

WILLI DANIELS

**TÖDLICHE
DIAGNOSE
GLÜCKLICHES
LEBEN**

**MEIN KAMPF GEGEN DEN
KREBS UND WIE ICH DIE
METASTASEN BESIEGTE**



Positiv zu denken bedeutet nicht,
dass man immer glücklich und zufrieden
sein muss. Es bedeutet, dass man auch an
schweren Tagen weiß, dass es wieder bessere
Tage geben wird.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

1. Kapitel – Informationen zum Krebs, Diagnose und Metastasen

Der Krebs

Prostatakarzinomscreening

Die häufigste Erkrankung des Mannes

Risiko: Die Rolle der Verwandten

Nutzen oder Schaden Fusionsbiopsie

Metastasen: die tödlichen Töchter

Tumorzellen und Blutgefäße

Fruchtbarer Boden für Metastasen

„Schläfer“ im Gehirn ausschalten

2. Kapitel – Mein Krebs

Krebs – Die Diagnosefindung

Stationäre Aufnahme und Biopsie

Die Diagnose

Strahlentherapie

Kontrolluntersuchungen nach 2 Jahren

3. Kapitel – Bausteine gegen den Krebs

Löwenzahn gegen den Krebs

Resilienz, meine psychische Kraft

Motivation

1. Wanderung – geht das gut?

Auf den Spuren einer Kaiserin

Veranstaltung zum Krebs in Berlin

4. Kapitel - Engagement - Politisches
Engagement - Politisches Engagement Bürgerfest
des Bundespräsidenten

5. Kapitel - Engagement wird gewürdigt
Großes Engagement wird gewürdigt
Bayerische Staatsmedaille
Laudatio

6. Kapitel - Leben mit Krebs

Leben mit Krebs

Schlusswort

Vorwort

Krankheiten können einen sehr zu schaffen machen, umso mehr, wenn die Diagnose zugleich ein Todesurteil bedeutet. Darunter leidet dann nicht nur der Betroffene selbst, meist auch die Partner und die Kinder.

Mich warf schon die erste schwere Krankheit, ein Bandscheibenvorfall mit anschließenden Sequester aus dem Berufsleben. Mit 41 Jahren machten sich die Schmerzen bemerkbar, die Behandlung und das drum herum entwickelte sich zu einer Odyssee durch das Gesundheitswesen. Nach fast 8 Monaten stationären Aufenthalt innerhalb von eineinhalb Jahren waren die Ärzte mit ihrer Kunst am Ende und es begann dann der Kampf mit den Ämtern, Rentenversicherer und mit Gutachtern.

Das Problem war ja nicht nur ein gesundheitliches, es wurde mehr und mehr auch ein Kampf um die Existenz. Erst ging es um das Krankengeld, danach um ein Arbeitslosengeld und schließlich war es keine Selbstverständlichkeit eine Erwerbsminderungsrente zugesprochen zu bekommen. Diese dann immer nur zeitlich begrenzt, manchmal ein Jahr, aber auch mal nur für ein halbes Jahr. Erst nach vielen Jahren hatte ich die Gewissheit, es wurde mir die Erwerbsunfähigkeitsrente auf Dauer gewährt.

Nun dachte ich, das wäre es nun. Leider dachte ich da falsch, denn ca. 6 Jahre nach der festen EU-Rente traf mich förmlich der Schlag.

Es war in der Silvesternacht 1997/98 als ich einen Schlaganfall erlitt.

Fast ein Jahrzehnt feierte ich Silvester mit meinen ehemaligen Marinekameraden bei mir zu Hause. Irgendwann kam ich zu der Überzeugung, dass auch mal die anderen Gastgeber sein könnten und somit fand das erste Treffen nicht in Bayern, sondern in Nordrhein-Westfalen statt.

Gut gelaunt ging es im Auto zusammen mit meiner Frau und meinem damals 9-jährigem Sohn Richtung Norden. Ich war sehr froh, dass ich endlich mal stressfrei ins neue Jahr kommen sollte und freute mich sehr auf ein paar entspannende Tage.

Wir trafen einen Tag vor Silvester ein und konnten uns in Ruhe entspannen. Am letzten Abend im alten Jahr genossen wir ein Raclette mit einem Glas Wein und als das neue Jahr begann, wünschten wir uns mit einem Gläschen Sekt viel Gesundheit und Glück. Danach ging es raus zu einem kleinen Feuerwerk, das der Hausherr besorgt hatte. Mein Sohn war natürlich hin und weg und war sehr traurig, als nichts mehr zum Schießen da war. Somit gingen wir wieder rein und auf einmal kam der Junior zu uns und fragte, ob er Luftballons in Schlangenform aufblasen dürfte, um sie danach platzen zu lassen. Er hatte halt noch nicht genug von der Knallerei. Ich sagte ihm, wenn der Hausherr nichts dagegen hat, ist das für mich ok.

Er hatte nichts dagegen und mein Sohn war glücklich.

Doch dieser Zustand änderte sich schlagartig, als er feststellte, dass er für das Aufblasen zu wenig Puste hatte. Somit fragte er meine Frau und bat sie einen Luftballon aufzublasen. Aber auch sie schaffte es nicht. Der nächste der es versuchen durfte war mein Freund, in meinem Alter aber durchaus sportlich. Tja, auch er schaffte es nicht ihn aufzublasen.

Und somit kam er zu mir, ich war seine letzte Hoffnung. Ich saß gelassen auf der Couch, noch ein Glas Sekt in der Hand und sagte: „Das kann doch nicht so schwierig sein und lachte.“

Ich stellte das Glas auf den Tisch, schnappte mir den Luftballon, holte zwei- oder dreimal tief Luft und blies rein. In diesem Moment bereute ich meinen Spruch von vorhin, denn beim Luftballon rührte sich fast nicht. Ich wollte mir keine Blöße geben und blies mit letzter Kraft hinein. Wow, es geht ja doch dachte ich mir, sah, wie der Ballon sich leicht weitete und dann ...

Weiß ich nichts mehr. Ich fiel wohl um und da lag ich dann da. Meine Frau, auch mein Freund glaubte, ich mache mal wieder einen Scherz. Als ich wohl nach einer Minute noch immer auf der Couch lag, schüttelte mich meine Frau und als auch das nicht half, gab sie mir einige Klapse ins Gesicht.

Es dauerte einige Minuten und dann öffnete ich die Augen. Ich wusste ehrlich gesagt gar nicht was los war, konnte mir die ernstesten Gesichter meine Frau und meines Sohnes nicht erklären. Sehr langsam wurde mir dann klar, dass da was in meinem Kopf passiert ist. Ich dachte nicht an Schlaganfall, nein, aber dieses Gefühl war etwas Besonderes und das kannte ich nicht. Konnte es aber überhaupt nicht einordnen. Der zweite Gedanke, der mir durch den Kopf schoss, war, dass es ein schöner Tod gewesen wäre, denn es ging alles so schnell und verlief vollkommen schmerzfrei.

Ich wollte mich aufrichten, doch da ging überhaupt nichts. Meine Frau fragte mich, was denn los ist, ich wollte ihr antworten und stellte zum Entsetzen fest, dass mir kein Wort, nicht mal ein Buchstabe über die Lippen kam. Ich hatte einen verdammt trockenen Mund und wollte ein

Wasser, doch alles was ich konnte war, mit der Zunge über die Lippen zu streifen. Gott sei Dank erkannte meine Frau meinen Wunsch und brachte mir ein Glas Wasser. Sie reichte es mir, doch nun musste ich feststellen, dass ich auch nicht in der Lage war es zu greifen. So half mir meine Frau, um ein klein wenig zu trinken.

Und nun kam ihre Frage: Willi, was ist mit dir los? Eine gute Frage, auch ich hätte es gerne gewusst was mit mir los ist. So langsam ordneten sich meine Gedanken und ich dachte mir, ihr solltet mal einen Notruf absetzen. Das schlugen sie dann auch vor und wollten mein Einverständnis. Ich nickte kurz, zu mehr war ich nicht fähig.

Was mich bei der ganzen Angelegenheit wahnsinnig machte, war meine Hilflosigkeit. Ich hätte ja am liebsten selbst nach dem Hörer gegriffen, doch wie, ohne etwas festhalten zu können und ohne ein Wort sprechen zu können.

Die Diagnose lautete: linksseitiger Schlaganfall

Im Nachhinein bin ich sehr stolz, dass ich ohne jeglicher Rehabilitation, sei sie stationär oder ambulant, geschafft habe, meine Sprachprobleme und auch die der Feinmotorik alleine wieder herzustellen. Eine große Hilfe war dabei, dass ich mich engagierte, anfangs auf regionaler Ebene, danach wurde ich bundesweit aktiv.

Meine Themen waren natürlich der Schlaganfall, aber auch die Prävention, die Nachsorge und die Selbsthilfe war für mich ein großes Thema. Und wenn man dann ein wenig über den Tellerrand hinweg blickt, bleibt es nicht aus sich mit den Themengebieten Telemedizin und Palliativversorgung auseinander zu setzen. Hatte damals

noch nicht auf dem Schirm, dass ich Jahre später ein Fall für eine Palliativ Begleitung werden könnte.

2017 kam dann die niederschmetternde Diagnose:

Prostatakrebs mit multiplen Metastasen.

Nebenbefundlich stellte man noch einen Hautkrebs bei mir fest. Ich fand das ehrlich gesagt nicht tragisch, denn ich dachte, dass die heutige spezialisierte Medizin das richten könnte. Aber dieser Hoffnung wurde ich schnell beraubt, mir wurde klar und direkt mitgeteilt, dass diese Krebserkrankung mit Metastasierung nicht mehr heilbar ist. Das saß dann, denn es bedeutete auch klar und direkt gesagt das Todesurteil. Meine Frau und meine Kinder waren mehr als geschockt. Ich nahm diese Diagnose zur Kenntnis, doch ich blickte schon kurz danach wieder nach vorne. Es mag wohl an meiner ausgeprägten Resilienz liegen, aber auch dass ich stets meine Krankheiten akzeptiert habe und stets nach vorne schaute.

Willi Daniels

1. Kapitel

Informationen zum Krebs, Diagnose und Metastasen

Der Krebs

Experten schätzen, dass rund 40 Prozent aller Krebserkrankungen durch eine gesunde Lebensweise vermieden werden können. Die Deutsche Krebshilfe und die Landeskrebsgesellschaften setzen sich seit vielen Jahren dafür ein, die Bevölkerung über die Möglichkeiten der Krebsvorbeugung aufzuklären. Das Deutsche Krebsforschungszentrum (DKFZ) forscht intensiv an neuen Ansätzen zur personalisierten Prävention und Früherkennung. Im Rahmen einer Pressekonferenz auf dem Deutschen Krebsskongress 2020 sprachen Experten über Präventionsforschung und das Potenzial der Krebsprävention.

„Besser als eine Krebserkrankung zu behandeln, ist es, sie zu vermeiden“, so Gerd Nettekoven, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Krebshilfe. „Die Krebsprävention fristet in unserer Gesellschaft jedoch leider noch ein ‚Nischen-Dasein‘: Es fehlt an Geld, Lobby und an Umsetzungswillen.“ Dabei sei bereits heute bekannt, dass jeder Einzelne sein individuelles Krebsrisiko durch einen gesunden Lebensstil senken kann - etwa indem er sich viel bewegt, sich ausgewogen ernährt, auf sein Körpergewicht achtet, rauchfrei und möglichst alkoholfrei lebt und sich vor UV-Strahlung schützt.

Aufklärung, die alle Lebenswelten durchdringt

Die Deutsche Krebshilfe klärt die Bevölkerung bereits seit vielen Jahren über Krebsrisikofaktoren auf. Sie bietet unter anderem zahlreiche kostenlose Informationsbroschüren und den persönlichen Beratungsdienst INFONETZ KREBS an. Auch der Krebsinformationsdienst (KID) des Deutschen

Krebsforschungszentrums in Heidelberg informiert über Möglichkeiten der Prävention. „Wir sind allerdings davon überzeugt, dass eine erfolgreiche Prävention nur dann gelingen kann, wenn sie alle gesellschaftlichen Bereiche und Lebenswelten durchdringt und wir Menschen bereits vom Kindesalter an für dieses wichtige Thema sensibilisieren“, so Nettekoven. Darüber hinaus engagiert sich die Deutsche Krebshilfe auch auf politischer Ebene – mit Erfolg: Die bundesweiten Nichtraucherschutzgesetze sowie die gesetzlichen Nutzungsverbote, die Minderjährige vor Solarien und E-Zigaretten schützen sollen, sind nur einige Beispiele für den umfänglichen Einsatz der Organisation für einen besseren Gesundheitsschutz.

Auch die Landeskrebsgesellschaften setzen sich intensiv für die Krebsprävention ein. „Du bist kostbar“ ist eine Kampagne, die von der Hessischen Krebsgesellschaft initiiert wurde und inzwischen in vielen weiteren Bundesländern umgesetzt wird. „Unsere Gesundheit bleibt unser höchstes Gut, mit dem viele von uns einfach nicht achtsam genug umgehen“, sagte Professor Dr. Christian Jackisch, Vorstandsvorsitzender der Hessischen Krebsgesellschaft. „Deswegen informieren wir über Möglichkeiten, die Gesundheit möglichst lange zu erhalten. Neben einer gesunden Ernährung und Lebensweise gehört auch die Nutzung der Krebsvorsorgemöglichkeiten für Frauen und Männer dazu. Daher gehört der Präventionsgedanke bereits in den Kindergarten: Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmer mehr.“

Prävention: Forschungsfeld mit Zukunft

Die Zahl der Krebsneuerkrankungen steigt sowohl weltweit als auch in Deutschland rapide. „Um diesen Tsunami an Krebserkrankungen zu reduzieren, müssen wir die Krebsforschung – insbesondere im Bereich der Prävention –