



**Anika Krestan**

- **Geboren 1981**
- **Colostoma 2008 bis 2013**
- **Ileostoma seit 2013**

### **„Heute kann ich besser über meine Krankheit sprechen.“**

Sich mit einer Erkrankung auseinanderzusetzen ist in jungen Jahren besonders schwierig. Wenn man fast noch sein gesamtes Leben vor sich hat, liegt der Gedanke fern, sich einzuschränken. Wer an einer chronische Erkrankung leidet, hat jedoch irgendwann keine Wahl mehr: Dann muss man den Tatsachen ins Auge blicken. Anika Krestan ist die Bereitschaft, sich mit ihrer Krankheit auseinanderzusetzen, zunächst schwer gefallen. Doch mittlerweile hat sie den Schritt vollziehen können und kann ihr Leben genießen.

### **Ein Leben mit Morbus Crohn**

Ständige Durchfälle, permanente Bauchschmerzen und ein kontinuierlicher Gewichtsverlust belasten sie schon während ihrer Kindheit. Mit 18 Jahren lautet die Diagnose Morbus Crohn und sie wird sie zum ersten Mal operiert. Es folgen viele kleinere Operationen. 2008 erhält die junge Frau ein Colostoma, nachdem die Ärzte bereits sechs Monate vorher einen großen Bauchschnitt vorgenommen hatten.

Der Eingriff gelingt und Anika Krestan kommt mit ihrem Stoma gut zurecht. Sie kann anschließend einige unbeschwerte Jahre verbringen. Doch 2013 löst die Krankheit einen erneuten Schub aus. Die Zeit der Unbeschwertheit, in der die Erkrankung keine große Rolle spielt, ist danach zunächst vorüber. Anika Krestan muss erneut operiert werden. Die Ärzte entfernen den größten Teil des Dünndarms und legen ein Ileostoma.

### **Ein ganz normales Leben**

Von diesem Zeitpunkt an geht es für Anika Krestan gesundheitlich allmählich wieder aufwärts: „Es tat gut, nicht mehr zu überlegen, wo die nächste Toilette ist“, erzählt sie. „Ich führe heute ein ganz normales Leben.“ Anika Krestan arbeitet als Chefsekretärin in einer Speditionsfirma. Seit fünf Jahren hat sie einen festen Freund. Sie geht gerne ins Kino, kümmert sich um ihren Garten und besucht auch so manche Party. Auf die schönen Dinge des Lebens, die in jungen Jahren Spaß bereiten, muss sie nicht verzichten.

Doch das war nicht immer so. Die Gewöhnung an das Leben mit Stoma fällt ihr zu Beginn schwer: „Ich musste vieles erst wieder lernen“, erinnert sie sich. „Das fängt beim Zähne putzen an und endet beim Treppen steigen.“ Viele Abläufe müssen sich einpendeln, bis sie wieder problemlos funktionieren.

Die Krankheit und die Folgen haben einiges verändert. Das Umfeld hat auf die Erkrankung und die Operationen unterschiedlich reagiert. „Im Freundeskreis hat eine Selektion stattgefunden“, resümiert Anika Krestan. Nicht alle konnten mit der Veränderung umgehen. Doch die aktuellen Freunde wissen genau, warum ihre Freundin mal lieber auf eine Party verzichtet und einen ruhigen Spieleabend vorzieht. Dafür zeigen sie viel Verständnis.

### **„Ich bin heute gefestigter“**

Seit einigen Jahren ist Anika Krestan in der Selbsthilfe tätig. Den ersten Kontakt hatte sie bereits 2008 während eines Krankenhausaufenthaltes. Damals lehnt sie das Gesprächsangebot noch ab. „Ich war noch nicht soweit, mit fremden Menschen über meine Krankheit zu sprechen“, blickt sie zurück. Das hat sich aber fünf Jahre später verändert. „Heute bin ich gefestigt und kann neue Einflüsse eher zulassen.“

Anika Krestan ist zunächst von der Stimmung bei der ILCO angenehm überrascht. Dass es nicht nur um die Krankheit geht, sondern auch um ein fröhliches und lockeres Miteinander imponiert ihr. Inzwischen ist sie sogar stellvertretende Regionalsprecherin für den Raum Wiesbaden und die Region Südwest. Sie bereitet Feste vor, schreibt Einladungen und hilft bei der Organisation von Infoabenden und regelmäßigen Treffen der Gruppe.

Die Lebenserfahrung und auch der Umgang mit der Krankheit haben Anika Krestan verändert. Sie ist heute bereiter sich zu öffnen. „Ich wünsche mir auch für andere junge Frauen, die ein ähnliches Schicksal ereilt hat, die an Morbus Crohn erkranken und ein Stoma benötigen, dass sie nicht verzweifeln“, sagt sie. „Auch wenn man nicht in einer Beziehung lebt, bedeutet das zum Beispiel nicht, dass man für immer alleine bleiben muss und ein Teil des Lebens vorbei ist.“ Sie hat selber erfahren, dass es möglich ist, auch mit Stoma einen neuen Lebenspartner kennenzulernen. Ihr Freund wusste von Anfang an Bescheid und es gab in keinerlei Hinsicht Probleme.

(aufgezeichnet im August 2015)