



Dörte B.

- Geboren 1960
- Ileostoma seit 2000

*** „Durch das Stoma hat sich mein Lebensspielraum erweitert.“**

Manche Entscheidung reift über einen langen Zeitraum. Für Dörte B. war der Gedanke, mit einem Stoma zu leben, jahrelang unerträglich. Schon als Jugendliche trug sie über einige Monate ein Stoma. Daran hat sie sehr schlechte Erinnerungen. „Die Versorgung war damals katastrophal“, blickt sie auf diese Zeit zurück.

Die negative Erfahrung wirkt sich auf das weitere Leben aus. Dörte B. wehrt sich zehn Jahre gegen den Rat der Ärzte, ein Stoma anlegen zu lassen. Erst als die chronische Darmerkrankung so weit fortgeschritten ist, dass die Lebensqualität immer weiter abnimmt, stimmt sie der Operation letztlich zu. „Ich habe damals große Angst gehabt, nicht mehr am sozialen Leben teilnehmen zu können“, sagt sie. „Außerdem befürchtete ich, dass die Versorgung nicht reibungslos funktioniert und ich gesundheitlich abgestempelt werde.“

Neue Lebensqualität

Sämtliche Befürchtungen bewahrheiten sich glücklicherweise nicht. Im Gegenteil: Die damals 39-jährige hat bald nach dem Eingriff das Gefühl, sich richtig entschieden zu haben. Sie muss nicht mehr ständig zur Toilette gehen, hat deutlich weniger Beschwerden und ihre Lebensqualität steigt spürbar an.

Ein Jahr vor dem Eingriff bekommt Dörte B. ihr drittes Kind - eine Tochter. Die beiden Söhne besuchen zu diesem Zeitpunkt schon die Schule. Vor allem an den Unterschieden im Alltag mit den Kindern kann Dörte B. den Gewinn an Lebensqualität festmachen. „Ich konnte mich viel besser und intensiver um meine Tochter kümmern. Vieles, was mit meinen Söhnen schwierig war, funktionierte nun problemlos“, sagt sie. „Das beginnt damit, dass ich die beiden Jungs nicht in den Kindergarten bringen konnte.“

Voller Unternehmungslust

Die gute Versorgung mit dem Stoma eröffnet völlig neue Spielräume. Dörte B. genießt ihre gewonnene Freiheit und kann ihren Hobbys nachgehen: Schwimmen, Reiten, Radfahren, Qigong und vieles, was ihr Leben ausmacht, ist plötzlich wieder selbstverständlich. Und wenn man so nah am Wasser lebt, ist die Gelegenheit zu segeln, sehr günstig. Dörte B. hat inzwischen auch diese Leidenschaft für sich entdeckt. Die Freude am Leben hat sich dadurch noch einmal gesteigert.

Natürlich hat das Stoma in ihrem Leben vieles zum Guten gewendet, aber selbstverständlich herrscht auch nicht immer eitel Sonnenschein. „Der Blick auf den eigenen Körper ist anders als vorher“, räumt Dörte B. ein. Doch diese Veränderung ist zu verschmerzen. „Damit komme ich sehr gut klar, denn die gewonnene Freiheit ist mir viel wichtiger“, betont die 55-jährige.

Menschen Ängste nehmen

Einen Teil ihrer Energie und das positive Lebensgefühl möchte Dörte B. gerne weitergeben, indem sie sich ehrenamtlich engagiert. Seitdem sie auf einem Arzt-Patienten-Seminar zum ersten Mal von der ILCO gehört hat, leistet sie selber Besucherdienste in Kliniken, macht Betroffenen Mut und gibt ihre Erfahrungen weiter. Dabei begegnen ihr immer wieder Ängste, die sie aus der eigenen Krankheitsgeschichte kennt. „Viele Betroffene glauben, ihr Leben mit einem Stoma nicht mehr weiterführen zu können“, berichtet sie. „Ich kann die Menschen nur immer wieder ermutigen, sich durch diese Befürchtungen nicht abzugrenzen, sondern aktiv am Leben teilzunehmen. Es gibt dafür so viele Beispiele von Betroffenen.“ Darin sieht sie einen wichtigen Schritt, die Ängste zu überwinden und die ersten Hürden auf dem Weg in ein neues Leben zu meistern.

(aufgezeichnet im August 2015)