

Andy Murcia/Bob Stewart

i ..
IN'

' COL

Brustkrebs: In der Partnerschaft die Angst überwinden

Aus dem Amerikanischen übersetzt
und bearbeitet von Jürgen P. Krause



Rowohlt

Inhalt

Vorwort	11
Einleitung	15
1 Man ist nie darauf vorbereitet	18
2 Die Entdeckung	34
3 Die Angst hat viele Gesichter	43
Vermeiden Sie Zahlenspielereien	44
Und wenn sie sterben sollte ?	49
4 Der Lebensplan	58
1. Schritt: Ziehen Sie einen zweiten Arzt zu Rate	60
2. Schritt: Beteiligung ist alles	69
3. Schritt: Informieren Sie sich über die Krankheit	72
4. Schritt: Denken Sie an die Bedürfnisse der anderen Familienmitglieder	79
Nehmen Sie sich Zeit zum Nachdenken	84
5 Neinsager-nein danke!	86
6 Der physische Kampf	95
Wie läßt sich Krebs definieren ?	96
Die Krebstherapie	98
- <i>Die Operation</i>	98
— <i>Die Strahlentherapie</i>	99

- * — *Die Chemotherapie* 102
- *Verschiedene Behandlungsmöglichkeiten* 103
- * Die Nebenwirkungen und wie man mit ihnen fertig wird 106
- ' - *Haarausfall* 106
- *Übelkeit und Brechreiz* 108
- *Abnahme der weißen Blutkörperchen* 120
- Jetzt heißt es mit anpacken 125
- Gibt es andere Behandlungsmöglichkeiten ? 127

7 Prothese oder Wiederaufbau der Brust 129

- Und wie steht es mit einem Wiederaufbau der Brust ? 131
- Rückkehr in die « normale Welt » 134

8 Der emotionale Kampf 137

- Versetzen Sie sich in ihre Lage 137
- Die große « Enthüllung » 142
- Wie Sie Ihrer Frau nach der Operation helfen können 147
- Seien Sie zu Veränderungen bereit 154
- Fangen Sie an, für die Zukunft zu planen 158
- Wie Sie die Depression bekämpfen können 161
- Wie Sie den Streß verringern können 167

9 Körperliche Bewegung und Ernährung 176

- / Körperliche Bewegung 176
- Ernährung 181

10 Unterstützung von außen 194

11 Ein Leben ohne Brüste 199

12 Von Mann zu Mann 210

13 Werden Sie zum Gebenden 225

Epilog 220

Anhang: 222

Von Frau zu Frau:

Ann und Martha beantworten häufig gestellte Fragen 222

Glossar 253

Ausgewählte Literatur 258

Nützliche Adressen 259