

«Vor anderen Besuchern hatte ich regelrecht Angst»

Eine Sprache lernen, um das Gehirn zu trainieren, auf dem Spitalgang zehn Minuten auf und ab gehen – so sieht der Alltag auf der Onkologie-Station aus.

Oliver Linow*

Rund 50 Meter lang ist der Gang auf der Station H West im Universitäts-Spital Zürich. Seit Wochen bietet er die einzige Möglichkeit, mich zu bewegen. Durch die Chemotherapie ist mein Immunsystem so geschwächt, dass ich immer auf dem gleichen Stock bleiben muss.

Die einzige Alternative ist die Dachterrasse. Sie bietet zwar einen wunderbaren Blick über Zürich, im Sommer ist es aber oft zu heiss. Auf dem Gang versuche ich, möglichst jeden Tag ein paar Längen zu gehen. Zwischen zehn Minuten und einer



Oliver Linow. F: ajm

halben Stunde schaffe ich – je nachdem, wie fit ich bin. Trotzdem bietet das Gehen ein wenig Abwechslung vom eintönigen Spitalalltag.

Dem Tag Struktur geben

Jeder Tag beginnt gleich: Zwischen halb acht und acht misst eine Pflegerin Temperatur, Blutdruck, Puls und Sauerstoffsättigung. Ausserdem nimmt sie Blut ab, damit die Werte überprüft werden können. Nach dem Frühstück habe ich in den letzten Wochen versucht, meinem Vormittag eine Struktur zu geben. Zuerst Zähne

putzen und den Mund mit Salz spülen. Das hilft, die Mundschleimhaut zu schützen, die durch die Chemotherapie sehr empfindlich ist.

Nach einer kurzen Dusche lerne ich meist Spanisch. Eigentlich hatte ich das schon lange vor. Hier im Spital habe ich nun die Zeit dafür, ausserdem kann ich so mein Gehirn trainieren. Jeden Vormittag gleich zu gestalten, nervt zum Teil. Oft ist es verlockend, nach dem Frühstück einfach zurück ins Bett zu kriechen und irgendwelche Videos zu schauen. Durch den geordneten Ablauf vergeht der Vormittag aber meist relativ zügig und ich fühle mich viel besser.

Angst vor Besuchern

Der Nachmittag ist um einiges abwechslungsreicher. Zwischen 13 und 20 Uhr sind Besuche erlaubt. Meine Mutter kommt jeden Tag vorbei, mein Bruder so oft wie möglich. Vor anderen Besuchern hatte ich wegen

meines schlechten Immunsystems eine Zeit lang regelrecht Angst. Auf keinen Fall wollte ich mich mit irgendwelchen Keimen anstecken. Ein Arzt hat mir aber erklärt, dass die grösste Infektionsgefahr von mir selber ausgeht. «Jeder Mensch hat auf und in seinem Körper rund einhalb Kilogramm Bakterien», sagte er. Solange ein Besucher gesund ist, birgt er keine grosse Gefahr. Auch wenn ich die Kollegen, die vorbeikommen, oft beneide – sie können nach einer Stunde das Spital wieder verlassen und in ihr normales Leben zurückkehren –, sind verschiedene Besucher sehr hilfreich, um die Zeit angenehmer zu gestalten.

Bereits kurz vor 18 Uhr kommt das Abendessen. Das bedeutete zunächst eine riesige Umstellung für mich. Früher kam ich immer sehr spät vom Training nach Hause und ass meist erst gegen zehn Uhr. Mittlerweile habe ich mich aber daran

gewöhnt und meist meldet sich mein Magen bereits um 17 Uhr.

*Oliver Linow

Oliver Linow (20) ist Redaktor beim Lokalinfo-Titel «Küsnachter» und studiert Journalismus an der Schweizer Journalisten-Schule MAZ in Luzern.

Im Juni 2017 erhielt er die Diagnose Leukämie. An dieser Stelle berichtet er in unregelmässigen Abständen vom Kampf gegen die Krebserkrankung, dem Alltag auf der Onkologie-Station und dem beschwerlichen Weg zu einer hoffentlich baldigen Genesung. Aktuell muss sich Oliver Linow einer Chemotherapie unterziehen. Danach soll eine Stammzelltransplantation die Leukämie heilen. (aj.)

Jakob Passweg: «Der Spender entscheidet, was er spenden will»

Was bedeutet eine Stammzellspende für den Körper des Spenders? Wieso ist es so schwierig, einen passenden Spender zu finden? Jakob Passweg, Chefarzt Hämatologie am Uni-Spital Basel, gibt Auskunft.

Interview: Annina Just*

Jakob Passweg, in wie vielen Prozent von Stammzelltransplantationen bei Leukämie-Patienten führt dies tatsächlich zur Heilung?

Jakob Passweg: Die allogene Stammzelltransplantation, also die Übertragung von Blutstammzellen von einem Spender auf einen Empfänger, ist eine potente Immuntherapie, da das neue Immunsystem des Spenders die Leukämie bekämpft. Diese Therapie hat relativ geringe Rückfallraten, ist dafür aber toxischer und führt bei 60 bis 70 Prozent der Patienten zu einer Heilung der Leukämie.

In welchen Fällen braucht ein Leukämie-Patient eine Stammzelltransplantation? Leukämien sind unterschiedlich aggressiv, es gibt weniger aggressive Formen mit einer relativ guten Chance, mit Chemotherapie alleine geheilt zu werden, andere Formen sind aggressiver und haben trotz optimaler Chemotherapie eine hohe Rückfallquote. Die Stammzelltransplantation wird bei diesen aggressiveren For-



Prof. Dr. Jakob Passweg, Chefarzt Hämatologie Basel. F: zvg

men eingesetzt, gleich wenn nach Chemotherapie ein Ansprechen erreicht worden ist. Bei weniger aggressiven Leukämieformen wird versucht, nur mit Chemotherapie zu behandeln, und die allogene Stammzelltransplantation wird bei einem Rückfall eingesetzt.

Kann man so ungefähr sagen, wie lange ein Patient auf eine Transplantation warten kann?

Genau kann man das nicht sagen. Wenn mit der Chemotherapie ein Ansprechen erzielt worden ist, gibt es zwei Wege, entweder warten und schauen, ob die Leukämie bereits mit Chemotherapie geheilt worden ist, oder gleich die Stammzelltransplantation anschliessen. Diese Chemotherapie dauert 8 bis 12 Wochen. Die Spendersuche sollte früh eingeleitet werden, dann ist man nach Abschluss der Chemotherapie parat, eine Stammzelltransplantation durchzuführen.

Wieso ist es so schwierig, einen passenden Spender zu finden? Respektive welches Genmaterial muss wie genau übereinstimmen?

Es sind Gewebeidentitätsmerkmale, die zusammenpassen müssen. Diese Merkmale erhalten wir von unseren Eltern, je hälftig von Vater und Mutter. Wir erhalten von jedem Elternteil die Hälfte, entweder die grossmütterliche oder die grossväterliche. Deshalb ist es so, dass die Wahrscheinlichkeit, dass zwei Geschwister zusammenpassen, 25 Prozent beträgt. Wenn keine Geschwister als Spender zur Verfügung stehen, kann in der Spenderbank international nach einem Spender gesucht werden, es stehen über 30 Millionen getestete Spender zur Verfügung.

Was bedeutet eine Stammzelltransplantation für den Spender?

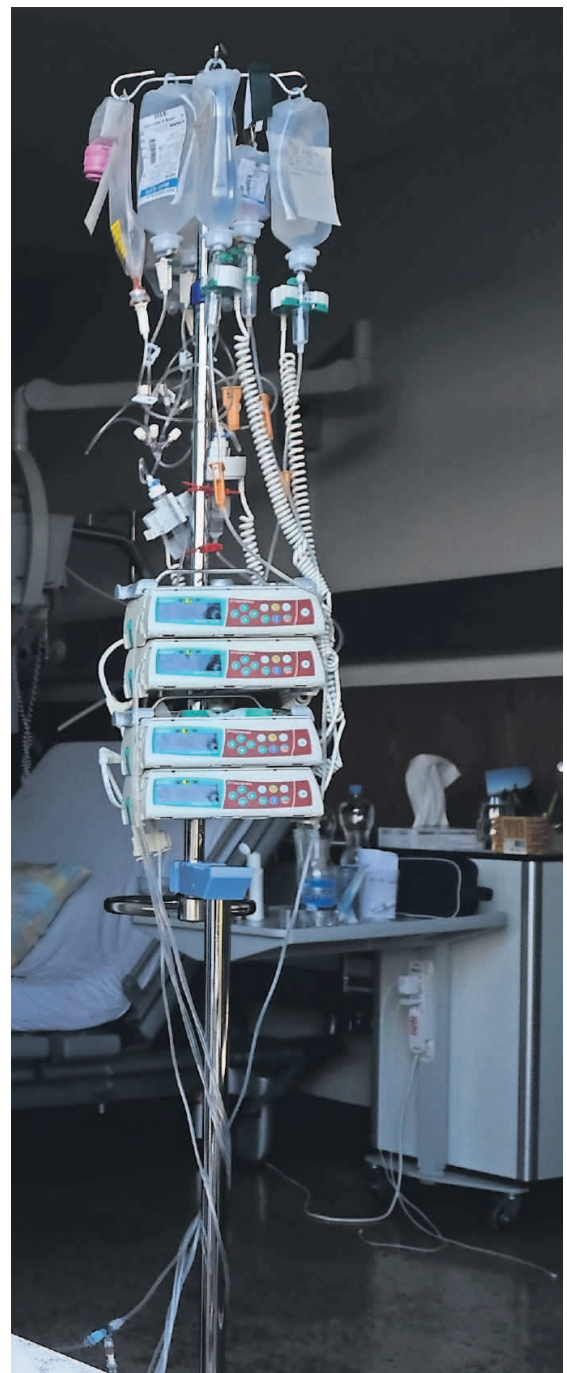
Dem Spender werden Blutstammzellen, die im Knochenmark wohnen, entweder über die Punktion des Knochenmarkes entnommen (Knochenmarkstammzellen), oder sie werden mit Spritzen so stimuliert, dass sie das Knochenmark verlassen und ins Blut in Zirkulation gehen. Dort werden sie dann über ein Verfahren, das Apherese genannt wird, geerntet. Beide Verfahren sind bis zu einem gewissen Grad für den Spender belastend. Der Spender muss deshalb sorgfältig aufgeklärt und betreut werden.

Mit welchen Nebenwirkungen und Risiken für den Spender ist eine Transplantation verbunden?

Die Punktion des Knochenmarkes ist schmerzhaft und bedarf deshalb einer Narkose. Meist ist das mit einem eintägigen Spitalaufenthalt verbunden. Die Spritzen für die Mobilisation der Stammzellen haben ein gewisses Nebenwirkungspotenzial, die Apherese benötigt einen halben Tag, kann aber ambulant durchgeführt werden. Die Spender werden sorgfältig aufgeklärt und in der Schweiz auch nachbeobachtet. Die Zumutung, die eine Spende bedeutet, ist vertretbar, wie wir alle wissen, gibt es aber keine medizinischen Tätigkeiten, die ganz ohne Risiko abgehen.

Es gibt ja die periphere Stammzellenspende, bei der die Stammzellen aus dem Blut des Spenders entnommen werden, und die Knochenmarkspende, bei der eine Operation notwendig ist. Wann braucht es Letzteres und wieso?

Die peripheren Stammzellen werden aus dem Blut gewonnen und enthalten mehr Kämpferzellen. Die Knochenmarkstammzellen weniger. Mehr Kämpferzellen heisst auch mehr Abstossungsrisiko, aber etwas bessere antileukämische Wirkung. Bei bösartigen Krankheiten bevorzugen wir Stammzellen aus dem Blut, bei Transplantation für gutartige Krankheiten (z.B. Knochenmarkschwund, eine Krankheit, die keine Krebserkrankung ist) bevorzugen wir Stammzellen aus dem Knochenmark. Am Schluss entscheidet aber immer der Spender nach Aufklärung, was er spenden will und kann.



Leukämie-Patienten erhalten einen hochdosierten Medikamenten-Cocktail per Infusion verabreicht. Foto: Patrick Linow

Stammzellen spenden

Registrieren als Stammzellspender geht ganz leicht: Nach einer Online-Registrierung erhält man ein Couvert mit einem Wattestäbchen-Set nach Hause geschickt. Damit nimmt man zu Hause eine Probe von der Mundschleimhaut ab, schickt sie ein und wird registriert. Falls man als Spender oder Spenderin infrage kommen sollte, wird man zu einem medizinischen Check aufgeboten und absolviert weitere Tests zur genauen Bestimmung des Gen-Materials. Mehr Infos und Registrierung auf www.blutspende.ch/de/blutstammzellspende

*Das Interview wurde schriftlich geführt.