

# Make-up für die Seele

## Schminkkurse unterstützen das Selbstwertgefühl krebserkrankter Frauen

„Ich möchte wieder schön sein“ – das wünschen sich viele krebserkrankte Frauen. Denn durch die sichtbaren Spuren einer aggressiven Krebsbehandlung wie Haarausfall, fehlende Augenbrauen und Wimpern sinkt das Selbstwertgefühl oft auf den Nullpunkt. Doch es gibt einen Weg, die Attraktivität und das Selbstbewusstsein der Frauen erheblich zu unterstützen: In Krankenhäusern und Reha-Kliniken bietet die gemeinnützige Gesellschaft Aktiv gegen Krebs (AGK) nach einer Idee aus den Vereinigten Staaten seit fünf Jahren Kosmetikseminare mit dem Motto „Freude am Leben“ an. Die Nachfrage steigt ständig. Im Jahr 2002 wurden 600 Kurse in über 100 Städten von rund 70 ehrenamtlich tätigen Kosmetikerinnen, Visagistinnen und auch ehemaligen Patientinnen durchgeführt.

Visagistin Heidi hat für die zwei Kosmetikstunden alle Vorbereitungen getroffen. Der große Tisch, an dem sich gleich zehn krebserkrankte Frauen versammeln werden, ist mit Gebäck, Kaffee und kalten Getränken gedeckt. Vor jedem Platz stehen ein großer Schminkspiegel und eine Tücherbox. Heute findet der Kurs in der Rheingau-Taunus-Klinik in Bad Schwalbach statt.

Seit 1998 nehmen dort rund 100 Patientinnen pro Jahr an den monatlichen Schminksitzungen teil. „Ich erhalte ein sehr positives Feedback von den Frauen, die neue Zuversicht und Freude gewin-

nen“, sagt Dr. Ewald Becherer, Chefarzt der Gynäkologie. Und die Psycho-Onkologin Vivien Kunert-Rüger ergänzt: „Die Frauen wirken nach dem Kurs gelöster, weil ihnen die Atmosphäre gut tut. Wenn sie danach geschminkt zum Essen gehen, hören sie positive Bemerkungen, die das Selbstwertgefühl heben.“

Zögernd nähern sich die ersten Frauen. Eine wird im Rollstuhl gebracht, mit transportablem Infusionsgerät. Einige tragen Perücken, andere eine Kappe oder Ballonmütze. Die Frauen sind zwischen 28 und 70 Jahren alt. Manche sind noch in Behandlung, andere haben ihre Therapie gerade hinter sich.

Heidi begrüßt die Frauen herzlich. Sie trägt ein T-Shirt mit dem Aufdruck „Freude am Leben“ und dem Symbol der gelben Sonnenblume. Die Patientinnen bewundern Heidis attraktiv geschminktes Gesicht und tauschen erste Bemerkungen untereinander aus: „So werde ich das nie hinbekommen“, „Toll sieht das aus“, „Werde ich mich jemals so schminken können?“ „Den Dreh werden Sie bald ‚raushaben“, ermuntert Heidi die Runde. Dann packt sie die „Überraschungstüten“ aus. Diese enthalten ein komplettes Set mit zwölf Produkten zur Hautreinigung und Pflege sowie diverse Schminkutensilien, die von Kosmetikfirmen gesponsert worden sind. Und dann geht's los: Heidi schminkt sich ab. „Bitte nachmachen. Das Thema Hautreinigung ist ganz wich-



tig, weil diese nach einer Chemotherapie sehr empfindlich geworden ist und zu starken Irritationen neigt.“ Alle Frauen greifen zur milden Reinigungsmilch samt Gesichtswasser. „Das ist angenehm“, lautet die einhellige Meinung. Der nächste Schritt ist das Auftragen einer Tagescreme und eine Gesichtsmassage. „Wie gut das tut“, sagt die 70-jährige Irmgard, die sich in erster Linie Tipps zur Hautpflege und zum Kaschieren ihrer Altersflecken erwartet.

Bei der anschließenden Gesichtsgymnastik machen die Frauen mit Vergnügen mit. Manche Mimik gegen Doppelkinn und Mundfalten sieht wirklich komisch aus. Erstmals lachen alle, obwohl einigen von ihnen zu Beginn wirklich nicht zum Lachen zumute war. „Dieser Punkt bricht das Eis, weil er den Frauen viel Spaß macht“, weiß Heidi aus ihrer zehnjährigen Erfahrung mit krebserkrankten Frauen. Sie hat auch festgestellt, dass „Frauen in Reha-Kliniken wesentlich aufgeschlossener und motivierter sind als Patientinnen in Krankenhäusern, die meist wesentlich bedrückter zum Kurs kommen.“ Heidi, bei der selbst vor eineinhalb Jahren Brustkrebs diagnostiziert wurde, zieht folgendes Fazit: „Die Seminare haben eine nachhaltige Wirkung. Sie bringen die Frauen zum Strahlen und unterstützen ihren Lebensmut.“

Anschließend zeigt sie, wie Augenbrauen, Lippen und Wimpern zu schminken sind. „Ich darf nur Lippenstift benutzen und die Wimpern tuschen, weil meine Haut kein Make-up verträgt“, sagt Irene, die Heidi unterstützt. Sie betreut drei Selbsthilfegruppen für Krebsnachsorge im Bereich des Deutschen Roten Kreuzes in Bad Schwalbach und El-

ville sowie seit einem Jahr auch Patientinnen im Rahmen der gynäkologischen Krebsnachsorge in den städtischen Dr.-Horst-Schmidt-Kliniken in Wiesbaden. Die Seminare werden dort seit fünf Jahren drei- bis viermal pro Jahr im Rahmen der psychonkologischen Betreuung durchgeführt. Jeannette Petri, Diplom-Psychologin aus dem dortigen Team, hat jedoch festgestellt, „Patientinnen, die mitten in der Chemo stecken, sind schwer zu motivieren, da der Blick auf die eigene Schönheit in den Hintergrund tritt.“ Andere, so die Beobachtung der Psychologin, „kommen zum Schminkkurs, weil sie sich vornehmen ‘Ich bin es mir wert, mehr auf mich zu achten.’ Und zahlreiche Frauen sind danach ganz verblüfft über die eigene, positive Veränderung. Am Applaus der Gruppe merken viele, dass man sich positiv hervorheben kann – selbst dann, wenn die Haare weg sind. Außerdem stehen etliche Frauen heute zu ‘oben ohne’ oder zu ihrer Stoppelfrisur.“

Nach zwei Stunden in denen Heidi auch Tricks zeigt, wie die Perücke frisiert oder ein Tuch effektiv um den Kopf drapiert werden kann, sind die Frauen der Reha-Klinik hoch motiviert: „Sie sehen toll aus. Kann ich mal Ihre Farbe ausleihen? Ich hätte nie gedacht, dass ich soviel Spaß an diesem Nachmittag haben könnte.“ So und ähnlich lauten ihre Kommentare, wenn sie sich im Spiegel betrachten. Auch Heidi kann zufrieden sein. „Es ist prima gelaufen“, sagt sie. Die Frauen packen ihre Utensilien in die Tüten, erhalten noch eine Broschüre mit Schminkanleitungen, trinken eine letzte Tasse Kaffee und verlassen – mit erheblich gestärktem Selbstbewusstsein – den Raum.

*Regine Schulte Strathaus*

