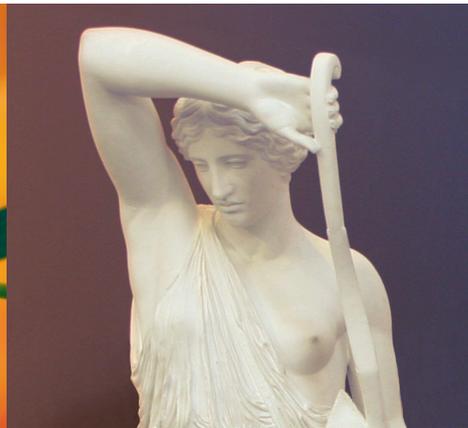


Konstanze Brefin Alt

# Aufbruch mit der Mistel

Mein Weg  
in der Krebserkrankung



© 2020  
anthrosana  
Verein für anthroposophisch  
erweitertes Heilwesen  
Postplatz 5  
Postfach 128  
4144 Arlesheim  
Tel. 061 701 15 14  
Fax 061 701 15 03  
info@anthrosana.ch  
www.anthrosana.ch

Lektorat: Michaela Spaar

Auslieferung in Deutschland:  
GESUNDHEIT AKTIV e.V.  
Telefon 030/695 68 72-0  
verein@gesundheit-aktiv.de  
www.gesundheit-aktiv.de  
oder  
Amthor Verlag  
Telefon: 07321/342 40 24  
info@amthor-verlag.de  
www.amthor-verlag.de

ISBN 978-3-905364-41-5

Weitere Vereine in Belgien, Dänemark, Deutschland,  
England, Finnland, Frankreich, Island, Italien,  
Norwegen, Österreich, Rumänien, Schweden,  
Spanien, Ungarn und den Niederlanden

**Aufbruch mit der Mistel**  
**Mein Weg in der Krebserkrankung**  
**Konstanze Brefin Alt**

<b>Vorwort</b>	3
<b>Zur Publikation</b>	5
<b>Diagnose</b>	10
<b>Operation</b>	15
<b>Entscheidung</b>	19
<b>Therapie</b>	26
<b>Abbildungsnachweis</b>	36

Hinweis der Herausgeberin:

Zur Erleichterung der Lesbarkeit und des Leseflusses wird in diesem Heft mehrheitlich die männliche Form verwendet. Selbstverständlich bezieht sich diese auf Angehörige aller Geschlechter.

## Vorwort

Gerne komme ich der Bitte um einige einleitende Worte zu dieser bewegenden Krankengeschichte nach. Die Diagnose einer Krebserkrankung stellt den betreffenden Menschen und auch seinen Umkreis vor schwerwiegende Herausforderungen. Viele Sorgen über den weiteren Weg und Zweifel am erhofften Erfolg werden wach. Oftmals wechseln Stimmungen der Zuversicht mit solchen der Aussichtslosigkeit und Depression. Und ganz besonders machen sich Angst und Furcht bemerkbar. Sie können innerlich die Seele schwächen und «zerfressen», wie wir es körperlich von mancher Tumorkrankheit kennen. Vor diesen Hintergrund stellen sich die notwendigen Entscheidungen, die es zu treffen gilt: Welche adjuvante<sup>1</sup> Therapie ist zu wählen? Welche Nebenwirkungen sind mit ihr verbunden und welche Auswirkungen haben sie auf das persönliche Befinden, aber auch auf die Beziehungen zu den nahestehenden Menschen? Können diese mit den getroffenen Entscheidungen und ihren Konsequenzen umgehen und den Patienten in seinem Weg stützen? Zwischenmenschliche Beziehungen haben in herausfordernden Lebenssituationen eine grosse Bedeutung und können sich förderlich, aber auch belastend auswirken. Eine Frage ist besonders wichtig: Die Behandlungsleitlinien und -empfehlungen legen eine Therapie nahe und erwarten ihre Umsetzung. Oftmals ringen Patienten mit diesen durch Tumorboards<sup>2</sup> und andere Konferenzen getroffenen Therapievorgaben. Sie fragen dann nach dem wirklichen Nutzen und stellen manchmal fest, dass die dokumentierte Überlegenheit einer Therapieform lediglich ein geringes Ausmass hat und mit zum Teil erheblichen Nebenwirkungen verbunden ist. Damit öffnet sich ein Fenster für die individuelle Entscheidungsfindung. Denn alles Wirksame muss nicht unbedingt auch «gut» für den Patienten beziehungsweise die Patientin sein. Wir beobachten oftmals, wie die Entscheidungsfindung zwischen euphorischer Therapieablehnung und angstbesetzter «Therapieumsetzung» schwankt. Hier braucht es menschliche Begegnung, fachkundige Gespräche, die nicht unter Zeitdruck stehen, um den individuellen Weg zu finden.

---

<sup>1</sup> Begleitend, unterstützend.

<sup>2</sup> Tumorboards sind Besprechungen von Ärzten unterschiedlicher Fachrichtungen, die sich auf die Behandlung von Tumoren spezialisiert haben. Im Rahmen eines solchen Tumorboards werden der jeweilige Gesundheitszustand und die jeweiligen Therapiemöglichkeiten eines einzelnen Krebspatienten besprochen und danach gemeinsam das diagnostische oder therapeutische Vorgehen erstellt.

In der vorliegenden Krankengeschichte ist der Mut zur individuellen Entscheidungsfindung erstaunlich. Der Leser wird in die Hintergründe eingeführt und auf die inneren Kraftquellen verwiesen, die diesen Herausforderungen gegenüberstehen. Innere, spirituelle Überzeugungen, künstlerisches Schaffen und offensichtlich tragende Menschenbeziehungen begleiten den glücklichen Weg dieser Brustkrebspatientin.

So ist der Veröffentlichung ein grosser Leserkreis zu wünschen, der sicherlich nicht zum Imitieren des beschriebenen Weges eingeladen wird, sondern Mut und Zuversicht finden möge, die eigenen, individuellen und mit dem persönlichen Schicksal zusammenhängenden Therapien zu finden und zu guten Entscheidungen zu kommen. Denn gerade die Krebserkrankung stellt nicht nur medizinisch-fachliche Herausforderungen, sondern sucht nach Antworten, die das lebendige, seelische und geistige Wesen des Menschen einschliessen. Hierzu gibt diese dankenswerterweise veröffentlichte Krankengeschichte viele Anregungen und ist für Patientinnen und Patienten, Angehörige, aber auch für Therapeutinnen und Therapeuten sowie für die onkologisch tätigen Ärztinnen und Ärzte hilfreich.

*Dr. med. Matthias Girke  
Medizinische Sektion der Freien Hochschule  
für Geisteswissenschaft am Goetheanum, Dornach  
Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe, Berlin*

## Zur Publikation

Es gibt ein Leben vor und eines nach der Diagnose Krebs. Dazwischen liegt ein mehr oder weniger grosser Durchgang durch Ungewisses, in dem jeder mit seinen Entscheidungen und Erfahrungen letztlich alleine ist.

Im Umkreis reduzieren sich die Beziehungen auf die wirklich tragfähigen. So manche Freunde bekommen das Sterben nicht mehr aus ihrer Vorstellung, wenn sie einen anschauen. Weshalb manche wegbleiben, andere «darf» man über die eigene Erkrankung trösten. Heute kann ich das gut verstehen, auch wenn mich das am Anfang irritierte, bis mir eine Ärztin erklärte: «*Sie* haben die Krankheit, *Sie* sind darin aktiv. Aber die Menschen um *Sie* herum müssen dabei zuschauen. Das ist schwer.»

Im Grunde ist es sogar gut, dass sich der Umkreis verkleinert, denn man braucht Zeit für sich, Zeit zum Entscheiden, Zeit für die Therapien – egal welche – und Zeit auch, um sich neu zu fassen und zu ordnen. Es verunsichert natürlich, wenn man wie aus dem Raster des Umkreises rutscht, und auch finanziell, wenn man wie ich selbstständig erwerbend und darauf angewiesen ist, dass andere auf meine Kreativität bauen.

Weil ich nach der Operation vor acht Jahren *ganz* auf die Misteltherapie setzen wollte, befand ich mich vor der Entscheidung wie in einem Vakuum, weil es dazu kaum verlässliche Informationen ärztlicherseits gab. Deshalb war ich schon

kurz nach Beginn der Therapie mit den Mistelinfusionen entschlossen, diesen Prozess zu beschreiben. Damit Betroffene sich auch über die Misteltherapie als *eine* mögliche Alternati-

ve informieren können und damit – sollte ihre Krankengeschichte dies zulassen – sie sich nicht ganz so alleine der herrschenden Lehrmeinung entgegenstellen müssen; obwohl diese, tut man es, dann doch auch keineswegs so einheitlich ist, wie es zunächst scheint.

Dies besprach ich damals mit verschiedenen Freunden. Da gab mir Andreas Heertsch, der in der Krebsforschung arbeitete, zu bedenken, dass ich warten soll, bis ich wirklich gesund sei. Es sei auffällig, wie oft Patienten, die sehr erfolgreich unterwegs seien, wieder krank werden, wenn sie ihre Fortschritte verfrüht in die Öffentlichkeit stellen – und dies sei völlig unabhängig von der Therapie. Genesung sei ein geheimnisvoller

*« Es gibt ein Leben vor und eines nach der Diagnose Krebs. Dazwischen liegt ein mehr oder weniger grosser Durchgang durch Ungewisses, in dem jeder mit seinen Entscheidungen und Erfahrungen letztlich alleine ist. »*

seelisch-geistiger, alchemistischer Prozess, in dem das Tagesbewusstsein und der Intellekt nichts zu suchen hätten.

Das verstand ich unmittelbar; es sind zwar meine Selbstheilungskräfte am Werk, aber das sind nicht einfach *meine* Kräfte, da wird aus ganz anderen, inneren, unbewussten und geistigen Ebenen mitgeholfen. Also verschob ich das Ganze, notierte mir nichts zum bereits Geschehenen und führte auch kein Tagebuch, damit ich nicht in die Versuchung kam, eben doch schon auf eine mögliche Öffentlichkeit zu schießen.

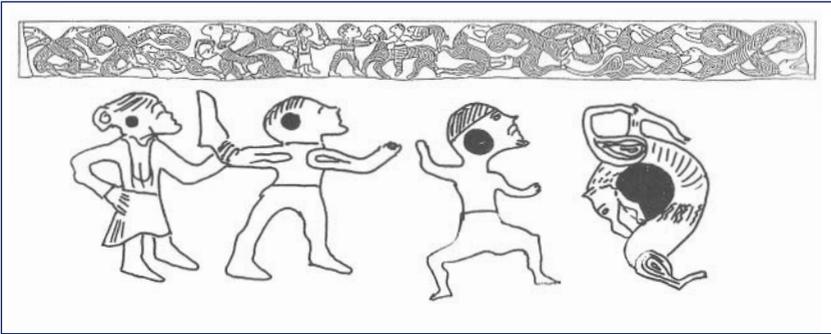
Auch wenn ich heute selbst woanders stehe, an der Notwendigkeit, diese Geschichte zu formulieren, hat sich nichts geändert, obwohl gerade beim Brustkrebs die Therapien in den letzten fünf Jahren eine starke Wandlung erfahren haben. Dass die Mistel dabei weiterhin vor allem als Linderung bei aggressiveren Therapien oder als Immunsystem-Aufbauprogramm «danach» eingesetzt wird, ist gleich geblieben, und unverändert

«*Die Selbstermächtigung ist existenziell, weil ich mich mit dem Tod verständigen muss.*»

gilt für Betroffene, dass sie sich zu einer Entscheidung über die Therapien ermächtigen müssen – dies gilt selbstverständlich auch, wenn sie den schul-

medizinischen Empfehlungen folgen. Vermag ich es nicht, den Weg, den ich einschlage, als den eigenen anzunehmen, zu verantworten, handle ich mir diffuse Ängste ein. Denn Krebs gibt es nicht homöopathisch dosiert, egal, wie harmlos oder schwer die Diagnose ist: Dahinter dräut die dunkle Gestalt, die davon zeugt, dass Zellen des Leibes angefangen haben, sich dem Tod zuzuwenden. Was immer ich tue – vom Moment der Diagnose an wird diese Gestalt mich begleiten. Die Selbstermächtigung ist existenziell, weil ich mich mit dem Tod verständigen muss.

Ja: Er ist immer da, der Tod, seit dem ersten Atemzug – unsichtbar. Und damit weit entfernt. Solange ich ihn so wahrnehme, ist er eine noch abstrakte, intellektuelle Angelegenheit, die ich mir im Leben zwischen-durch leisten kann anzuschauen. Die Krebsdiagnose holt den Tod ins Bewusstsein, ohne sofortigen Vollzug des Sterbens oder des Krankseins. Man ist nach der Diagnose kein My kränker, aber die Wirkungen des Verhärtens und Sterbens – sie sind Grundlage des stofflichen Prinzips – sind indiziert. Ein anschauliches Beispiel dafür liefert der für Zeremonien eingesetzte Oseberg-Wagen, den Flemming und Edda Distler in ihrem im Pforte Verlag Basel erschienenen Buch «Die Rätselbilder der Stabkirchen – Norwegens geistiges Erbe», das leider vergriffen ist, eindrücklich beschreiben. Auf dem Wagen ist Gunnars Geschichte als allgemeinmenschlicher Lebensweg dargestellt: Auf die Welt kommen, das Leben führen, Sterben



Das Ohrenmotiv auf dem Oseberg-Wagen.

(Gunnar in der Schlangengrube), der Übergang in die geistige Welt, dort dann der Durchgang durch die Planetensphären und dann wieder der Übergang in die physische Welt. Interessant ist dabei das Ohrenmotiv als Lebensweg: Ein ungestalteter «Fleck», der von Generation zu Generation weitergegeben wird und mit dem Älterwerden wächst, bis er zum Innenraum des sich schliessenden Lebens wird. In dieser fremden altnorwegischen Bilder- und Erzählwelt spricht mir das konkret und klar vom Tod als substanziell in dem angelegt, was wir brauchen, um überhaupt hier in der physischen Welt anwesend sein zu können.

Und weil Verhärtung und Sterben auch im Sozialen und Seelischen wirksam sind, lösen sie Ängste aus bei den Betroffenen, in deren Umfeld und bei denen, die mit den Betroffenen zu tun haben und haben werden – also auch bei den Ärzten und Therapeuten.

Als ich meiner Freundin Sabine von dieser Publikation erzählte, meinte sie, dass sie an ihrem Arbeitsplatz doch einige Kollegen und Kolleginnen gesehen hätte, die nach der Krebsdiagnose, den erforderlichen Eingriffen und Therapien das Kapitel «Krebs» einfach geschlossen hätten und sich keinesfalls auf einen Dialog mit dem Tod eingelassen hätten – «Und dann war gut.»

Auch das ist eine Entscheidung und, so verstanden, eine Selbstermächtigung, mit dieser Schicksalsfrage umzugehen. Will ich jedoch diesen Prozess mit meinem Bewusstsein soweit durchdringen, dass ich Freiheit gewinne, autonom werde, bleibt mir letztlich nur: Mit dem Tod in eine Beziehung zu treten, ihn als Teil des Lebens – nein, als Teil *meines* Lebens anzunehmen und diese Beziehung versuchen zu gestalten – ja, in einem gewissen Sinn meine Krebsbiografie anzunehmen.

Und wer weiss, vielleicht kann ich ja mit meiner Geschichte auch den einen oder anderen Arzt, die eine oder andere Ärztin darin bestärken, sich

auch in der Krebstherapie noch stärker auf seine, ihre Inspiration und auf den individuellen Patienten einzulassen.

Als dieser Text als Ganzes vorlag, empfand ich, dass in den Faktoren Zeit, Rhythmus und Mittung meines Krebsheilungsprozesses ein längst beiseitegelegtes Thema aufschien. Im Frühjahr 1988 hatte ich mich über Wochen intensiv mit dem Goldenen Schnitt befasst, weil ich in seiner schöpferischen Kraft, Raum und Fläche zu harmonisieren, auch die gleiche Potenz für Zeit und Zeitraum ortete, und damit für soziale Verhältnisse, für Gesundheit und Krankheit, für Entwicklung generell. Damit ich mir in diesem Thema nicht das, was ich suchen wollte, zurechtlegte, besuchte ich zwei-, dreimal Georg Unger in der Mathematisch-Astronomischen Sektion der Freien Hochschule für Geisteswissenschaft am Goetheanum in Dornach. Er unterstützte mich lebhaft in diesem Ansatz. Besonders begeisterte mich dabei die Zahlenreihe von Fibonacci, mit der sich, egal von welchen beiden Zahlen ich ausgehe, das Verhältnis zwischen den Zahlen Schritt um Schritt dem Goldenen Schnitt annähert, indem ich  $a$  (die größere) mit  $b$  (der kleineren) addiere und die dabei erhaltene  $c$  (die Summe) zur neuen  $a$  wird, die ich addiere mit dem neuen  $b$  (dem ehemaligen  $a$ ).

### **Anthroposophische Medizin**

Vor 100 Jahren, an Ostern 1920, war die Geburtsstunde der Anthroposophischen Medizin. Sie wurde von Rudolf Steiner (1861–1925) in enger Zusammenarbeit mit der Ärztin Ita Wegman (1876–1943) und anderen Ärzten entwickelt. Aus kleinen, aber tatkräftigen Anfängen ist eine weltweite, in über 60 Ländern vertretene anthroposophisch-medizinische Bewegung entstanden.

Die Anthroposophische Medizin ist eine Erweiterung der klassischen Schulmedizin und somit eine integrative Medizin. Sie betrachtet den Menschen nicht nur mit seinem physischen Leib, sondern auch in Beziehung zu seiner Lebensorganisation, zu seinem Seelischen und seinem Geistigen. Ziel der Anthroposophischen Medizin ist, dem individuellen Patienten wieder zu einem gesunden Gleichgewicht zwischen Leib, Seele und Geist zu verhelfen. Sowohl die anthroposophischen Arzneimittel als auch die anthroposophischen Therapien wollen diesem Anliegen Rechnung tragen, indem sie die Selbstheilungskräfte ansprechen und gezielt natürliche Lebensprozesse unterstützen.

Es gibt ein Leben vor und eines nach der Diagnose Krebs. Dazwischen liegt ein mehr oder weniger grosser Durchgang durch Ungewisses, in dem jeder mit seinen Entscheidungen und Erfahrungen letztlich alleine ist. Die Diagnose einer Krebserkrankung stellt den betreffenden Menschen und auch seinen Umkreis vor schwerwiegende Herausforderungen. Viele Sorgen über den weiteren Weg und Zweifel am erhofften Erfolg werden wach. Oftmals wechseln Stimmungen der Zuversicht mit solchen der Aussichtslosigkeit und Depression. Und ganz besonders machen sich Angst und Furcht bemerkbar.

Denn gerade die Krebserkrankung stellt nicht nur medizinisch-fachliche Herausforderungen, sondern sucht nach Antworten, die das lebendige, seelische und geistige Wesen des Menschen einschliessen. Hierzu gibt diese Krankengeschichte viele Anregungen und ist für Patientinnen und Patienten, Angehörige, aber auch für Therapeutinnen und Therapeuten sowie für die onkologisch tätigen Ärztinnen und Ärzte hilfreich.

In der vorliegenden Krankengeschichte ist der Mut zur individuellen Entscheidungsfindung erstaunlich. Der Leser wird in die Hintergründe eingeführt und auf die inneren Kraftquellen verwiesen, die diesen Herausforderungen gegenüberstehen. Innere, spirituelle Überzeugungen, künstlerisches Schaffen und offensichtlich tragende Menschenbeziehungen begleiten den glücklichen Weg dieser Brustkrebspatientin.

**Konstanze Brefin Alt**, Jahrgang 1956, in Basel aufgewachsen. Jazz-Dance-Ausbildung als Jugendliche. Später Korrektorin in der «Basler Zeitung», wo auch zahlreiche Ausstellungsbesprechungen erschienen; daneben besuchte sie zwei Semester eine Schauspielerschule und unterrichtete Jazz Dance. Die Wende: Die äussere Bewegung sollte zur inneren werden. Redaktionsassistentin bei der Wochenschrift «Das Goetheanum», parallel dazu Aufbau des Monatsblatts «Anthroposophie – Mitteilungen aus dem anthroposophischen Leben in der Schweiz», bis heute dessen Redaktorin. Nach einem Sabbatical Gründung der «Textmanufaktur»; bis heute im Prepressbereich tätig. Eigene Texte und Illustrationen in diversen Zeitschriften und Büchern.