



Das Projekt „Herzkissen“ für an Brustkrebs erkrankte Frauen

# Lächeln zu verschenken!

Überall in Deutschland finden sich regelmäßig Frauen zusammen, um für Brustkrebspatientinnen ganz besondere Kissen zu nähen. Eine Welle der Solidarität und Fürsorge, die berührt und Mut macht.



Fotos: Nikitina Karina/shutterstock.com; Julia Reschucha/Dortmunder Herzkissen e.V.



Gelebte Solidarität: die Frauen treffen sich regelmäßig zum gemeinsamen Nähen.

Wenn Claudia Herrmann-Fürst zu ihrem Briefkasten geht, erlebt sie ganz oft, wie ein Lächeln – sprichwörtlich – zu ihr zurückkehrt. Frauen, die an Brustkrebs erkrankt sind, und für die Zeit nach der Operation ein besonderes Herzkissen geschenkt bekamen, bedanken sich. Die Post landet dann bei der Vorsitzenden des Dortmunder Herzkissen-Vereins. Vier Jahre ist es her, dass ihre Gruppe von Hobbynäherinnen beim monatlichen Treffen beschlossen hat,

sich an dieser Aktion zu beteiligen. Die Idee geht auf die dänische Krankenschwester Nancy Friis-Jensen zurück, die 2002 in Amerika auf die Herzkissen aufmerksam wurde.

### Ein Herz mit „langen Ohren“

Die spezielle Form des Kissens – die „Ohren“ sind schmal und länglich – lindert die Schmerzen, es wird nach einer Brust-Operation unter den Arm geklemmt, um den Druck des betroffe-

nen Gewebes zu mindern. Beim Liegen, Sitzen, Stehen und Gehen, selbst beim Autofahren hilft es so den Frauen bei der Heilung.

Nancy Friis-Jensen hat mittlerweile weltweit – in über 30 Ländern – ein Netzwerk aufgebaut. „Unsere Kissen dürfen niemals verkauft werden“, erklärt Claudia Herrmann-Fürst. „Sie werden nach einer bestimmten Anleitung genäht, dann gesammelt an die Brustzentren übergeben und dort von den Psychologinnen an die Patientinnen weitergereicht. So ein Kissen ist ein Geschenk von einer Frau an eine andere. Es stellt nicht nur – durch seine besondere Form mit den langen ‚Ohren‘ – eine Erleichterung im körperlichen Sinne dar, nein, es soll den Frauen auch zeigen, dass andere mit ihnen fühlen und ihnen wenigstens ein bisschen beistehen möchten.“

### Frauen, Männer, Kinder – nähen einen „Trost“

Als sich die Dortmunder Herzkissen-Näherinnen vor vier Jahren zusammenfanden, hatten sie keine Ahnung, in welcher ungeheurer Dimension sich ihre Idee noch ausweiten würde. „Wir hatten zunächst 30, dann irgendwann 100 Kissen genäht, und ich rief relativ



„Du bist nicht allein!“ – ist die Botschaft, die die ehrenamtlichen Näherinnen den Patientinnen vermitteln wollen.



Claudia Herrmann-Fürst (Mitte) hätte sich nicht träumen lassen, dass aus ihrem Engagement eine riesige Welle der Hilfsbereitschaft entstehen würde.

blauäugig hier in einem der großen Brustzentren, dem Johannes-Hospital, an. Weil der Chefarzt dort sofort begeistert war, extra sogar einen Presse-termin und eine große Vorstellung arrangierte, kamen wir schließlich mit 140 Kissen vorbei. Und dann wurde uns bange: „Jedes Jahr würde er allein für seine Klinik 350 Kissen benötigen“, erklärte er uns. Wir fünf Frauen sahen uns nur an und dachten „Oh Gott, wie sollen wir das jemals schaffen?“

Doch Claudia Herrmann-Fürst war fest entschlossen, so viele Leute zu mobilisieren, dass die Gruppe wenigstens dieses Johannes-Hospital beliefern könnte. „Ich rief alle Freunde und Bekannten an, fuhr zum Radio, nahm Kontakt mit Journalisten auf und organisierte schließlich eine große Herzkissen-Nähaktion in Räumen, die ich ebenfalls über die Bekannten von Bekannten kostenlos dafür nutzen durfte. Etwa vierzig Näherinnen erwarteten wir. Tatsächlich kamen weit über hun-

dert. Alleine an diesem Samstag nähten wir 700 Kissen! Es war überwältigend. Stoff, Füllmaterial, Nähmaschinen, all das brachten die Leute mit – und darunter waren auch Männer und Jugendliche. Menschen, die aus den unterschiedlichsten Beweggründen dazu angetreten waren, einer fremden Frau, die an Brustkrebs erkrankt war, einen kleinen Trost zu nähen“, erinnert sich Claudia Herrmann-Fürst.

**Ein lieber Gruß – ein Stück Beistand**

Das sogenannte Mammakarzinom ist bei Frauen immer noch das am häufigsten auftretende Krebsleiden. Fast 75 000 Patientinnen kommen jedes Jahr hinzu. Bei einem Drittel ist die Brust betroffen. Leid, Schmerz und tief

drinnen auch eine Todesangst beschäftigen die Frauen dann. Eigentlich jede berichtet, wie unvorbereitet die Diagnose sie getroffen habe. Bevor es einen selbst ereilt, denkt man gerne, das träfe nur die anderen.

**„Mein Anliegen ist es, dass alle Patienten ein Herzkissen bekommen, die es benötigen. Mein Traum ist es, dass es in Zukunft keine Patienten mehr gibt, die es benötigen.“**

Nancy Friis-Jensen, Initiatorin des „Heart Pillow Projects“

„Immer wenn ich die Krankenhaus-Psychologin beim Übergeben der Kissen treffe, erzählt sie mir von den Reaktionen ihrer Patientinnen. Wenn sie vorbeikommt, die Kissen mitbringt und die betreffende Frau sich eines aussuchen darf, dann sieht sie anschließend – trotz aller schwierigen Dinge rundherum – für einen Moment glücklich aus. Lächelnd und im Bewusstsein, dass da jemand anderer ein bisschen etwas von sich gegeben hat, um ihr beizustehen“, so Claudia Herrmann-Fürst. Ge-

rade diese Art der Übergabe ist es wohl, die die Solidaritätsgeste so fein, so unaufdringlich macht. Zwar steht auf einem kleinen Zettel an jedem Herz der Name – oder Vorname der Näherin und ein lieber Gruß, doch die beiden begegnen sich nicht.

Den Organisatoren ist wichtig, dass sich interessierte Näher/innen möglichst den bereits bestehenden Gruppen anschließen. Nur dann ist eine gute und sinnvolle Übergabe an die Kliniken gewährleistet – zu häufig wurden in der Vergangenheit einzelne Herzkissen in guter Absicht an irgendeiner Klinikpforte abgegeben und niemand wusste so recht, wohin damit.

**Herzkissen dürfen nicht verkauft werden**

Vehement treten die Organisatoren des Netzwerks auch jeglicher Art von Kommerzialisierung entgegen, die die großartige und selbstlose Idee der Herzkissen zerstören würde. „Als wir immer

mehr Spenden von Firmen und Privatleuten erhielten und die Zahl der Näherinnen weiter stieg, gründeten wir einen gemeinnützigen Verein, um die Buchführung ordentlich bewältigen zu können. Dabei verpflichteten wir uns gegenüber der Herzkissen-Organisation noch einmal schriftlich, die Kissen niemals zu verkaufen“, berichtet Claudia Herrmann-Fürst.

Doch tatsächlich gab es einmal einen Apotheker im Nachbarort, der anfing, solche Kissen professionell nähen zu lassen und sie dann für 40 Euro anbot. „Zu diesem Zeitpunkt waren wir aber glücklicherweise schon mit allen Chefärzten der Dortmunder Krebszentren bestens vernetzt, es dauerte keine zwei Tage und der Apotheker ruderte eifrig zurück, seitdem ist so etwas nicht wieder vorgekommen.“

**Ein voller Erfolg: Gemeinsame „Nähtage“**

Claudia Herrmann-Fürst lädt – neben den regelmäßigen Treffen, zu denen

jede/r kommen, mitnähen, oder einfach nur beim Ausstopfen der Kissen helfen kann – immer wieder zu größeren Aktionen ein. „Diese Tage sind gleichermaßen anstrengend wie auch schön. Man hört so viele persönliche Geschichten und merkt, dass eigentlich fast jeder inzwischen einen von Krebs betroffenen Menschen im Umfeld hat. Die Herzkissen geben einem die Möglichkeit, neben dem seelischen Beistand auch noch konkret etwas für den Kranken zu tun.“

Um sich bei Spendern und Unterstützern zu bedanken, fingen die Frauen irgendwann damit an, aus Stoffresten kleine Herzen zu nähen, die als Schlüsselanhänger verschenkt werden.

„Manchmal, wenn ich irgendwo beim Einkaufen bin und vor mir an der Kasse eine Frau so einen Schlüsselanhänger hat, dann muss ich selber lächeln“, erzählt Claudia Herrmann-Fürst, „ein Stückchen Stoff und irgendwie auch ein Stückchen von mir ist das.“

Daniela Prüter

Eine Mischung aus Spenden und tätiger Hilfe ist das Herzkissenprojekt.



Fotos: Julia Reschuchal/Dortmunder Herzkissen e.V.

Fotos: Julia Reschuchal/Dortmunder Herzkissen e.V.



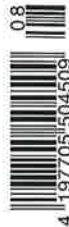
Herzkissen-Gruppen in Ihrer Nähe sowie die Anmeldung für Schnittmuster und Anleitung finden Sie über: <https://sites.google.com/site/herzkissenindeutschland/home>. Informationen bekommen Sie auch unter der E-Mail-Adresse: [herzkissen-d@gmx.de](mailto:herzkissen-d@gmx.de).

heute leben mit

**Fliege.**

# Fliege.

heute leben mit



August 2014

Für Gesundheit, Glaube und Gemeinschaft

Deutschland 4,50 € | Österreich 5,00 €

„Wunder gibt es ...“

Katja Ebstein und  
ihre Stiftung

**Die Reich-Ranickis**

Mit Liebe gegen  
den Terror

**Hilfe gegen Krebs**

Alternative  
Krebstherapien



# Wunder

## Warum wir sie zum Leben brauchen

„Gesundes aus Gottes Garten“: Obst- und Gemüsesäfte – gesund und erfrischend