



auf morgen die Kranke – und bald kann ihr das jeder auf der Straße ansehen.

„Zwei Wochen nach der ersten Chemo wachte ich sonntagmorgens auf, und mir fielen die ersten Haare aus. Beim Kämmen waren es ganze Büschel. Am Montag fuhr ich dann direkt ins Perückenstudio und ließ mir dort gleich die Haare abrasieren. Bevor ich reinging, habe ich im Auto noch geweint und gedacht, das wird jetzt alles ganz furchtbar.

Aber dann war es okay. Die Perücke hatte ich schon vorher ausgesucht, weil ich keine Übergangslösung mit Tüchern und Mützen wollte. Niemand sollte sehen können, dass ich krank bin. Auch wenn ich offen mit dem Krebs umging, wollte ich bestimmen, wann und wem gegenüber ich davon erzähle. Es sollte alles so normal wie möglich bleiben.“

Aber auch Madlens Haut verändert sich. In der Chemotherapie werden alle sich schnell teilenden Zellen, auch die unseres größten Organs, im Wachstum gebremst. Die Haut wird deshalb durchlässiger, was sie trocken und fahl macht. Keime und Schadstoffe dringen leichter ein, die dadurch empfindlich gewordene Haut reagiert oft mit Rötungen und Juckreiz – und braucht spezielle Pflege.

„Ich war extrem blass, konnte mich dreimal am Tag eincremen, mit Öl, mit teuren Produkten, nichts half. Alles spannte, ich fühlte mich wie eine Mumie, deren Hülle abblättert. Im Gesicht, an Ellbogen und Schienbeinen war es am schlimmsten. Letztlich half ein Thermalwasserspray. Ich habe es ständig gesprüht,

sogar unterwegs und übers Make-up. Auch bei der Gesichtereinigung musste ich zu einem neuen, milderem Produkt ohne Alkohol und Duftstoffe greifen. Für die Füße, die Schienbeine und Ellbogen fand ich eine tolle Intensivpflege. Meinen

»NIEMAND SOLLTE MEHR SEHEN, DASS ICH KRANK BIN«

Kopf habe ich auch ohne Haare gewaschen. Das gehört beim Duschen einfach dazu, außerdem hatte man mir erklärt, dass die Kopfhaut trotzdem noch Talg produziert. Damit die Poren nicht verstopfen und dadurch das Wachstum der neuen Haare behindern, musste ich regelmäßig ein schonendes Shampoo verwenden.“

In Internet-Foren und Blogs trifft Madlen auf Krebspatientinnen, denen es

ähnlich geht, die sich ihre Ängste und Probleme von der Seele schreiben – selten traurig oder klischeehaft, aber oft mit entwaffnendem Humor. Um Mitleid geht es ihnen nicht. Was die meisten genau wie Madlen zurückhaben wollen, ist ihre Normalität. Und dazu gehört eben auch, dass man sich schminkt, um gut und gesund auszusehen. Doch dafür ernten sie dann nicht selten Kommentare wie: „Habt ihr Krebskranken nichts Besseres zu tun, als euch anzumalen?“

„Hat man manchmal tatsächlich nicht“, sagt Madlen. „Man ist über Monate krank zu Hause, vermisst seine Arbeitskollegen, und Freunde und Familie haben ja auch nicht immer Zeit. Die Krankheit fährt einen von 100 auf null. Ohne Make-up hätte man mir den Krebs sicher zehn Meter gegen den Wind angesehen – ich hätte auch nach außen das Gefühl von Normalität verloren. Im Alltag gesund und wie früher auszusehen gab mir Halt und ein gewohnt gutes Gefühl. Ich dachte: Wenn ich mich schminke und deshalb wie immer aussehe, ist auch alles wie immer. Zudem war es mir schon immer wichtig, attraktiv zu sein. Während meiner Krebserkrankung wollte ich möglichst frisch wirken, auch wenn ich nur kurz in den Supermarkt ging. Später schminkte ich mich auch für zu Hause. Wenn ich an einem Spiegel vorbeilief, wollte ich mich gesund darin sehen.“

Und vor allem auch als Frau. Denn obwohl Madlen bewusst ist, dass ihre ▶

DREI FRAGEN AN...

Dagmar Kürschner, Ärztin und Geschäftsführerin der Hamburger Krebsgesellschaft e. V., die mit der DKMS Life Schminkseminare veranstaltet.

Was lernen Frauen in den Kursen?

Alles Wichtige über Gesichtereinigung, Make-up und insbesondere das Schminken der Augen. Zudem spricht eine Zweithaar-Expertin über Qualitätsunterschiede und Pflege von Perücken.

Warum sind diese Themen für Frauen auch während einer Krebserkrankung so wichtig?

Durch Chemo- und Strahlentherapie verändert sich die Haut, Kopfhare, Augenbrauen und Wimpern fallen aus. Die Behandlung macht sichtbar müde – und das deprimiert. Die Reaktionen anderer auf die äußerliche

Veränderung sind auch nicht immer gut zu ertragen. Da kann es eine große Hilfe sein, sich selbst im Spiegel und in den Augen der anderen wieder attraktiv zu finden. Es stärkt das Selbstbewusstsein, verbessert die Stimmung und schützt zudem vor unsensiblen Kommentaren. Patientinnen haben auch ein Recht darauf, ihre Krankheit nicht vor jedem sichtbar zu machen.

Inwiefern verändern die Schminkseminare die Frauen?

Am Anfang wirken sie beklommen und unsicher. Doch im Kreis von ebenfalls erkrankten Frauen und mit der Experten-Unterstützung tauen sie schnell auf. Das gemeinsame Schminken unter Anleitung führt dazu, dass fröhliche, selbstbewusste, gut aussehende Frauen unser Haus verlassen.