Diagnose Lungentumor: Wie geht es weiter?

13 Jahre Erleben, Überleben und geschenktes Wissen

Michael Löhr

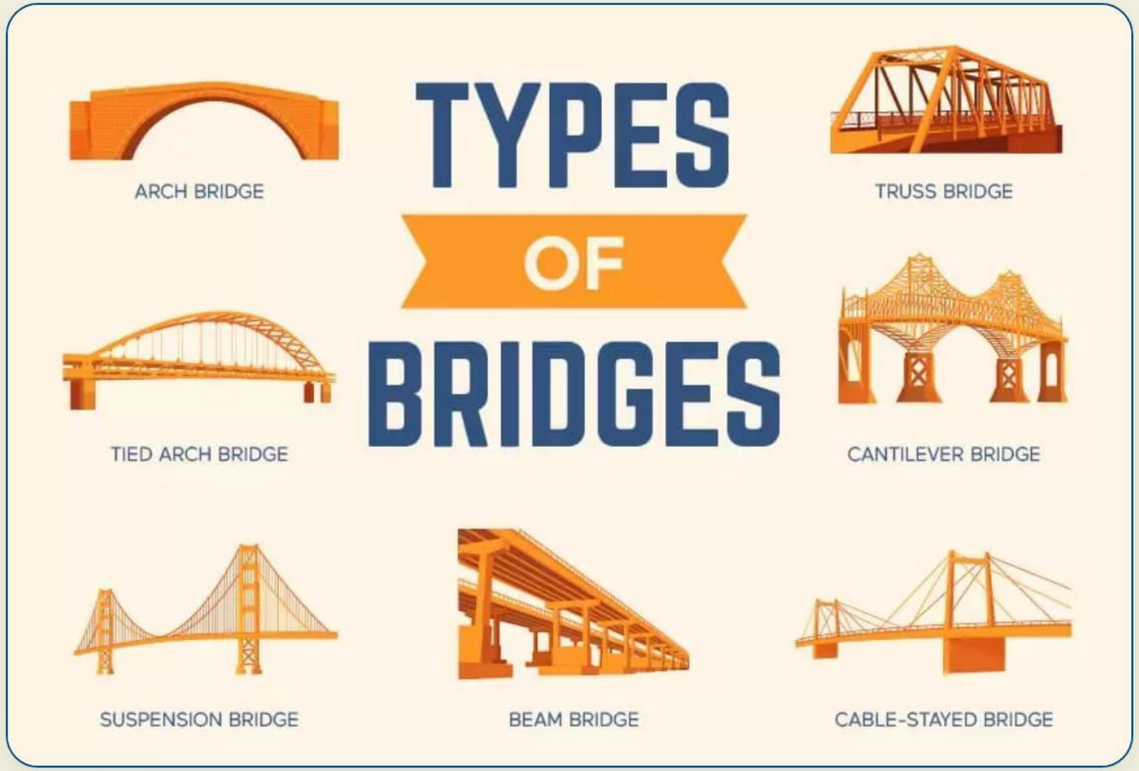
Diese Präsentation wurde KI-unterstützt erstellt, basiert aber vollständig auf meinen Emotionen und Erlebtem. Die Grundbasis stammt von mir.

Wissen als Brücke

Erfahrene Patienten

Hätte ich 2013 das gewusst, was ich heute nach 13 Jahren weiß, hätte ich völlig anders gehandelt.

Ich möchte, dass weitere Betroffene die Abkürzung nehmen können, die mir damals fehlte.



Gefahr des Irrgartens

Das System

Ohne Führung gleicht das Gesundheitssystem oft einem dunklen Irrgarten aus Terminen und Diagnosen.

Die Begleitung

Erfahrungswissen ist das Licht, das die Dunkelheit der Ungewissheit erhellt und Sicherheit gibt.

Begriffe bestimmen die Kraft

Lungentumor

Konsequent genutzt. Ein Tumor war für mich greifbar, lokalisierbar und bearbeitbar. Es gab mir Kontrolle.

Krebs

Fühlte sich klein, gemein und hinterhältig an. Dieses Wort wollte ich nicht als meine Identität annehmen.

„Kein Tumor ist wie der andere. Mein Weg zeigt Möglichkeiten auf, ist aber kein starres Gesetz für jeden.“

Teil I

Der Blitzschlag

20. Juni 2013: Der Schock

Zufallsfund: Eigentlich suchte ich das **Brüderkrankenhaus Koblenz** wegen orthopädischer Schmerzen auf.

Bestätigung: Die medizinische Diagnose Lungentumor erfolgte dann im **Marienhof Koblenz**.

In Sekunden änderte sich mein Leben.

Diagnostischer Marathon

- CT, MRT, PET-CT und Knochenscans.
- Bronchoskopien zur letzten Absicherung.
- Die psychische Last jeder einzelnen Untersuchungsschleife.

VAMLA: Der erste Schnitt

Operative Abklärung

Die Lymphknoten-OP (VAMLA) war der erste massive Eingriff. Er markierte den Beginn einer Reise durch unzählige Belastungen und Narkosen.

Narkosen hinterlassen Spuren. Nicht nur körperlich, sondern auch kognitiv.

Aug & Sept 2013: Therapie

Toxische Phase

Parallele Chemotherapie und Bestrahlung. Ein unbarmherziger Kampf gegen die Zellen und für das nackte Überleben.

Meine Flucht: Mentales Abschalten und Ablenkung.

November 2013: Thorax-OP

Die große Operation zur Entfernung des Tumors. Ein Team leistete medizinische Präzisionsarbeit am Brustkorb.

Biologischer Sieg

98% tumorfrei bei Entlassung

Erlösung für die Zellen

98% Tumorfrei

Die Nachricht bei Entlassung war ein Triumph der Medizin. Doch die Seele war zu diesem Zeitpunkt noch nicht einmal gestartet.

Entlassungstag: Die Realität

300 Meter = 10 Minuten

Für die **letzten 300 m zu Fuß mit meinem Sohn** habe ich 10 Minuten gebraucht. Massive Schmerzen lähmten mich.

Die Angst vor jedem falschen Schritt ließ mich innerlich erstarren.

Das vegetative System

Chronisches Schwitzen

Folge der Nervenschäden durch VAMLA, OP und Bestrahlung. Extreme Ausbrüche bestimmen den Alltag.

Dauerhafte Irritation

Die Biologie vergisst die Eingriffe nicht. Ein lebenslanger Prozess der körperlichen Anpassung.

Biologie vergisst nicht

Nervensystem abstrakt

Traumatisches Gedächtnis

Auch Jahre nach dem biologischen Sieg sendet der Körper Signale der traumatischen Erfahrung.

Teil II

Die Transformation

Kognitive Veränderungen

Konzentration

Gedankengänge reißen schneller ab. Die Fokussierung braucht enorme mentale Kraft.

Wortfindung

Das richtige Wort liegt bereit, aber der Zugriff fehlt. Eine Barriere im Dialog.

Maske & Echtes Ich

Mein Humor

Überwiegend ist mein Humor mein **echtes Ich**. Es gehört zu mir und gibt mir Kraft.

Die Maske

Während der Therapie war die Maske oft als Schutzwall da. Witzig nach außen, in der Stille flossen die Tränen.

Wenn die Angst einschießt

Panikattacken im Beruf und im Privatleben sind heute Teil meines Alltags geworden.

Die Seele verarbeitet das Trauma auf ihre eigene Weise.

Heutige Wachsamkeit

Unbekannter Schmerz

Die Angst kehrt sofort zurück bei jedem unbekannten, nicht zu deutenden Schmerz. Auch die Tränen kommen gelegentlich noch.

Teil III

Versagen des Systems

AHB 2014: Isolation

Isoliert unter COPD-Patienten. Keine onkologischen Gleichgesinnten zum Austausch. Das seelische Vakuum vergrößerte sich.

Diagnose Depression

Reha 2015

Wieder kein onkologischer Fokus. Die medizinische Heilung wurde gefeiert, die Vereinsamung ignoriert.

Ende 2016

Endgültige Diagnose von Depression und Panikattacken. Die Spätquittung der jahrelangen Isolation.

Teil IV

Forderung nach Wandel

Psychoonkologie ab Tag Eins

- Integration ab dem allerersten Gespräch.
- Präsenz auch bei weiteren Arztgesprächen.
- Kontinuierliche Begleitung statt Alibi-Besuch.

Ehrlichkeit schützt Kinder

„Eure Kinder spüren sowieso alles."

Wahrheit gibt Sicherheit – das Schweigen schafft nur unerträgliche, unkontrollierbare Angst.

Der Blick des Partners

Die Verwandlung begreifen

Der Partner sieht die gleiche Hülle, aber nicht das Innere. Er sollte professionellen Rat bei Therapeuten suchen, um das „neue Ich“ zu verstehen.

Teil V

Die Selbsthilfe

Juli 2018: Die Mission

Fortführung

Meine Vorgängerin hörte abrupt auf. Mir war es eine Herzensangelegenheit, dass die Gruppe weiterbesteht.

Ich übernehme – jedoch mit meinen eigenen, neuen Ansätzen.

Was kommt danach?

Ein Leben, das anders ist als das Leben davor – weder vorhersehbar, absehbar noch planbar.

Zusammen sind wir stärker.

michael-loehr.de

Image Sources

https://acropolis-wp-content-uploads.s3.us-west-1.amazonaws.com/Types-of-Bridges.webp

Source: www.bigrentz.com

https://static.vecteezy.com/system/resources/previews/070/721/803/large_2x/modern-hospital-hallway-with-doctors-and-blank-billboard-for-advertising-mockup-healthcare-professionals-walking-clinic-interior-photo.jpeg

Source: www.vecteezy.com

https://youholistic.com/wp-content/uploads/2025/04/Close-up-of-a-colorful-IV-drip-bag-connected-to-a-6aced8c2-9420-4153-bc60-7cf65c4ebaf9-768x768.png

Source: youholistic.com

https://static.vecteezy.com/system/resources/thumbnails/057/547/861/small/in-a-scene-of-professional-medical-care-a-compassionate-doctor-engages-with-a-patient-during-a-consultation-the-physician-attentively-listens-nodding-and-smiling-to-acknowledge-the-patient-s-photo.jpeg

Source: www.vecteezy.com

https://media.istockphoto.com/id/687099918/photo/railroad-and-beautiful-sky-at-sunset-industrial-landscape-with-railway-station-colorful-blue.jpg?s=612x612&w=0&k=20&c=Z4KiTQxBcBwYPhHWP-7UDelH3aJQV0pKABnbxLDd8gc=

Source: www.istockphoto.com

https://i.ytimg.com/vi/ScSh9gxOrA0/hq720.jpg?sqp=-oaymwEhCK4FEIIDSFryq4qpAxMIARUAAAAAGAEIAADIQj0AgKJD&rs=AOn4CLDw2p5QLPx4ZRq_5Y83O31r2Z1ALQ

Source: www.youtube.com

Image Sources

https://static.vecteezy.com/system/resources/previews/066/851/011/non_2x/a-touching-silhouette-of-a-father-and-daughter-holding-hands-at-sunset-vector.jpg

Source: www.vecteezy.com

---

https://media.istockphoto.com/id/1493413686/photo/group-of-people-sitting-in-circle-talking-during-group-therapy.jpg?s=612x612&w=0&k=20&c=mnwUI7FqRta4EhtAA-0UvMIrI_K-K_b-JXnfFeRzUaE=

Source: www.istockphoto.com

Kontakt

Michael Löhr

Tel.: 0172 6267983
E-Mail: koblenz@selbsthilfe-lungenkrebs.de