

Über ihren Fallschirmsprung hat Silke Achenbach geschrieben. In den Informationsblättern der ILCO konnte man ihre Geschichte lesen und nachempfinden, welche Motive hinter dem Entschluss stehen, diesen Sprung zu riskieren und wie viel er ihr bedeutet. Über die ILCO hat sie während eines Klinikaufenthalts erstmals erfahren. Da sie gerne schreibt, hat die 38-jährige bei der ILCO eine Möglichkeit gefunden, sich einzubringen und andere Betroffene über diesen Weg zu erreichen.

## **Reichlich Aufklärungsbedarf**

Seit drei Jahren ist Silke Achenbach ehrenamtlich für die ILCO tätig. Sie wünscht sich, dass mehr über das Los vieler Betroffener bekannt wird. „Ich hoffe, dass die Berührungsgängste

vieler Nicht-Stomaträger allmählich abnehmen“, so Achenbach. „Es müsste deutlich werden, was dahinter steckt, wenn Menschen mit einem Stoma leben. Sie leben mit einer Behinderung, sind aber weder krank noch unvollkommene Menschen. Sie können damit auch sehr gut leben. Darüber müssen wir weiter aufklären.“

Es ist ihr wichtig, sich nicht unterkriegen zu lassen. Mit ihrem Beispiel möchte sie zum Ausdruck bringen, dass man viel erreichen kann, wenn man motiviert ist. Auch in scheinbar aussichtslosen Situationen gebe es meist noch einen Ausweg. Diese Erfahrung jedenfalls hat Silke Achenbach machen können. Die Botschaft möchte sie allen weitergeben, denen es gegenwärtig schlechter geht als ihr und die auf dem Weg zurück in ein normales Leben ohne große Belastungen noch viele Hürden zu überwinden haben.

(aufgezeichnet im August 2015)