

Mit Yoga das Krebsleiden lindern

Die Hertener Selbsthilfegruppe „Lotus-Care“ bezieht Angehörige der Patienten mit ein und verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz

Andrea Rickers
a.rickers@waz.de
02361 9370-133

Herten. Der Name des Hertener Vereins – Lotus-Care – klingt ein wenig esoterisch. Doch die angeschlossene Selbsthilfegruppe für Krebspatienten und deren Angehörige ist mitnichten der Schulmedizin abgeneigt. Betont deren Vorsitzender Gerhard Albers. Der Name soll die „Verbindung des Irdischen mit dem Seelischen“ verdeutlichen, so Albers, die Lotusblüte sei das Symbol dafür. Denn die Selbsthilfegruppe fühlt sich einer ganzheitlichen Betrachtungsweise der Krankheit Krebs verpflichtet, die Körper, Geist und Seele als Einheit sieht.

„Für die medizinische, therapeutische Seite sind die Ärzte da“, erläutert Gerhard Albers, „bei uns steht der psychologische und -soziale Aspekt im Vordergrund.“ Um eine Krebs-Therapie, die stark auf den Körper einwirke, zu

verkraften, seien mentale Maßnahmen notwendig. Soll heißen: Die Selbsthilfegruppe organisiert zum Beispiel ein Programm mit Yoga- und Entspannungskursen. „Yoga kann dazu beitragen, besser mit den Nebenwirkungen einer Chemotherapie umzugehen“, sagt der Lotus-Care-Vorsitzende. „Oder wenn einem Krebspatienten immer übel wird, kann

»Für die medizinische Seite sind die Ärzte da«

er dem mit Entspannungstechniken positiv begegnen.“ Den körperlichen Mechanismus also gedanklich beeinflussen. Ob solche therapiebegleitenden Kurse zum Heilerfolg beitragen, wird derzeit in einer Studie an der Universität Bochum untersucht. An dieser Studie nimmt auch „Lotus-Care“ teil.

Anders als andere Krebs-Selbsthilfegruppen sind die Hertener nicht auf eine be-

stimmte Krebsart spezialisiert. Und bei den Treffen sind Angehörige gleichermaßen und ausdrücklich willkommen. „Weil sie genauso betroffen sind von der Krankheit“, sagt Gerhard Albers. Der 60-jährige weiß, wovon er spricht. Er hat selbst keinen Krebs, „aber ich lebe an 365 Tagen im Jahr mit einem Partner, meiner Frau, zusammen, die an Leukämie erkrankt ist“. Die Stimmungsschwankungen des Patienten, die Hochs und Tiefs bei der Therapie, das Schweißen einstiger Freunde, die Angst – all das empfindet ein Angehöriger mit. Die körperlichen und seelischen Schmerzen, die die Krankheit bei bei-

den Seiten verursache, können im Gespräch mit der Gruppe bewältigt werden. „Es geht uns einfach darum, wieder Freude am Leben zu haben“, sagt Gerhard Albers. Rund 50 Mitglieder hat Lotus-Care, Frauen und Männer im Alter von 26 Jahren bis Mitte 70. Jeden letzten Mittwoch

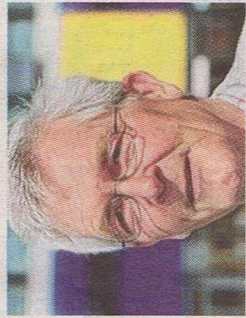
mit Monat findet ein Treffen in den Räumen der Praxisklinik Domnick an der Josefstraße 14/16 in Herten statt. Die Teilnehmer einer ambulanten Kur in dieser Klinik waren auch die Keimzelle von Lotus-Care. Doch die Mitglieder kommen mittlerweile von überall aus der Region.

VERANSTALTUNGEN

„Im Falle meines Todes“

Bei den monatlichen Treffen von „Lotus-Care“ an der Josefstraße 14/16 in Herten gibt es immer Vorträge, zu denen jeweils auch Nicht-Mitglieder eingeladen sind (die Teilnahme ist kostenlos). Am Mittwoch, 24. Juni, steht das Thema „Im Falle meines Todes“ auf dem Programm. Ab 17 Uhr geht es um Erb- und Nachlassregelungen. Am 29. Juli erläutert Dr. Manju Dornick die unterschiedlichen Tumorstadien. Am 26. August

wird Joachim Evers, Psychologischer Psychotherapeut, die „Möglichkeiten und Wege der Psychoonkologie in der Begleitung von Tumorekranken und deren Angehörigen“ vorstellen. Außerdem plant der Verein die „Hertener Krebsstage“ im April 2010, die im Glashaus stattfinden sollen. Es soll Vorträge und ein Medizin-Kabarett geben. Weitere Info unter 02366 503610 oder www.selbsthilfe-lotus-care.de



Gerhard Albers. Foto: WAZ, kim