

Roland Tappeiner

36 Tage

Eine Strategie,
den Krebs zu besiegen

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt.
Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors
unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige
Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung sowie öffentliche
Zugänglichmachung.

1. Auflage 2019
Copyright © by Roland Tappeiner
Edition scribere & legere
im AndreBuchVerlag
Fotos: Roland Tappeiner
www.36tage.eu

Einbandgestaltung: scribere & legere
Satz/Layout: Andreas H. Buchwald
Druck und Bindung: Bookpress Olsztyn
ISBN 978-3-942469-75-3

Edition
scribere &
legere



Inhaltsverzeichnis

<i>Über den Autor</i>	9
Warum 36 Tage?	11
Prostatakrebs	12
Jakobsweg	14
Pamplona	15
Saint-Jean-Pied-de-Port	17
Die Pyrenäen	19
Verlängerung	23
Die größte Paella des Camino	27
La Casa de la Abuela	30
Noch eine Runde auf dem Karussell?	32
Vorbereitung auf den Camino	37
36 Tage Camino	38
Ein Schlag auf den Hinterkopf	39
Der Schädel von innen	39
Beim Psychiater	41
Bei der Heilpraktikerin	42
Urlaub	43
Vom Urlaub zurück	44
Bei der Hausärztin	44
CT des Schädels und des Halses	45
Keine gute Nachricht	45
Nasopharynxcarzinom	46
Neck-Dissection	47
Nagelstein	48

36 Tage Strahlentherapie	49
Die Maske	50
Tag 1	51
Tag 2	52
Tag 3	54
Tag 4	57
Tag 5	59
Tag 6	61
Tag 7	62
Tag 8	63
Tag 9	64
Tag 10	66
Tag 11	67
Tag 12	68
Tag 13	75
Tag 14	76
Tag 15	78
Tag 16	79
Tag 17	81
Tag 18	83
Tag 19	84
Tag 20	87
Tag 21	90
Tag 22	92
Tag 23	94
Tag 24	95
Tag 25	97
Tag 26	99
Tag 27	102
Tag 28	103
Tag 29	106
Tag 30	107
Tag 31	108
Tag 32	110

Tag 33	112
Tag 34	114
Tag 35	115
Tag 36	117
Reha	118
Das Leben danach	119
Salcantay Trekking-Tour	120
Machu Picchu	123
Titicacasee	124
Arequipa	128
Wieder zurück	130



Über den Autor

Roland Tappeiner ist in Schlanders (Südtirol) geboren und dort aufgewachsen. Er machte eine Ausbildung als Radio- und Fernsehmechaniker und später das Abitur, um in Wien Elektrotechnik zu studieren. Nach dem Abschluss des Studiums arbeitete er beim Europäischen Patentamt in Den Haag und in München als Patentprüfer. Eine schwere Krebserkrankung veränderte sein Leben. Er besiegte den Krebs, gründete die Firma SEPS (Solar Electric Power Solutions) und reist seitdem viel. Er wohnt abwechselnd in Wien, in der Toskana und in München.

Leben ist im Grunde nichts anderes
als Überlebenskunst.

Henning Mankell

Warum 36 Tage?

Ich bekam die Diagnose Krebs und die Strahlenbehandlung sollte 36 Tage dauern. Zuvor bin ich den Camino de Santiago gegangen, das waren auch 36 Tage. Das war nicht einfach.

Das Wichtigste war: NICHT AUFGEBEN!

Zufall? Wer weiß? War der Camino eine Probe für das, was nachher kam?

Jedenfalls wusste ich, was es bedeutet, 36 Tage durchzuhalten.

Ich schaffte es und das Leben ging weiter.

Acht Jahre später bekam ich erneut die Diagnose Krebs. Dieses Mal hatte ich schon die Erfahrung, wenn es auch ein anderer Krebs war. Es war Prostatakrebs und eine Operation genügte.

Kaum konnte ich wieder gehen, fuhr ich nach Spanien, um ein weiteres Mal den Camino zu gehen. Diesmal nicht bis zum Ende der Welt. Ich hörte nach etwa 200 Kilometern auf und begann, dieses Buch zu schreiben. Das war nicht einfach für mich, da ich vom Schreiben keine Ahnung hatte. Jedenfalls habe ich es bis zum Ende geschrieben und Sie halten das Buch jetzt in Ihren Händen.

Detaillierte Informationen finden Sie auf www.36tage.eu.

Prostatalkrebs

Es klopfte. Herein kam eine Frau. Sie trug Krankenhauskleidung. Mir fiel jedoch nicht gleich ein, woher ich sie kannte. Sie merkte das und sagte: „Ich bin die Vertretung der Physiotherapeutin.“ Sie war am Freitag schon da gewesen und ich erinnerte mich, dass wir Beinkreisen geübt hatten. Auch vom Bett aufzustehen hatte sie mir gelehrt. Inzwischen kann ich das selbstständig. Es tut zwar noch immer weh; wenn ich es aber so machte, wie sie es mir gezeigt hatte, dann ging es einigermaßen. Diesmal versuchte ich es ohne fremde Hilfe. Zuerst zur Seite drehen, dann das linke Bein vom Bett herunterbaumeln lassen und schließlich das Rechte. Sie verstellte mir noch die Betthöhe, sodass die Beine den Boden berührten. Ich zog die Pantoffeln an, stützte mich ab, gab mir einen Ruck und schon stand ich auf beiden Beinen.

Sie nahm mich unterm Arm und wir gingen ein paar Schritte im Gang auf und ab. Das letzte Mal verwendeten wir einen Sessel mit Rädern. Es war so ein Sessel mit eingebautem Nachtpf. Zum Glück musste ich ihn nicht zu diesem Zweck gebrauchen. Ich schaffte es bis zur Toilette, die am Gang war. Nachdem wir den Gang hinunter und zurück gegangen waren, sagte ich ihr, dass ich im dritten Stock wohnte und Stiegensteigen ein Problem für mich sein würde, wenn ich nach Hause käme. Sie meinte, dass wir einen Halbstock probieren könnten. Heute fand der Vienna City Marathon statt. Ich schaute ihn mir vom Krankenhausbett im Fernsehen an.

Deshalb fragte ich sie, ob sie auch Marathon laufen würde.

„Nein, das mache ich nicht, ich mach' aber gerne Trekking-Touren“, war ihre Antwort.

„Das würde ich auch gerne machen, sobald ich wieder gehen kann“, gab ich ihr zu verstehen.

Sie: „Gehen Sie öfters auf Trekking-Touren?“

„So oft auch nicht, nur wenn ich mal wieder den Krebs los sein will“, war meine Antwort.

Wir hatten den Halbstock erreicht.

„Wenn ich das geschafft habe, könnte ich doch den ganzen Stock schaffen“, sagte ich mutig.

So leicht ging es nicht. Dafür erzählte ich: „Als ich das letzte Mal Krebs hatte, wollte ich, dass sich meine roten Blutkörperchen vermehren. Um das zu erreichen, bin ich nach Cuzco in den Anden geflogen. Von dort aus habe ich dann eine Trekking-Tour zum Salcantaypass gemacht. Drei Tage lang ist es nur bergauf gegangen, bis auf 4600 Höhenmeter.“ Beim Hinuntergehen erzählte ich weiter: „Der Salcantay hat mich vom Krebs befreit. Der Krebs hat es nicht geschafft, so lange bergauf zu gehen. Ich habe den Pass überschritten und war ihn los.“

Mir kamen die Tränen. Sie muss an meiner Stimme erkannt haben, wie sehr mich diese Geschichte berührte. Sie stellte jedenfalls keine Frage.

Wir waren wieder im Gang. Die Gehübung war beendet. Das Nächste wäre die Beckenbodengymnastik. Dafür müsste aber erst der Katheter entfernt werden. Wenn alles gut ging, wäre das in drei Tagen.

Ich lag wieder im Krankbett und überlegte, warum die Erinnerung an den Salcantaypass mich emotional so durcheinandergebracht hatte.

Am Salcantaypass hatte ich die unglaublich starke Erfahrung, dass ich den Krebs hinter mir gelassen habe. Es ist ein mystischer Ort, die Einheimischen bringen hier Opfergaben dar. Auch unser Guide machte eine Zeremonie, um den Göttern zu danken. Während der Zeremonie kam mir der starke Gedanke, dass ich den Göttern zu Dank verpflichtet war. Ich hatte ein neues Leben bekommen. Mit drei Coca-Blättern in der Hand fühlte ich eine Kraft, die mich stark bewegte. Ich bedankte mich aufrichtig und hinterließ dann