

„Angst haben hilft nicht“

Nicolas Hillerbrand erkrankte mit 17 Jahren an Leukämie – Er besiegte den Krankheit und steigt nun bei „Rudern gegen Krebs“ ins Boot

Von Philipp Neumayr

Der Leidensweg von Nicolas Hillerbrand beginnt schleichend. Sein Rücken schmerzt, er fühlt sich krank. „Irgendwann war ich nur noch niedergeschlagen und wurde irgendwie immer schwächer.“ Seinem Fußballtrainer fällt auf, dass Nicolas im Training nachlässt, nicht mehr so spritzig ist wie die Teamkollegen. In der Schule hat der Jugendliche morgens Schweißausbrüche, seine Nase blutet manchmal tagelang – und die Rückenschmerzen werden immer stärker. Die Internistin sagt ihm, alles sei gut, die Blutwerte kämen in wenigen Tagen. Vier Stunden später ein Anruf aus der Praxis: Er müsse sofort ins Krankenhaus, seine Niere funktioniere nicht mehr.

DAS PORTRÄT

Es ist ein kalter Tag Anfang Februar 2015, als Nicolas Hillerbrand, 17 Jahre, die Kinderklinik in Heidelberg betritt. Noch ahnt er nicht, dass hier sein neues Zuhause auf ihn wartet. Einmal angekommen, muss sich Nicolas zahlreichen Tests unterziehen. Was genau da eigentlich gemacht wird, versteht er nicht. Was da auf ihn zukommen könnte, weiß er nicht. Am Anfang ist die Welt für Nicolas, wie sie immer ist. Mal abgesehen von diesen lästigen Untersuchungen. Aber das, sagt er sich, wird schon nicht so schlimm sein. Am Montag, 9. Februar, sitzt Nicolas drei Ärzten mit ernsten Mienen gegenüber. An das Datum erinnere er sich noch genau. An viel mehr aber nicht. „Ich weiß nur, dass irgendwann das Wort Leukämie fiel. Ich habe sie gefragt, ob das nicht Blutkrebs sei. Das wurde bejaht.“ An diesem Punkt endete das Gespräch für Nicolas. Dumpfe Stimmen, grelles Licht, der Rest Taumel. „Mein Kopf war von da an komplett leer, ich war irgendwie weg.“

Doch die Wirklichkeit holt Nicolas schnell wieder ein. Noch am gleichen Tag kommt er auf die Onkologie-Station. Krankbett, Medikamente, Schläuche. „Es ging alles ganz schnell.“ Die genaue Diagnose folgt: ALL, Akute lymphatische Leukämie. Eine „08/15 Leukämie“, so sagt es jedenfalls sein Chefarzt.



„Ich habe gelernt, mein eigenes Ding zu machen“, sagt Nicolas Hillerbrand über seine Zeit im Krankenhaus. Heute hält er sich nicht mehr mit Sorgen auf, die es nicht wert sind. Foto: Hentschel

Doch den quälenden Fängen des Krebs entkommt Nicolas so schnell nicht. „Gerade zu Beginn gab es Tage, da hatte ich Schmerzen wie noch nie zuvor.“ Seine Schleimhäute sind entzündet. Nicolas ist schwindelig, permanent ringt er mit der Übelkeit. „Manchmal habe ich in einer Tour gekotzt.“ Stechend und unnachgiebig, Tag und Nacht, suchen ihn Gliederschmerzen heim. Geht er ein paar Schritte spazieren, fühlt er sich, als ob er einen Marathon gelaufen wäre. „Damals dachte ich, in mir würde alles zerfallen.“

Aber Nicolas lässt sich nicht unterkriegen. „Ich habe gelernt, mein eigenes Ding zu machen. Angst haben, das hilft in so einer Situation einfach nicht.“ Es sind in erster Linie seine Familie und Freunde, die dafür sorgen, dass der Lebensmut den Jugendlichen so schnell nicht verlässt. „Ich hatte immer Leute um mich herum. Da hatte ich gar keine Zeit, über den Tod nachzudenken“, sagt Nicolas. Eines Tages öffnet sich die Tür zu seinem Krankenzimmer. Es sind zwei seiner besten Freunde.

Sie haben sich die Haare abrasiert, aus Solidarität. „Ich konnte es gar nicht mehr erwarten, meine eigenen Haare zu verlieren“, grinst Nicolas. Sogar seine alten Freunde aus der Zeit in Neuseeland schicken ihm Fotos mit Glatze. „Die Unterstützung die mir all die Leute in dieser Phase gaben, war so wichtig für mich.“

Hoffnung macht Nicolas auch die Chemotherapie. „Klar, es gab Phasen, da ging es mir richtig bescheiden.“ Und es gab immer wieder diese „Deadlines“. Punkte, an denen sich entscheiden sollte, wie es mit ihm weitergeht. „Ob der Krebs sich verabschiedet oder nicht, das war nie wirklich klar.“ Doch nach einigen Monaten zeigt sich: Die Medikamente wirken, der Krebs zieht sich zurück.

Ende November darf Nicolas das Krankenhaus verlassen. „Da wusste ich: Das Größte ist überstanden.“ Viel Zeit, sich auszuruhen, bleibt ihm nicht. Das Abitur steht vor der Tür. Dass er an den Prüfungen überhaupt teilnehmen kann, liegt auch an der Mithilfe seiner Schule, dem Gym-

nasium Bammental. „Mit meinem Gemeinschaftskunde-Lehrer habe ich im Krankenhaus regelmäßig über Skype telefoniert.“ Die Englisch- und Deutschklausuren darf er zuhause schreiben. Das Abi schafft er am Ende locker – mit einem Schnitt von 2,2.

Je weiter der Sommer 2016 fortschreitet, desto besser fühlt sich Nicolas. Ende Juni fährt er mit seinem Freund auf die „Fusion“, ein Festival für elektronische Musik. „Das war das erste Mal, dass ich keine Schmerzen mehr hatte und es mir wieder richtig gut ging.“ Der Ausflug nach Mecklenburg gerät für den frisch gebakenen Abiturienten zum Happy End eines langen Leidensweges. Hier lernt er seine Freundin Lena kennen.

Heute wohnen beide in Karlsruhe. Nicolas studiert Wirtschaftsinformatik im dritten Semester. Mit dem Krebs hat er abgeschlossen. Er hofft, dass auch der Krebs mit ihm abgeschlossen hat. „Das Risiko einer Neuerkrankung ist natürlich immer da.“ Regelmäßig muss er daher zur Nachuntersuchung. Dass der Krebs eines Tages zurückkehren könnte, so weit denkt Nicolas nicht. „Ich verschwende meine Zeit nicht mit irgendwelchen Sorgen, die es nicht wert sind.“

Er sagt es mit dem Selbstbewusstsein eines jungen Erwachsenen, der schon früh in den Abgrund blicken musste. Jetzt, wo er all das durchgestanden habe, wisse er, worauf es ankomme. Auf die Familie, die besten Freunde. Darauf, die nötige Gelassenheit an den Tag zu legen. „Wenn heute irgendetwas passiert, worüber ich mich früher aufgeregt hätte, denke ich mir: Ist das jetzt eigentlich so wichtig?“

Dankbarkeit empfindet der heute 20-Jährige rückblickend besonders für die vielen Menschen, die ihm in der schwierigen Zeit zur Seite standen: Die Krankenschwestern, zu denen er auch heute noch Kontakt hält. Seine Freunde. Und sein Sporttherapeut Simon, der ihn immer wieder ermuntert hat, weiterzumachen, sich körperlich fit zu halten. Er war es auch, der Nicolas für die Benefiz-Regatta „Rudern gegen Krebs“ (siehe Hintergrund) ins Boot holte – genauer gesagt: in den Vierer. „Mal sehen, was da auf mich zu kommt“, grinst Nicolas. „Es ist das erste Mal, dass ich in einem Ruderboot sitze.“ Aber es wäre ja nicht die erste Hürde, die er nimmt.

Die Volksbank war von Anfang an dabei

RNZ. Seit die Benefizregatta „Rudern gegen Krebs“ 2009 ins Leben gerufen wurde, ist die Heidelberger Volksbank als Partner dabei. Auch in diesem Jahr überreichte Vorstand Stefan Baumann einen Spendenscheck über 5000 Euro. Und nicht nur das: Zweigstellenleiter Georg Ziner und Thomas Kruspel sowie Mitarbeiterin Lina Kottler rudern wieder aktiv im Namen der Bank für die gute Sache. Beate Biazeck und Dr. Joachim Wiskemann vom NCT sowie Annette Xandry von der Rudergesellschaft Heidelberg schätzen einen solchen Partner, der nicht nur Sponsor, sondern jedes Jahr auch Teilnehmer der Regatta ist.



Annette Xandry (Rudergesellschaft), Beate Biazeck und Joachim Wiskemann vom NCT (4., 3., 2. v.r.) nahmen die Spende von Georg Ziner (v.l.), Lina Kottler, Thomas Kruspel und Stefan Baumann entgegen. Foto: Hentschel

HINTERGRUND

> **Rudern gegen Krebs** ist eine Initiative der „Stiftung Leben mit Krebs“. Seit 2005 wird die Benefiz-Regatta bundesweit zusammen mit lokalen Rudervereinen und onkologischen Therapieeinrichtungen ausgetragen. In Heidelberg findet das Event heute zum neunten Mal statt. Mitveranstalter sind das Nationale Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) Heidelberg und die Rudergesellschaft Heidelberg 1898 (RGH).

> **Das Programm** startet um 9 Uhr mit den Vor- und Hoffnungsläufen. Um 14.30 finden die Halbfinals statt, um 16 Uhr das Finale und um 16.50 Uhr das Superfinale, ehe um 17 Uhr die Sieger des Tages geehrt werden. Jeweils um 12.24 und 16 Uhr steigen die „Active Onko Kids“ ins Boot. Auch auf der Neckarwiese ist den ganzen Tag etwas los: Es gibt Infostände rund um die Themen Sport, Bildung und Krebs und Mitmachaktionen für Kinder. pne

Radeln für die Umwelt

Demo auf dem Universitätsplatz

RNZ. Im Rahmen der Kampagne „Rise for Climate“ lädt die Initiative „Fossil Free Heidelberg“ heute um 14.30 Uhr zu einer Fahrraddemo auf den Universitätsplatz ein. Damit fordern die Aktivisten einen schnellen Umstieg von fossilen zu erneuerbaren Energien und einen sofortigen Investitionsstopp für fossile Energien. „Der Sommer hat uns einen Vorgeschmack darauf gegeben, was schon bald die Norm sein wird, wenn wir nicht sofort und entschieden handeln. Dafür muss sich jetzt auf allen Ebenen etwas bewegen – von der Stadt bis zur Bundesregierung!“, so Sean Scherer von „Fossil Free Heidelberg“.

In ganz Deutschland finden an diesem Tag Aktionen statt, bei denen ein Ende von Kohle, Öl und Gas gefordert wird. Kommunen und Universitäten werden beispielsweise aufgefordert, Investitionen in den fossilen Sektor zu beenden oder lokale Kohlekraftwerke abzuschalten. In Heidelberg treten die Aktivisten vor allem für die baldige Abschaltung des Mannheimer Kohlekraftwerks ein.

„Bitte“ und „Danke“ – so viel Höflichkeit muss sein

„Azubi-Tag“ der Universität: Was sind richtige Umgangsformen im Arbeitsalltag? – Ausbilder bemängeln Umgangston

Von Arnd Janssen

Unter dem Motto „Ey, chill mal...“ gab es zum diesjährigen „Azubi-Tag“ der Uni Heidelberg eine Neuerung: Einen Knigge-Kurs zu richtigen Umgangsformen am Arbeitsplatz mit dem Kommunikationsberater Christian Leifels – der war für alle Teilnehmer verpflichtend. Warum? „Manche Azubis haben Höflichkeitsformen von Haus aus leider nicht so mitbekommen wie andere. Wir beobachten einen Verfall im Umgangston“, kritisiert Lutz Geuer, Ausbilder bei der Landessternwarte. Katharina Bitter-Brückmann, Ausbildungsleiterin beim Career Service der Uni, fügt hinzu: „Ablenkung durch Smartphones sind in dem Zusammenhang ein großes Problem.“

Das Institut für Sport und Sportwissenschaft (ISSW) organisierte den „Azubi-Tag“ für alle 107 Auszubildenden der Uni Heidelberg bereits zum vierten Mal. Sechs Workshops überwiegend sportlicher Natur standen für die Azubis dabei zur Auswahl. „Wir organisieren das Event zur gesundheitlichen Prävention, um schon in jungen Jahren Gesundheit zu fördern“, er-



Kommunikationsberater Christian Leifels zeigte, worauf es beim höflichen Umgang im Arbeitsalltag ankommt. Foto: Alex

klärt Saskia Ziesche, Wissenschaftlerin am Sportinstitut und Organisatorin der Veranstaltung.

Aber auch der Bedarf für den neuen Knigge-Kurs schien da zu sein, denn: „Es gibt natürlich immer noch Hierarchien zwischen Ausbildern und Auszubildenden“, sagt Ziesche. Und dazu gehört auch

der richtige Umgang miteinander: „Es geht los mit einem einfachen ‚Guten Morgen‘, ‚Danke‘ und ‚Bitte‘ – und geht weiter mit der Handybenutzung.“

Die Ausbilder erhofften sich, dass die Azubis das Seminar zum Anlass nähmen, über das eigene Verhalten nachzudenken. Und tatsächlich: Bei den Azubis kam die Belehrung alles andere als schlecht an. „Es war sehr interessant und informativ. Es schadet einigen von uns nicht, sich das mal anzuhören. Auch ich konnte das Thema noch vertiefen“, meinte etwa Valentin Zehnder, bürokaufmännischer Azubi im dritten Lehrjahr. Gleicher Meinung ist auch der Feinmechaniker-Lehrling Louis Gabeldiel, der noch im ersten Ausbildungsjahr ist: „Ich habe viel darüber erfahren, wie man mit Vorgesetzten um-

geht. Die Hälfte der Informationen war mir neu.“ Generell waren die beiden 19-Jährigen von der professionellen Anleitung des Knigge-Seminars beeindruckt.

Aber nicht nur die Manieren, auch der Sport kam beim Azubi-Tag nicht zu kurz. So wurden etwa Muskelgruppen trainiert, die für den Alltag wichtig sind. „Die Azubis klagen über Stress und erhalten dafür Handwerkszeug. Deshalb gibt es auch einen ‚Chill-Out-Workshop‘ und wir zeigen, wie man das in seinen Arbeitsalltag einbauen kann“, so Ziesche.

Paraschiva Ghiata, angehende Biologin, hat der Tag Spaß gemacht. Die 23-jährige berichtete: „Wir haben neue Sportarten lernen können und uns viel untereinander ausgetauscht.“ Etliche Azubis der Uni konnten ihre Bekanntschaften aus dem letzten Jahr wieder treffen. Und Saskia Ziesche dachte derweil schon einen Schritt weiter: „Wir überlegen nächstes Jahr eine Workshop-Reihe zu starten, speziell auch zum Thema Knigge.“ Dadurch soll das Thema nicht nur einmal im Jahr, sondern regelmäßig auf die Tagesordnung kommen.

ANZEIGE



09.09. | 13–18 Uhr

Verkaufsoffener Sonntag

Anzug

Modern Fit, Minimal-Muster, Grau

399,95 € ~~299,95 €~~

DIGEL

FABRIKVERKAUF

MAX-BERK-STRASSE 20 | 69226 NUSSLOCH
MO–FR 10–19 UHR, SA 10–18 UHR