

SELBSTBEWUSST OHNE BRUST



**DREI FRAUEN,
DREI GESCHICHTEN,
EINE ENTSCHEIDUNG:**
*Grit Konrad-Groß, Kerstin
Grotelüschen und Hanna P.
haben sich dazu entschieden,
flach zu bleiben. Im Verein
AMSOB. Ablatio mammae –
Selbstbewusst ohne Brust e. V.
setzen sie sich dafür ein, dass
Brustlosigkeit als dritte Option
anerkannt wird.*

AMSOB. Ablatio mammae – Selbstbewusst ohne Brust e. V. wurde im September 2019 gegründet. „Wir setzen uns dafür ein, dass die Möglichkeit auf einen Wiederaufbau der Brust zu verzichten, genauso offen angesprochen wird, wie die Möglichkeiten der Rekonstruktion mit Silikon oder Eigengewebe“, erklärt Grit Konrad-Groß das Hauptanliegen. Und Hanna P. ergänzt: „Ich bin mir bewusst, dass alle drei Ansätze ihre Vor- und Nachteile haben. Aber ich wünsche mir, dass Ärzte ergebnisoffener beraten.“

**Ansprechpartner
für Frauen, die keinen Aufbau
machen lassen möchten**

Bis es soweit ist, können sich die betroffenen Frauen direkt an den Verein wenden. „Wir beraten per Mail, Telefon, in einer geschlossenen facebook-Gruppe und in Online-Gesprächskreisen“, sagt

Kerstin Grotelüschen. In Zukunft sollen auch lokale Gesprächskreise stattfinden. Für Spätsommer/Herbst ist darüber hinaus ein Wochenende geplant, bei dem Themen wie Sexualität nach Ablatio, Yoga und Körpererleben oder kreative Auseinandersetzung mit dem veränderten Körper über Fotografie auf dem Programm stehen.

Für die Zukunft wünschen sich die drei Frauen, dass ihr noch kleiner Verein eine gehörte Stimme in der Öffentlichkeit wird. „Wir freuen uns, wenn man über uns redet. Denn nur so können die Frauen, die sich überlegen, keinen Aufbau machen zu lassen, uns auch finden“, sagt Kerstin Grotelüschen. Damit sich in Zukunft keine Frau in diesem Entscheidungsprozess alleine fühlen muss. • cd



Kerstin Grotelüschen

Ich wurde 2018 wegen zahlreicher Krebserkrankungen in der Familie auf Genmutationen getestet, die mit Brust- und Eierstockkrebs in Verbindung stehen. Nachdem das Ergebnis – BRCA1-positiv – feststand, wurde ich in ein Hochrisikoprogramm aufgenommen. Durch die vielen Arzttermine fühlte ich mich irgendwann krank, obwohl ich gar nicht krank war. Im Laufe dieser Zeit fiel dann die Entscheidung zu einer vorbeugenden Brustamputation. Ich wollte einfach Sicherheit. Im Februar 2019 wurde ich operiert. Seitdem lebe ich brustlos. Vorher hatte ich mich durch Foren, Bücher und medizinische Fachartikel gearbeitet und gesehen, dass der Aufbau mit Risiken verbunden ist. Zum Zeitpunkt der OP war ich gesund und wollte nicht immer wieder in die Klinik müssen. Außerdem wollte ich so schnell wie möglich wieder mit dem Triathlontraining beginnen und im Alltag nicht eingeschränkt sein. Nicht zuletzt hat mein Frauenbild zu der Entscheidung beigetragen: Ich habe gemerkt, dass ich mein Frau-Sein noch nie über die Brust definiert habe. Dadurch fiel es mir leichter, auf den Aufbau zu verzichten.



Hanna P.

„Wir können Ihnen die Brust rekonstruieren. Sie müssen nicht ohne Brust leben.“ Das war die Aussage der Ärzte, nachdem klar war, es erfolgt die beidseitige Mastektomie. Das Thema Brustrekonstruktion hat mich zu diesem Zeitpunkt überfordert. Ich hatte Ängste. In meiner Familie sind die Frauen, die die BRCA2-Mutation hatten, alle früh erkrankt und verstorben. In meinem Umfeld wollten mich alle damit trösten, dass die Brust wiederhergestellt werden kann. Ich bekam einen Aufbau mit Implantaten. Nach der Operation stellte sich keine Erleichterung ein. Die neue Brust schmerzte, fühlte sich taub und kalt an. Ein Jahr später wurde eine Kapsel fibrose festgestellt. Mir war klargeworden, dass keine Rekonstruktion meine Brust ersetzen kann. Ich entschied mich, die Implantate entfernen zu lassen. Ich wollte keine unnötigen Operationen mehr – nur um eine Brust zu haben. Mittlerweile hatte ich auch Kontakte zu anderen Frauen, denen es ähnlich ergangen war. Das hat mir sehr geholfen. Die Entscheidung war nicht leicht, aber ich bereue sie nicht. Auch die Nachsorge ist unkomplizierter. Von den Ärzten hätte ich mir gewünscht, über die Option flach bleiben zu können, aufgeklärt zu werden.



Grit Konrad-Groß

Im Januar 2016 bekam ich die Diagnose triple-negativer Brustkrebs, mit 39 Jahren. Obwohl Krebs in der Familie bis dahin so gut wie kein Thema war, wurde ein Gentest gemacht. Das Ergebnis: BRCA1-positiv. Damit schied die geplante brusterhaltende OP aus. Bei dem Gedanken an einen Wiederaufbau bekam ich zunehmend Bauchschmerzen. Eigengewebe kam für mich nicht in Frage. Die Ärztin zeigte mir allerlei „Vorher-Nachher-Bilder“ mit Silikonbrüsten. Da kam ich mir vor, wie auf einer Kaffeeahrt, bei der man mir etwas verkaufen wollte, was ich nicht wirklich brauche. Stattdessen beschäftigten mich Fragen wie: „Können diese Fremdkörper ein Teil von mir werden? Will ich mich der Gefahr aussetzen? Bin ich ohne Brüste weniger Frau?“ Trotz meines Unbehagens musste ich eine Entscheidung treffen. Ich fand Fotos, die mir Mut machten. Und in einer BRCA-Gruppe traf ich Becci. Ihre flache Brust zeigte zu bekommen – all das hat mich bestärkt. Meine Brust ist mein Kriegsgebiet. Um es wieder als einen Teil von mir annehmen zu können, habe ich großflächige Tattoos stechen lassen. Somit bin ich wieder ganz ich und völlig okay mit mir.

Kontakt

AMSOB. Ablatio mammae –
Selbstbewusst ohne Brust e. V.

E-Mail: info@amsob.de

Telefon: +49 (0)151 54798374

► [www.instagram.com/
selbstbewusstohnebrust/](https://www.instagram.com/selbstbewusstohnebrust/)

► [www.facebook.com/
SelbstbewusstohneBrust/](https://www.facebook.com/SelbstbewusstohneBrust/)

► www.amsob.de