



## Modellprojekt „gemeinsam gesund werden“

### Eine innovative Rehabilitationsmaßnahme für an Brustkrebs erkrankte Mütter und ihre Kinder

Die BKK der Deutschen Bank unterstützt aktiv das Modellprojekt der Rexrodt von Fircks Stiftung in der Klinik Ostseedeich in Grömitz. Dieses Projekt richtet sich an Mütter kleiner Kinder, die erstmals an Brustkrebs erkrankt sind. Es sieht vor, dass die Frauen direkt nach ihrer akuten Krebstherapie gemeinsam mit ihrem Nachwuchs eine Rehabilitationsbehandlung anschließen.

Lesen Sie hierzu auch das Interview mit Frau Annette Rexrodt von Fircks, Initiatorin des Projekts und Schirmherrin der gleichnamigen Stiftung auf Seite 14.



Ein interdisziplinäres Team von Internisten, Gynäkern, Psychoonkologen, Physiotherapeuten, Sportmedizinern, Ernährungsexperten, Sozialpädagogen, Erziehern und Kinder- und Jugend-Psychotherapeuten berät und betreut Mutter und Kind während des Aufenthaltes in der Klinik Ostsee-Deich. Jährlich können 450 Mütter gemeinsam mit ihren Kindern an dieser Maßnahme teilnehmen. Entgegen der Behandlungskonzepte „herkömmlicher“ Rehabilitationsmaßnahmen werden hier zum ersten Mal Kinder der an Brustkrebs erkrankten Frauen in die Behandlung mit einbezogen. Sowohl Mutter als auch Kind bekommen während der Bewältigung der Krebserkrankung Hilfe von einem interdisziplinären Therapeutenteam.

#### Gesprächsrunde „nur für die Väter“

Am letzten Wochenende eines Durchgangs können die angereisten Partner an einer Gesprächsrunde teilnehmen, die von einer Psychologin angeleitet wird. Hier ist Raum für das Erleben der Männer, deren eigene Bedürfnisse und Emotionen im Krankheitsverlauf der Partnerinnen häufig hinter denen der restlichen Familie zurückstehen müssen.

#### Erste sichtbare Erfolge

„Gemeinsam gesund werden“ wird von der Arbeitsgruppe Therapieevaluation der Philipps-Universität Marburg unter der Leitung

von Prof. Dr. Fritz Mattejat wissenschaftlich begleitet. Dadurch sollen innerhalb der 5 Jahre Projektlaufzeit Nachweise über die Effektivität des Programms gesammelt werden, damit diese spezielle onkologische Mutter-Kind-Rehabilitation künftig in die Standardversorgung übernommen werden kann.

Die ersten Zwischenergebnisse der Begleitstudie zum Modellprojekt zeigen bereits den großen Erfolg dieses einzigartigen Behandlungskonzepts. So finden sich beim Abschluss der jeweiligen Maßnahme insgesamt hervorragende Zufriedenheitswerte. 95 % der Mütter, 91 % der Kinder und 98 % der Väter geben gute und sehr gute Benotungen ab.

#### Weitere Informationen

Patientinnen und Interessierte können sich bei der BKK der Deutschen Bank oder beim Mutter-Kind-Hilfswerk in der Klinik Ostsee-Deich unter der Rufnummer 0 45 62/25 34 05 zum Projekt und zu einer Teilnahme individuell beraten lassen und Informationsmaterial und Antragsformulare anfordern. Alternativ finden Sie detaillierte Informationen über das Projekt auch unter: [www.rvfs.de](http://www.rvfs.de) oder [www.gemeinsam-gesund-werden.de](http://www.gemeinsam-gesund-werden.de).

# Unser Interview

mit Annette Rexrodt von Fircks



**gesundheitplus:** Frau Rexrodt von Fircks, als Mutter von drei Kindern erkrankten Sie im jungen Alter von 35 Jahren an Brustkrebs. Vielen anderen betroffenen Frauen machen Sie Mut und Hoffnung durch Ihre Bücher, Vorträge und TV-Auftritte bei Johannes B. Kerner und Günther Jauch. Sie haben eine eigene Stiftung gegründet. Was verbirgt sich hinter der „Rexrodt von Fircks Stiftung“?

**Annette Rexrodt v. Fircks:** Aus meinen eigenen Erlebnissen und den Erfahrungen vieler junger Mütter und zahlreicher Kinder entstand der Gedanke, eine Stiftung ins Leben zu rufen, die Mutter und Kind gemeinsam helfen soll, mit der Krebserkrankung umzugehen. Im August 2005 gründete ich die Rexrodt von Fircks Stiftung; ihr erstes Projekt „gemeinsam gesund werden“ startete am 25. Oktober 2006 in der Klinik Ostsee-Deich in Grömitz.

**gesundheitplus:** Wie sieht diese Hilfe für Mutter und Kind praktisch aus?

**Annette Rexrodt v. Fircks:** An Brustkrebs erkrankte Mütter haben nun die Möglichkeit, mit ihren Kindern an einer Rehabilitationsmaßnahme teilzunehmen und gemeinsam Kraft zu schöpfen und zu genesen.

**gesundheitplus:** Aber gibt es dieses Konzept nicht schon länger, dass Kinder ihre Mütter begleiten und während der Maßnahmen betreut werden?

**Annette Rexrodt v. Fircks:** Ja, richtig. Doch „gemeinsam gesund werden“ geht weit darüber hinaus. Bisherige Behandlungskonzepte

richteten sich in erster Linie nur an die Mütter. Die Kinder waren – wenn überhaupt – nur als Begleitkinder Teil der Maßnahme und wurden nicht mitbehandelt. Bei „gemeinsam gesund werden“ sind die Kinder nicht nur Begleitkinder, sondern werden aktiv in das Behandlungskonzept mit einbezogen. Sowohl Mutter als auch Kind bekommen in der Bewältigung der Krebserkrankung Hilfe von einem interdisziplinären Therapeutenteam. In einem „geschützten Raum“ werden sie mit einem innovativen Behandlungsprogramm auf ihre Rückkehr in den Alltag vorbereitet. Zusätzlich zu den physiotherapeutischen Anwendungen wird die Mutter von Psychologen für die Ängste und Sorgen ihrer Kinder sensibilisiert und erhält Unterstützung in ihrer Mutterrolle. Das Kind lernt, dass es nicht allein mit einer Mutter ist, die an Brustkrebs erkrankt ist. Es kann Fragen stellen und Ängste äußern sowie eine Bewältigungsstrategie entwickeln. Das ist einzigartig in Deutschland und geht weit über die Inhalte einer normalen Rehabilitationsmaßnahme hinaus.

**gesundheitplus:** Wie lange dauert die Behandlung und wann kann sie begonnen werden?

**Annette Rexrodt v. Fircks:** Die Behandlung beginnt in der Regel im Anschluss an die Ersttherapie der Mutter. Die Rehabilitationsmaßnahme dauert drei Wochen. Aber die Betreuung geht über den Aufenthalt hinaus. Die Kinder können sich beispielsweise per E-Mail oder Telefon an ihren vertrauten Ansprechpartner wenden. Außerdem ist ein E-Mail-Kummer- und Fragekasten eingerichtet, der von Psychologen betreut wird.

## INFO

### Zur Person

Die Diplombdolmetscherin und -übersetzerin Annette Rexrodt von Fircks wurde 1961 in Essen geboren. Die Mutter von drei Kindern erhielt im Alter von 35 Jahren die Diagnose Brustkrebs im fortgeschrittenen Stadium. Aus medizinischer Sicht hatte sie nur noch kurze Zeit zu leben. Heute, elf Jahre nach der Diagnose, geht es ihr gut. Über ihre Krankheit und das Leben danach hat sie mehrere Bücher geschrieben und Broschüren als erste „Wegweiser zur Genesung“ verfasst. Im Jahr 2005 gründete sie die Rexrodt von Fircks Stiftung und entwickelte das Projekt „gemeinsam gesund werden“. 2006 wurde sie für ihr soziales Engagement zur Frau des Jahres ernannt. Jüngst ist ihr neues Buch erschienen.

### Das neue Buch von Annette Rexrodt v. Fircks, „Dem Krebs davonleben“, ist am 1. September 2009 erschienen.

In diesem Buch beschreibt die Autorin eindrucksvoll, wie sie sich nach der Therapie ein neues Fundament für Lebensfreude und Gesundheit geschaffen hat. Die kontinuierliche Stärkung des Immunsystems, Entspannungsübungen und die richtige Dosierung sportlicher Aktivitäten sind nur einige der Maßnahmen, mit denen sie die Krankheit dauerhaft aus ihrem Leben fernhält. Durch viele Beiträge ausgewiesener Experten zu Themen wie Komplementärmedizin und Ernährung ist dieser persönliche Erfahrungsbericht auch ein fundierter Ratgeber – für alle, die wissen wollen, wie man dem Krebs davonlebt. Ein Buch, das Hoffnung macht! ISBN Nr. 3548372678; Verlag: Ullstein Buchverlag GmbH