

Muriel Bekto



Bild: zVg

Im Mai 2022 bekommt Muriel Bekto während eines Urlaubs mit ihrer Mutter ein Telefonat von ihrem Frauenarzt, der ihr mitteilt, dass sie Brustkrebs hat. Kurze Zeit später erhält sie den medizinischen Bericht per E-Mail zugestellt, doch viele der Abkürzungen sind für sie unverständlich. Sie sucht im Internet nach Erklärungen. Was sie findet, erschreckt sie und bereitet ihr schlaflose Nächste. Sie wünscht sich, sie könnte sich mit ihren Fragen an Frauen wenden, die bereits eine ähnliche Erfahrung gemacht haben, wird aber nicht fündig. Heute – nach Mastektomie und Brustwiederaufbau mit Eigengewebe, der sechsmonatigen Chemotherapie und der langen Radiotherapie – hilft sie anderen Frauen, denen dieser Weg noch bevorsteht.

Wissen als Schlüssel, um die richtigen Entscheidungen zu treffen

Selbsthilfe war für die engagierte Businessfrau ein sehr wichtiges Thema, als sie krank wurde: «Ich bin der Meinung, das ist unser Körper und unsere Gesundheit. Deshalb sind wir die ersten, die dafür verantwortlich sind. Die Ärztinnen und Ärzte und alle anderen Akteure des Gesundheitssystems sind da, um uns selbst zu helfen, die richtigen Entscheidungen zu treffen und Zugang zu den richtigen Therapien zu erhalten. Aber schlussendlich müssen wir umsetzen und entscheiden, was wir machen wollen. Wir können unsere Gesundheit positiv beeinflussen, wenn wir wissen, was die Optionen sind und uns im Thema auskennen. Nur so kann man schneller geheilt werden oder mit einer Krankheit mit besserer Lebensqualität leben», ist Muriel Bekto überzeugt. Für sie wäre es deshalb wichtig, dass Ärztinnen und Ärzte einen Kommunikationsleitfaden hätten, um den Patientinnen und Patienten zu helfen, ihre Ängste zu nehmen, denn Panik sei schlecht für die Heilung. Neben dem medizinischen Personal brauche es weitere Kanäle, um Betroffene zu unterstützen. Muriel Bekto erwähnt Patientenorganisationen, digitale Tools und Social Medias, aber auch die Erfahrung von Menschen wie Krebsinfluencern oder Peers, die eine solche Erfahrung bereits gemacht

hätten, sei es als selber Betroffene oder als Angehörige, denn auch Letzteren gelte es zu helfen. Allerdings sei es wichtig, die richtigen Informationen zur richtigen Zeit zur Verfügung zu haben, denn eine Informationsüberflutung sei nicht zielführend. Sie ist der Überzeugung, dass hierfür die sogenannte Künstliche Intelligenz (KI) Lösungen bieten kann für personalisierte Informationsangebote.

Als Peer für andere Betroffene da

Aus eigener Erfahrung weiss Muriel Bekto, dass nicht nur während der Therapien, sondern auch danach immer wieder Fragen auftauchen. Sie nennt als Beispiel Cancer-Fatigue. Aber Informationen zu den Themen Ernährung, Erholung, Bewegung und Wiedereinstieg in die Arbeit seien ebenso wichtig. Sie selbst will ihre Erfahrungen nun weitergeben und engagiert sich deshalb unter anderem als sogenannte Peer über die [Peerplattform der Krebsliga Schweiz](#). Mittlerweile haben sich so zwei Personen bei ihr gemeldet, die sie punktuell begleitet hat. Weil ihr Netzwerk ebenfalls weiss, dass sie als Peer tätig ist, erhält sie weiterhin immer wieder Anfragen aus der ganzen Welt. So war sie vor Kurzem in Kontakt mit einer Frau aus Australien, die vor dem Wiederaufbau der Brust mit Eigengewebe stand und stark verängstigt war. Sie haben mehr als eine Stunde miteinander gesprochen und Muriel Bekto hat der Australierin geholfen, für sich den richtigen Eingriff auszuwählen. Ganz generell rät sie Krebsbetroffenen, die Krankheit als temporäres Projekt zu sehen, das man mit Disziplin managen müsse, denn es gelte verschiedene Stakeholder zu orchestrieren. Dazu zählt auch der Arbeitgeber.

Mehr Unterstützung der Arbeitgebenden

Muriel Bekto würde sich wünschen, dass die Unternehmen in der Schweiz ihre Mitarbeitenden im Falle einer Krankheit besser unterstützen und informieren würden. «Ich bin überzeugt, dass Arbeitnehmende, die in so einer belastenden Situation – wie einer Krebserkrankung – gut begleitet sind, danach sogar die wertvolleren Mitarbeitenden sind.», erklärt sie. Allerdings sei es wichtig, hierfür den Firmen das Rüstzeug zu geben und Wissen aufzubauen. Sie selbst, die die Behandlungen gut vertragen hat und auch während der Erkrankung immer zu 100 Prozent gearbeitet hat, bekam von ihrem Arbeitgeber wenig Unterstützung und irgendwann gar die Kündigung. Trotzdem sagt sie rückblickend: «Der Umstand, dass ich weitergearbeitet habe und meine beruflichen Qualifikationen haben mir sehr geholfen, meinen Weg zu finden, um zu genesen. Denn man kann viel tun, um den Körper während dieser belastenden Zeit zu stärken.» So sei die psycho-onkologische Hilfe sehr wertvoll gewesen und sie würde es begrüßen, wenn es künftig Krebscoaches geben würde. Sie selbst absolvierte eine Ausbildung zur Patientexpertin, um sich künftig vermehrt im Bereich Public Patient Involvement zu engagieren und beispielsweise die Patientensicht in der Forschung zu vertreten, aber auch um die patientenzentrierte Innovation voranzutreiben.