

Diagnose Krebs:

„Ich
will
leben!“

*Ein persönlicher Weg
durch Zuversicht,
Hoffnung und Heilung*

SABINE SCHIEL

© 2025 Sabine Schiel, BEd

Lektorat: Mag.^a Kristina Falschlehner
Umschlag, Buchgestaltung und Satz:
Anna-Theresa Taferner, Buchschmiede
Quelle Cover-Foto: iStock

Druck und Vertrieb im Auftrag der Autorin:
Buchschmiede von Dataform Media GmbH
Julius-Raab-Straße 8, 2203 Großebersdorf, Österreich

www.buchschmiede.at – Folge deinem Buchgefühl!
Kontaktadresse nach EU-Produktsicherheitsverordnung:
info@buchschmiede.at

ISBN:
978-3-99165-983-9 (Hardcover)
978-3-99165-985-3 (Softcover)
978-3-99165-984-6 (E-Book)



Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Inhalt

Vorwort	6
1. Begrüßung	8
2. Fragestellung	10
3. Vorstellung und Einleitung	12
4. Diagnose beim Röntgenarzt	14
5. Schock und Verhalten, Informationen	17
6. Denken in dieser fatalen Situation	20
7. Erkenntnis aus dem Denken	22
8. Genaue Verständigung der Familie und der Freunde über die Krebserkrankung	24
9. Ständiges positives Denken	26
10. Ein weiterer Frauenarztbesuch und die Mitteilung über den Operationstermin	28
11. Gedanken um die Operation und den OP-Termin	29
12. Die Zeit bis zur Operation	30
13. Verschiedene Gespräche und Fragestellungen	31
14. Vorgespräch im Spital	34
15. Vorbereitung auf die Operation	36
16. Fahrt zum Spital nach Krems	37
17. Die Operation	39
18. Die rechte Brust fehlt	42

19. Besuche im Spital	45
20. Der Heilungsverlauf	47
21. Heimfahrt vom Spital	50
22. Das Leben nach der Operation	52
23. Spitalsbesuch und Kontrolle	53
24. Beginn der Chemotherapie	57
25. Aussuchen einer perfekten Perücke	60
26. Ich trage eine Perücke	67
27. Denken und Tätigkeiten zu Hause	69
28. Neustart im Beruf	71
29. Die Bestrahlungen beginnen	73
30. Die Herceptin-Therapie	74
31. Ein normales Leben und ein Tier	75
32. Ein neues Berufsjahr ist geschafft	79
33. Meine Partnerschaft zerbricht	81
34. Die Schuld trägt nicht die Krankheit	83
35. Veränderungen in meinem Leben	85
36. Ein neuer Hausarzt	88
37. Eine neue Partnerschaft beginnt	90
38. Ein langsames, schönes Zusammentreffen	92
39. Vorgespräche und Planung zum Brustaufbau	94
40. Operation mit Brustaufbau	98
41. Erfolgreiche zweite Operation	100
42. Schöne Urlaube und die zweite Operation	103
43. Zweite Heirat	104
44. Ein trauriges, familiäres Ereignis	109

45. Der Beschluss, ein Buch zu schreiben	110
46. Ein Brief von meinem Sohn Christian	111
47. Gedicht zum Muttertag	113
48. Hilfestellungen für Leute, die an Krebs erkranken oder erkrankten	114
49. Lob und Dank an alle Ärzte	116
50. Gespräch mit Diplomkrankenschwester Helga Lipp	118
51. Treffen und Gespräch mit OA Dr. Tögel	119
52. Abschlussworte, Wegbegleiter und Gedanken	120
53. Gedicht: Das Krankenhaus	121
54. Mut und Zuversicht für alle	124

Vorwort

Dieses Buch ist allen gewidmet, die Hilfe und Beistand brauchen. Einfach und verständlich ist es geschrieben, von einer Patientin, die auch den Ärzten und dem Pflegepersonal dankt. Ich möchte meine Geschichte über die Erfahrung mit der Krankheit mitteilen. Das Buch richtet sich auch an jene, die Interesse daran zeigen, wie es einer krebskranken Person geht und wie diese ihren Weg meistert. Ebenso ist es für alle Kranken gedacht, die positive Gedanken suchen. Doch zunächst: Kopf hoch und positiv denken! Lest meine Zeilen, versinkt darin und handelt danach, wie ihr fühlt. Es wird bei jeder Person anders sein. Das ist gut so und sehr wichtig. Jeder und jede von euch ist eine eigene Persönlichkeit mit verschiedenen Werten und Zielen. Diese sollen auch immer weiterverfolgt werden, egal, was das Leben bringt.

Meine Krankengeschichte verfasste ich, damit jede einzelne Person ihren eigenen Weg findet. Es ist meine Geschichte, die mich prägte, veränderte und stärkte. Ich wurde für das weitere Leben gestärkt und sehe viele Dinge jetzt anders und viel gelassener. Daher vorerst: Nach vorne schauen und immer positiv denken! Lest meine Zeilen, versinkt darin und handelt danach, wie ihr müsst. Das wiederhole ich immer wieder, weil es so wichtig ist. Es wird und ist bei jeder Person anders. Arbeite

immer für dich und mit der Zeit. Du bist die wichtigste Person und alles andere rundherum ist völlig unwichtig. Es zählt nur: **Ich will leben!** Das ist dein neues Motto!

1. Begrüßung

Zuerst ganz liebe Grüße und eine innige Umarmung an alle Leserinnen und Leser. Ich freue mich, dass ihr euch entschlossen habt, meine Zeilen zu lesen. Ich habe das Buch für euch geschrieben, weil ihr euch ablenken und trotzdem im Geschehen bleiben sollt. Wer nicht gerne liest, kann sich meine Geschichte auch anhören. Ich lese sie dafür vor, sie ist auf CD zu hören. Es sind auch Krankenhausbesuche geplant. Da habt ihr die Möglichkeit, mit mir zu sprechen. Momentan seid ihr sicher unentschlossen, was auf euch zukommt. Vorerst möchte ich euch sagen: Denkt immer positiv! Dann ist alles zu meistern – und wird es auch noch so kompliziert. Ich sage bewusst kompliziert, denn wir alle gehen ja unsere Sache, wie ich die Krebserkrankung nenne, verschieden an. Denkt an schöne Dinge, die euch das Leben bis jetzt geschenkt hat und gönnt euch Kleinigkeiten, wo ihr sonst zögert. Nehmt Platz in einem Kaffeehaus, genießt die Aussicht oder auch die Umgebung und amüsiert euch über so manches, worüber ihr früher sicher nicht einmal insgeheim gelacht hättet. Verbreitet gute Laune und stellt euch ein Lächeln ins Gesicht, wenn es momentan auch schwerfällt. Glaubt mir, es kommen wieder andere Zeiten. Ja, und auf diese Zeiten arbeiten wir hin. Also Kopf hoch, gerade Haltung und setzt den Weg fort, den ihr begonnen habt. Ein Ziel vor Augen zu haben, ist unheimlich wichtig und wunderschön. Das gilt immer für das Leben und es bestimmt

unser Leben. Lasst euch nicht von negativen Gedanken quäl-
len, die kommen sicher, aber man kann sie zur Seite schieben.
Denkt wieder an ganz schöne Dinge, etwa daran, was ihr alles
im Leben unternehmen wollt und an das, was ihr sehen wollt.
Sei es eine wunderschöne Stadt, ein ruhiger Urlaub am Meer
oder etwas ganz anderes. Es wird immer unterschiedlich sein
und jede Person wird sich über ganz eigene, besondere Dinge
freuen können. Freude zu empfinden, ist enorm wichtig, denn
nur so bleibt man ruhig und kann positiv denken. Diese Ruhe
strahlt man auch aus. Es dauert einige Zeit, aber es gelingt
sicher. Du musst es nur wollen – das verleiht unheimlich viel
Kraft und Stärke, die man braucht.

2. Fragestellung

Hier ergeben sich viele Fragestellungen. Mein Kopf war voller Fragen und ich konnte keine passenden Antworten finden, weil mich alles ins Ungewisse führte. Aber ich fand die wichtigste aller Fragen und die lautete: Wie besiege ich den Krebs? Meine Antwort darauf war: **Ich will leben!** Das setzte sich so tief in meinem Kopf fest, dass ich begann, die Sache in die Hand zu nehmen und positiv zu kämpfen. Meine Gedanken waren, dass das eine Krankheit ist wie jede andere und dass ich sie besiege. Bei mir handelte es sich um Brustkrebs auf der rechten Seite und das auch mit einem aggressiven Teil. Natürlich ist jedem bewusst, was aggressiv heißt, aber auch dann ist Krebs noch heilbar. Für mich ging hier sehr viel im Kopf vor und ich zimmerte mir sozusagen positive Gedanken. Oft versuchte ich auch mit meiner Familie und meinem Lebensgefährten darüber zu reden. Das half mir ein wenig, war aber überhaupt nicht zielführend. Da ist bereits das nächste Erwähnenswerte, ich meine die Partnerschaft. Egal, wie es um die Partnerschaft oder die Ehe bestellt ist, bleibe immer positiv. Ich schwenke hier zum Du über, da mir das Erzählen und Tipps geben so leichter fällt. Ich verwendete es von Anfang an, will es aber erst jetzt erwähnen. Denn jetzt bist du die wichtigste Person und du gehst deinen Weg, ganz gleich, wer mit dir geht. Verstecke dich nicht, genieße dich nicht und stehe zu deiner Krankheit, denn sie ist besiegbare und du gehst danach gestärkt und voller

Selbstbewusstsein deinen Weg weiter. Viele haben den Weg gemeistert und auch du schaffst das ganz sicher mit folgenden Worten: **Ich will leben!**

Das waren jetzt einige Zeilen, damit du dich mit der Situation ein bisschen anfreunden kannst und gestärkt sowie mit großer Willenskraft deinen Weg beginnst. Glaube mir, es klappt und du fühlst dich sicher bald besser. Positiv zu denken, nach vorne zu schauen und dir immer zu sagen „**Ich will leben**“, ist extrem wichtig für die nächste Zeit. Diese Worte werde ich immer wieder wiederholen, denn sie sollen sich bei dir einprägen und dir helfen, deinen Weg zu bestimmen und zu meistern. Halte dir auch immer schöne Bilder vor Augen und genieße jeden Augenblick mit vollkommener Zufriedenheit.

3. Vorstellung und Einleitung

Mein Name ist Sabine Schiel und ich erkrankte 2011 an Brustkrebs. Bewusst nenne ich meinen Namen, denn es ist meine Geschichte und ich will und muss sie erzählen und weitergeben. Im Jahr 1959 wurde ich in Innsbruck geboren. Meine Mutter kam aus Kitzbühel und heiratete nach Niederösterreich. So ergab es der Zufall, dass ich in Tirol zur Welt kam. Jetzt weiß ich auch, warum ich die Berge liebe und mich auch im Gebirge wohlfühle. Seit langer Zeit lebe ich in Wien, in dieser wunderschönen Stadt, die alles bietet. Heute ist das Jahr 2023, ich bin 64 Jahre alt und fand erst jetzt die Zeit und die Kraft über meine Krebserkrankung zu schreiben. So begann alles:

Da stand ich gerade vor meinem zweiundfünfzigsten Geburtstag. Das war ein Schock! Für euch sicher einfach nachzuvollziehen. Bisher war mein Leben relativ einfach verlaufen, ohne allzu große Schwierigkeiten. Meine Kindheit war schön und ruhig. Später wählte ich den Beruf der Volksschullehrerin, der mich voll und ganz ausfüllte. Mit sechsundzwanzig Jahren heiratete ich und ein Jahr später kam mein Sohn zur Welt. Er sollte mein einziges Kind bleiben. Meine Ehe hielt bis zum Jahr 2000, dann kam es zur Scheidung. Im Großen und Ganzen hatten wir uns auseinandergeliebt und einfach zu viele verschiedene Interessen. Mit fünfundvierzig fand ich einen jüngeren Lebensgefährten, mit dem ich einige Jahre verbrachte

und der auch einen Teil der Krankheit mit mir durchlebte. Als es 2011 dann so weit war, ließ ich mir, ohne etwas zu ahnen, noch eine Haarverlängerung beim Friseur machen. Ich wollte einfach in meinem Alter noch toll aussehen. Bald sollte ich bemerken, wie schnell und plötzlich sich Werte verschieben. Jetzt rückten folgende Worte an die erste Stelle: **Ich will leben!** Auch das wirst du schon bemerkt haben, dass sich in deinem Leben jetzt alles verschiebt. Du hast ein besonderes Ziel, nämlich die Krankheit zu besiegen, aber momentan ist eine Frisur oder etwas ganz Besonderes gar nicht mehr so wichtig. Ja, und das ist richtig, denn von nun an brauchst du deine Kräfte zum Kämpfen! Es geht um den Umgang mit Ängsten, Zweifeln und auch Schmerzen körperlicher und seelischer Art. Wichtig hier ist aber, nie die Hoffnung und den Mut zu verlieren in noch so schwierigen Zeiten. Tipps und Ratschläge werden dir helfen, wie du selbst damit umgehst und wie du deiner Umgebung begegnest. Persönliche Dinge zeigen, wie wichtig deine Familie und deine Freunde sind, aber die wichtigste Person bist du alleine. Du willst die Krankheit besiegen und du wirst das schaffen! Du kämpfst gegen die Krebserkrankung und du besiegst sie mit Stärke und Willenskraft und den berühmten, unseren Worten: **Ich will leben!** Schon allein diese Worte verleihen Kraft! Zeige deine Entschlossenheit zu kämpfen!

4. Diagnose beim Röntgenarzt

Wieder einmal war ich nach Weihnachten bei meinem Frauenarzt Dr. Braune bestellt. Dies war noch im Jahr 2010. Wie immer war alles in Ordnung. Meine beiden Brustseiten wurden abgetastet und mein Arzt meinte, dass wieder einmal die Brust zu röntgen sei. Ich machte dafür einen Termin aus und dachte mir nicht viel dabei. Wie erwartet bekam ich relativ bald einen Termin. Eine Woche später war ich beim Röntgen, so wie jedes Jahr. Zuerst wurde die linke Seite mächtig eingeklemmt. Das war aber auszuhalten. Danach kam die rechte Seite dran. Die wurde genauso eingeklemmt und schmerzte sehr. Das war schon einige Male so und daher dachte ich mir auch nichts dabei. Nach der Untersuchung musste ich im Wartezimmer Platz nehmen und wurde dann aufgerufen, dass mein Befund in einer Woche zu holen sei. Ich würde verständigt werden. Das war damals immer so, dass man nicht gleich Bescheid bekam. Heute geht das viel schneller und man kann auf den Befund warten. Nach fünf Tagen wurde ich verständigt, dass das Ergebnis bereit wäre und mein Befund zu holen sei. Wie gewohnt machte ich mich auf den Weg, um den Befund zu holen. Ich sprach bei der Information vor und wurde weitergeleitet. Dort sagte mir eine Assistentin, dass ich Platz nehmen solle, denn der Arzt hätte noch etwas mit mir zu besprechen. Ein unangenehmes Gefühl überkam mich. War da etwas nicht in Ordnung? Was wird das sein? Was wird mir der Arzt sagen?

Diese Fragen stellte ich mir. Ich musste ungefähr eine halbe Stunde warten. Das kam mir wie eine Ewigkeit vor und die Zeit verging nicht. Dann wurde ich endlich aufgerufen. Scheuenhaft nahm ich meine Umgebung wahr. Ich stand etwas wackelig auf und ging in Richtung Tür, die ich öffnen musste, um zum Arzt zu gelangen. Eigentlich ahnte ich schon, was da auf mich zukommen würde, aber ich wollte es mir nicht eingestehen. Immer wieder dachte ich: Vielleicht ist es nur eine Hautwucherung und nichts Böses. Beim Eintreten grüßte ich und der Arzt forderte mich auf, Platz zu nehmen. Es war eine angespannte Situation. Ich begann etwas zu schwitzen, was sonst eigentlich nicht vorkommt. Der Doktor ordnete noch Röntgenbilder und verlangte dann von der Assistentin meinen Akt. Nun hörte ich von ferne seine Stimme. Ich nahm einfach nur auf, was er mir sagte: „Sie sind jetzt schon lange meine Patientin und wir haben schon viele Röntgenaufnahmen für Sie gemacht. Heute habe ich leider keine gute Nachricht für Sie. Die rechte Brustseite, wie Sie am Röntgenbild sehen, ist von drei Tumoren gekennzeichnet. Die können gutartig sein, oder auch nicht. Bei Ihnen sieht man aber keine geraden Linien und keine Abkapselung, sondern alles etwas gezackt, einfach ausgedrückt. Das heißt, dass es sich wahrscheinlich um bösartige Tumore handelt. Ich rate Ihnen, sofort mit dem Frauenarzt in Kontakt zu treten, um weitere Schritte unternehmen zu können. Natürlich weiß ich, dass das für Sie wie ein plötzlicher Schock ist, doch ich sage immer, wie die Situation ist, damit sich die Patienten darauf einstellen können. Ich wünsche Ihnen alles Gute.“ Kreidebleich und wie gelähmt verließ ich

den Raum. Ich weiß heute nicht mehr, ob ich mich noch verabschiedete oder ob ich gleich ging. Wie benommen fuhr ich in Richtung Donauzentrum. Das ist ein großes Einkaufszentrum im 22. Wiener Bezirk. Dort stellte ich den Wagen in der Parkgarage ab und marschierte zum Kaffeehaus. Den ersten Platz, der sich mir bot, nahm ich. Nun konnte ich endlich ruhig sitzen und durchatmen. Was war passiert? Was hatte mir der Arzt gesagt? Was sollte ich tun? Wie sollte ich handeln? Ja, diese Fragen tauchten alle auf. Der Kellner kam und ich bestelle einen Cappuccino. Ich hatte noch niemandem von der Diagnose erzählt. Also ging es jetzt ans Nachdenken, trotz des Schocks, den ich erlitten hatte. Es verging einige Zeit und allmählich beruhigte ich mich wieder und begann nachzudenken. Vieles beschäftigte mich und trotzdem war es schwer, sich zu konzentrieren. Eine gewisse Zerfahrenheit tauchte wieder auf. Ein Unbehagen, vermischt mit Gefühlen des Ungewissen, bestimmte meine Gefühle. Was sollte ich nur tun? Was war passiert? Wie wird es weitergehen? Ich fasste mich wieder und ordnete meine Gedanken. Danach begann ich zu handeln. Es ist enorm wichtig zu handeln, denn das gibt Sicherheit und man merkt selbst, dass man erste Schritte setzt. Meine Gedanken waren: Jetzt beginnt ein Kampf gegen die Krankheit und ich werde siegen!

5. Schock und Verhalten, Informationen

Wen sollte ich informieren und wer könnte mir helfen? Diese Fragen leiteten allmählich ein normales und geordnetes Denken ein. Brustkrebs ist ein Thema, das viele Menschen betrifft. Entweder ist man selbst erkrankt oder man kennt eine daran erkrankte Person. Das kann im Familienkreis oder in der näheren Umgebung sein. Wichtig ist, dass die Erkrankung erkannt und behandelt wird. So möchte ich in diesem Zusammenhang gleich an regelmäßige Frauenarztbesuche und an das in Zusammenhang stehende Röntgen der Brust erinnern. Ein Mammographie-Befund ist immer wichtig. Nun nahm ich mein Handy und verständigte einen engen Familienangehörigen. Er ist auch Arzt und kennt doch einige Leute. Als ich ihm die Lage schilderte, war ich über sein Verhalten etwas erstaunt, oder war ich schon empfindlicher geworden? Er meinte, seine Frau sei gerade auch bei so einer Untersuchung und morgen beim Röntgen und er hoffe, dass ihre Knoten gutartig seien. Also, es bot sich momentan keine Hilfe. Nochmals erklärte ich ihm meine Lage und ersuchte ihn, für mich einen Termin in Krems oder in St. Pölten zu vereinbaren. Ja, und in Wien würde ich es über den Frauenarzt und über den Hausarzt versuchen. Nicht ganz zufrieden beendete ich das Gespräch.

Danach telefonierte ich noch mit meiner Mutter, meinem Sohn und meinem Lebensgefährten. Überall gab es nur beruhigende Ratschläge. Mir wurde klar, ich musste mir selbst helfen und einen Weg aus dieser misslichen Lage finden. Daher begann ich mit ganz unwichtigen Dingen.

Zuerst rief ich den Friseur an und machte einen Termin aus. Er sollte mir die Haarverlängerung entfernen. Die brauchte ich jetzt wirklich nicht. Der Termin war für die nächste Woche angesetzt. Also setzte ich mich erstmals damit auseinander, dass ich bei einer Chemotherapie auch die Haare verlieren würde. Ich dachte: Na, was macht das schon aus? Es gibt ja Perücken und ich will leben. Somit bereitete mir dieses Thema keine Probleme mehr. Wichtig war, darüber auch sprechen zu können. Es kann ja jeder wissen – und an Krebs erkrankt zu sein, ist kein Geheimnis, denn über alle anderen Dinge wird ja auch gesprochen. Im Gegenteil, ich dachte an Geschäfte, die schöne Perücken verkaufen. Ja, und die Friseurkosten sind dann ja auch gespart. Nachher machte ich beim Frauenarzt und beim Hausarzt einen Termin für ein Gespräch aus. Diese beiden Termine sollten in den nächsten Tagen stattfinden.

Danach war ich etwas erleichtert. Ich zahlte den Cappuccino und schlenderte noch ein bisschen durch das Donauzentrum. Meine Gedanken kreisten wie wild umher. Hatten die Leute, die im Kaffeehaus in meiner Nähe saßen, etwas von meinen Gesprächen mitbekommen? Na, es ist egal, und wenn schon, dachte ich. Die sollen froh sein, dass sie gesund sind. So meinte

ich das, und gleichzeitig setzte sich in mir der Gedanke fest: **Ich will leben!** Diese Worte begleiteten mich von nun an jeden Tag. Ich kaufte mir noch einige Kleinigkeiten, die Freude machen. Es war eine neue Gesichtscreme und eine schicke Geldbörse. Danach ging ich zum Auto und fuhr nach Hause. Zu dieser Zeit lebte ich mit meinem Lebensgefährten im 22. Bezirk in einem Reihenhaus. Abends sprachen wir noch einige Zeit über die derzeitige Situation. Später beschäftigte ich mich mit anderen Dingen und der Abend verlief wie immer. Innerlich verfolgte mich nur immer die Frage: Kapiert die denn nicht, was los ist? Doch von solchen Gedanken muss man sich befreien. Fort damit war die Devise, und anderwärtig zu denken und sich zu beschäftigen, sollte zählen. Heute denke ich, das Wichtigste ist, das eigene ICH mit allen Stärken und Schwächen zu erkennen und einfach die Person und Frau zu bleiben, die man ist. So erlangt man Zufriedenheit, Stärke und die Sicherheit, alles zu meistern.

6. Denken in dieser fatalen Situation

Am nächsten Tag ging ich wie gewohnt meiner Arbeit als Volksschullehrerin nach und informierte die Direktorin, dass ich Brustkrebs habe und behandelt werden muss. Für die Kolleginnen war das ein Schock. Ich sah es ihnen förmlich im Gesicht an. Jede dachte sicher: Das kann mich auch treffen. Einige meinten, dass sie auch schleunigst zu einem Frauenarzt gehen und ein Bruströntgen machen sollten. Das tangierte mich in dieser Situation wenig, denn krank war ja ich. Wie gewohnt verliefen der Schultag und die nächsten Tage. Immer wieder begleiteten mich die Gedanken: **Ich will leben!** Es ist schon eigenartig, dass man in einer solchen Situation die Dinge des Lebens anders sieht. Plötzlich war ich unendlich dankbar für alle schönen Dinge, die ich bis jetzt erleben durfte. Mein ganzes Leben zog so in Einzelschritten an mir vorbei und ich wollte keine Minute davon missen. Alle meine Tätigkeiten erledigte ich wie in Trance, es ging alles von alleine. So als wäre ich nicht ich selbst. Ich erwachte erst wieder aus diesem Zustand, als ich Frauenarzt Dr. Braune gegenüber saß. Er erklärte mir, was auf dem Röntgenbild genau zu sehen ist. Danach machte er mich auf die Behandlungsmöglichkeiten aufmerksam und meinte so nebenbei, was, wie ich erst später erkannte, sehr gut war, dass ich positiv denken solle und mich für eine Möglichkeit und ein Spital entscheiden solle. Wie immer musste ich alles ganz genau wissen und stellte ihm die Frage, wie er handeln würde,