

m a m a z o n e M A G

Frauen und Forschung gegen Brustkrebs e.V.

mamazone © BRENNPUNKT
Palliativmedizin?
So weit bin ich doch noch nicht

Ausgabe Dezember 2015

Faszinierende Psychoneuroimmunologie

- 4 Was haben Gefühle mit unserer Gesundheit zu tun?
- 22 Körpereigene Abwehr und Krebs
- 35 Das Hospiz - ein Zuhause in der letzten Phase des Lebens
- 47 Aufrecht gegen den Wind – Marc Naumanns Segelrebellin
- 48 Überlebenskunst eines Babys
- 53 Sozialmedaille für die Busenfreundin

Aufrecht gegen den Wind

Marc Naumanns Segelrebell

VON GERTRUD RUST

Es ist bewundernswert, welche Bewältigungsstrategien Krebspatienten im Umgang mit ihrer Erkrankung entwickeln können. Marc Naumann erkrankte 2010 im Alter von 28 Jahren an einem Gehirntumor, erlitt 2012 ein Rezidiv und brach nach einer strapaziösen Therapie zu einem Segeltörn in die Nordsee auf. Respekt! In Wind und Wellen hatte er eine Vision: Anderen Krebskranken seine positiven Erfahrungen auf dem Wasser weiter zu geben.

Gedacht, getan

Es folgte im Herbst 2014 die Gründung der gemeinnützigen Organisation „Die Segelrebell - Dein Leben - Dein Abenteuer“ (www.segelrebell.com). Krebspatienten sollten nach Therapieabschluss wieder Kraft und Selbstvertrauen schöpfen. Wie könnte das besser gelingen als in einer menschlichen Gemeinschaft den Naturgewalten zu trotzen, stellvertretend für die Lebensbedrohung durch eine Krebserkrankung. Sich fernab des beängstigenden Alltags „den Widrigkeiten des Lebens zu stellen, nicht den Halt zu verlieren, auch wenn der Wind noch so stark bläst“, dieses wunderbare Sinnbild kann tiefgreifende seelische und körperliche Wirkungen entfalten.

Stille ertragen, ohne dass Todesängste übermächtig werden, die langsam einsetzende Dämmerung nach einer dunklen Nacht verfolgen, das Licht am Horizont suchen, den Beginn eines neuen Tages beobachten, für das Erlebnis dieser körperlich spürbaren Eindrücke ist der Aufenthalt

in der Weite der See ideal. Und nach der Rückkehr findet man nicht nur einen festen Ankerplatz für das Segelschiff, sondern vielleicht auch wieder im eigenen Leben.

Ein einzigartiges Projekt

Das Konzept „Segelrebell“ ist bis heute weltweit einzigartig und repräsentiert psychoonkologische Qualitäten, die höchsten Ansprüchen genügen. Das Prinzip einer ressourcenorientierten psychoonkologischen Begleitung besteht in der Bewusstmachung dessen, was trotz der traumatisierenden Erfahrung „Erkrankung mit unsicherem Ausgang“ dennoch möglich ist. Wie viel Kraft steht mir weiterhin zur Verfügung, woran kann ich nach wie vor Freude empfinden, kann ich überhaupt noch sinnvolle Beiträge zu einer menschlichen Gemeinschaft leisten? Diese Fragen lassen sich als Segelrebell unmittelbar beantworten.

Die Besatzung versteht sich als Team, in dem die Teilnehmer je nach körperlicher Verfassung ihren persönlichen Arbeitsbeitrag an Bord leisten und dadurch Mitverantwortung für das Gelingen der Reise übernehmen. Wichtiger Teil eines funktionierenden Ganzen zu sein steigert das Selbstwertgefühl, und die Freude darüber lässt nicht lange auf sich warten. Wohl werden keine Höchstleistungen gefordert, jedoch erwartet Marc Naumann den Mut und die Bereitschaft, „sein Leben in die Hand zu nehmen“ und dabei bis an die persönlichen Grenzen zu gehen.

Können die täglichen Besorgungen wie-

der selbstständig erledigt werden, und ist man nicht mehr auf ständige ärztliche oder psychologische Hilfe angewiesen, steht einer Teilnahme nichts entgegen. Skipper Naumann ist zwar kein Mediziner und/oder Psychologe, bietet aber dennoch keine entsprechende Betreuung an Bord an: „Sonst verlässt man sich wieder auf andere“. Ein ärztliches Attest wird erbeten, ist jedoch keine Teilnahmevoraussetzung. Die Versorgung mit den erforderlichen Medikamenten muss allerdings sichergestellt sein. Marc Naumann verfügt über weitreichende Kenntnisse in Erste-Hilfe-Kursen, darüber hinaus wird eine Offshore-Bordapotheke einschließlich Erste-Hilfe-Koffer mitgeführt. Ist damit zu rechnen, dass innerhalb weniger Stunden ärztliche Hilfe benötigt werden könnte, wird die Route entsprechend gewählt, auf hoher See stehen Funk oder Satellitentelefon zur Verfügung. „Dein Leben - Dein Abenteuer“, bisher gingen die Teilnehmer gekräftigt an Land.

Quellen:

DocCheck Online, 6. Mai 2015:
Leben nach Krebs: Point of Return
E-Mail: info@segelrebell.de
Homepage:
www.segelrebell.de

Bilder: Segelrebell

