



Diagnose Brustkrebs – wie weiter?



Jährlich erhalten mehr als 5'000 Frauen in der Schweiz die Diagnose Brustkrebs. Dank der fortschreitenden wissenschaftlichen Erkenntnisse auf diesem Gebiet sind die Überlebenschancen beachtlich, doch der Diagnoseschock sitzt tief, die Behandlungen sind belastend. Wo erhalten Betroffene und deren Angehörige die notwendige Hilfe und Unterstützung?

Text: Claudia Kuhn.

Barbara Lütold erhielt vor drei Jahren die Diagnose Brustkrebs. Vor der damals 42-jährigen Mutter zweier Kinder von fünf und zweieinhalb Jahren baute sich eine Wand auf, sie fühlte sich wie im falschen Film, konnte nicht glauben, dass es sie getroffen hatte. Bisher war in ihrer Verwandtschaft niemand an Brustkrebs erkrankt. In der Familie war immer sie die Starke, daher ihr Gedanke: «Ich kann es mir schlichtweg nicht erlauben zu ster-

«Ich fühlte mich wie eingesperrt in einem Reifen, der von aussen einen Tritt bekommt...»

ben.» Die Berufs- und Familienfrau überkam ein Gefühlschaos: «Ich fühlte mich wie eingesperrt in einem Reifen, der von aussen einen Tritt bekommt und dann immer schneller den Hügel hinunterrollt. Ich wurde aufs Heftigste durchgeschüttelt und erst als der Reifen endlich liegen blieb, konnte ich wieder klar sehen.» Nach der Diagnose ging alles sehr schnell. Vor die Alternative gestellt, zwei Wochen mit der

Operation zu warten oder gleich am nächsten Tag operieren zu lassen, entschied sich Barbara Lütold für den nächsten Tag. Vierzehn Tage habe sie nicht warten wollen. Rückblickend hätte sie sich etwas mehr Zeit lassen sollen, vielleicht noch eine Zweitmeinung einholen, obwohl sie mit ihrem Gynäkologen sehr zufrieden gewesen sei. Überhaupt würde sie allen Betroffenen raten, sich genügend Zeit zu lassen, genau zu prüfen, wo sie sich operieren lassen wollen, da es aufgrund fehlender einheitlicher Standards für Brustzentren grosse Qualitätsunterschiede gäbe.

Wo hat Barbara Lütold Unterstützung erfahren? Ihr Umfeld sei ihre grösste Stütze gewesen, ihr Mann, die Nachbarn, die ihr auch einmal die Wäsche gewaschen hätten oder die Kinder gehütet. Auch ihr Job, sie arbeitete damals 50 Prozent als Personalverantwortliche bei einem Reiseveranstalter, habe ihr Halt gegeben, sei ein Teil ihres alten Lebens gewesen. Vermisst habe sie in der Klinik eine ausführliche Informationsmappe rund um das Thema Brustkrebs mit all den Mög-

lichkeiten für Brustkrebspatientinnen und deren Angehörige. Gut hätte sie ihr Umfeld mit Informationsmaterial versorgt und auch sie selbst habe im Internet recherchiert und sei so auf «Leben wie zuvor» gestossen.

Selbsthilfegruppen und Begleitung

Der Verein «Leben wie zuvor» wurde vor 31 Jahren von Dr.med.h.c. Susi Gaillard, selbst Betroffene, mitgegründet und hat inzwischen 68 Selbsthilfegruppen für brustoperierte Frauen unter einem Dach. «Eigentlich wollte ich nie in eine Selbsthilfegruppe, da ich immer das Gefühl →

Broschüren der Krebsliga Schweiz:

- «Krebs trifft auch die Nächsten»
- «Mit Kindern über Krebs reden»
- «Weibliche Sexualität bei Krebs»
- «Die Krebstherapie hat mein Aussehen verändert»
- «Zurück in den Alltag – Leben mit Brustkrebs»

Diese Broschüren und viele mehr können Sie kostenlos downloaden auf www.krebsliga.ch/broschueren



hatte, hier würden die Frauen nur zusammensitzen und klagen», gesteht Barbara Lütold. Doch sie habe sich getäuscht. Es tue gut sich mit Gleichgesinnten auszutauschen, zu sehen, wie die Frauen überlebt hätten. Heute leitet Barbara Lütold selbst eine Gruppe und ist im Namen von «Leben wie zuvor» sehr aktiv in der Aufklärungsarbeit zum Thema Brustkrebs, besucht in dieser Funktion auch die Spitäler, die Gesundheitsbehörde und die örtliche Krebsliga in ihrem Wohnkanton. Sie möchte die einzelnen Hilfsangebote mehr vernetzen. Neben den Selbsthilfegruppen bietet «Leben wie zuvor» in den Kantonen Basel Land, Solothurn und Wallis

einen Besucherinnen-Service an, wo ehemalige Brustkrebspatientinnen frisch operierte Frauen im Spital besuchen. Bei dieser Gelegenheit übergibt die Besucherin der Patientin unentgeltlich eine leichte

«Es tut gut, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen und zu sehen, wie die Frauen überlebt haben.»

Erstprothese und wenn erwünscht begleitet sie diese auch zum späteren Prothesenkauf oder zu notwendigen Nachbehandlungen. Die Besucherinnen arbeiten ehrenamtlich.

Krebs trifft die ganze Familie

Erkrankt eine Familienfrau und Mutter an Brustkrebs, leidet die ganze Familie. Denn fast nichts mehr ist wie zuvor. Fragen tauchen auf wie: «Wird meine Frau, meine Mutter überleben?» «Wie schaffe ich die Mehrarbeit im Haushalt?» «Wer versorgt die Kinder?» «Wie gehe ich mit der finanziellen Mehrbelastung um?» oder «Wie erklären wir unseren Kindern, dass Mami Krebs hat?»

Auch Barbara Lütold stand vor dem Problem, ihre Familie mit der Diagnose Brustkrebs zu konfrontieren. Ihr Mann sei bei allen Gesprächen dabei gewesen, auch als sie erfuhr, dass sie Brustkrebs habe. Als

Empfehlenswerte Bücher, Hörbuch und DVD zum Thema. Einige davon können Sie direkt bestellen auf www.swissfamily.ch/buchshop.



Urte Skorzynski, «FrauSein trotz Krebs»
Wie bin ich in meinem Körper nach schwerer Erkrankung, Operation, Chemotherapie? Wie berührt es mein Frausein und meine Sexualität? Ein Buch für (krebs-)kranke Frauen und ihre Partner
Books on Demand GmbH, ISBN 3-8334-4278-6



Annette Rexrodt von Fircks, «Entscheidung für das Leben»
Live-Mitschnitt eines Vortrages, in dem Annette Rexrodt von Fircks ihre Geschichte als Brustkrebsbetroffene erzählt.
Breuer&Wardin GmbH, ISBN: 978-3-939621-24-9
Hörprobe auf www.rexrodtvonfircks.de



Martine Hennuy, Sophie Buyse, «Wann kommst du wieder, Mama?»
Ein Bilderbuch über Krebs für Kinder ab 5 Jahren.
Verlag Sauerländer, ISBN: 978-3-7941-5151-6

ruhige, überlegte und abgeklärte Persönlichkeit wisse er mit schwierigen Situationen umzugehen. Bei den Kindern sei das schwieriger gewesen. Mit zweieinhalb Jahren sei ihr Sohn ohnehin zu jung gewesen, um mit ihm über Brustkrebs zu reden. Ihre Tochter sei ein neugieriges und offenes Mädchen, ihr habe sie es nach bestem Wissen und Gewissen erzählt. Barbara Lütold erinnert sich an eine Situation während der Chemotherapie: «Ich wollte auf keinen Fall, dass zu Hause überall Haare herumliegen, so beschloss ich, aus diesem emotional schwierigen Prozess ein unvergessliches Erlebnis zu machen. Ich sagte zu meiner Tochter: Du darfst mir ein einziges Mal im Leben die Haare abschneiden.» Von diesem Zeitpunkt an fragte sie jeden Tag, wann es nun endlich so weit sei.

Mit den Kindern über die Krebserkrankung zu reden, darin sind sich die Fachpersonen einig, ist enorm wichtig. Kinder spüren intuitiv, dass etwas nicht stimmt und haben schnell das Gefühl, dass sie für den schlechten Zustand ihrer Mutter verantwortlich sind. Sie fühlen sich schuldig. Die Broschüre der Krebsliga Schweiz «Mit Kindern über Krebs reden» gibt hier viele praktische Tipps für altersgerechte Gespräche.

Unterstützung für Betroffene und Angehörige

«Es kann hilfreich sein, Lehrerinnen und Kindergärtnerinnen von dem Krankheitsfall in der Familie zu informieren. Auch eventuelle Therapien für Kinder können über die Schule in die Wege geleitet werden, beispielsweise über den schulpsychologischen Dienst», rät Yvonne Wick, Leiterin Sozialberatung der Krebsliga St. Gallen-Appenzell. →



Sabine Derflinger, «Eine von 8»

Sabine Derflinger gelingt in diesem Dokumentarfilm das faszinierende Porträt zweier Frauen, die gemeinsam versuchen, sich von der Diagnose Brustkrebs nicht aus der Bahn werfen zu lassen. DVD, Falter Verlag, ISBN: 978-3-858439-864-6 www.einevonacht.com

Interview mit Frau Dr. phil., Dr. theol. Monika Renz.



Zur Person:

Monika Renz ist Psychotherapeutin FSP, Religionspsychologin und Musiktherapeutin SFMT. Sie hat ein Zweitstudium in Theologie. Seit 1998 ist sie leitende Psychoonkologin im Kantonsspital St. Gallen. www.monikarenz.ch, www.onkologie-sg.ch

Frau Dr. Renz, das Brustzentrum im Kantonsspital hat einen guten Ruf. Was unterscheidet es von anderen Spitälern?

Für mich sind zwei Aspekte sehr wichtig bei diesem Brustzentrum. Zum einen ist es eine betriebliche Einheit, wo die verschiedenen Fachdisziplinen eingeordnet sind, also integriert in diese Einheit. Das heisst, die Patientin wird nicht hin und her kutschiert von der Chirurgie, zur Orthopädie, zum Onkologen und wieder zurück und hat jedes Mal neue Wartezeiten und unterschiedliche Gesprächsmeinungen, mit denen sie nicht umgehen kann. Sondern sie hat alles unter einem Dach, nicht nur physisch, sondern auch als Organisation. Es gibt dann den Bezugsarzt, der verantwortlich ist. Die Psychoonkologie ist hier Teil des Ganzen. Zum Zweiten haben wir, und da kann ich nur von der gegenwärtigen Situation sprechen, sehr gute Brustkrebspezialisten an Bord. Ich hätte hier auch persönlich das volle Vertrauen. Es ist sicher auch ein Brustzentrum mit einem hohen Wissensstand und einem hohen wissenschaftlichen Niveau, das anderen Behandlungsorten voraus ist, die nicht über die Ressourcen verfügen, sich so tief in das Thema einzuarbeiten.

Als Psychoonkologin begleiten Sie Krebspatientinnen und -patienten während Krankheit, Leid und Diagnoseschock. Was können Sie bewirken?

Es gibt verschiedene Situationen innerhalb einer Krebserkrankung, die

krisenbelastet sind. Ich würde von drei Hauptkrisen sprechen. Erstens der Schock der Diagnose, zweitens wenn die Krankheit so fortgeschritten ist, dass sie unheilbar ist und drittens wenn sich die Patientin im Sterbe-Prozess befindet. Je nachdem braucht die Patientin ein offenes Ohr, um ihre Emotionen abzuladen, jemand, der ihr zuhört, ihr hilft, ihre Gedanken zu ordnen. Oder sie braucht Informationen darüber, wie Reifungsprozesse vonstattengehen. Beispielsweise, dass es völlig normal ist, dass Gefühle durcheinandergehen, doch später wieder eine emotionale Stabilisierung eintritt, zeitlich oft einhergehend mit der medizinischen Behandlung wie einer Chemotherapie. In meinem Buch «Von der Chance, wesentlich zu werden» spreche ich auch von vier Stadien der Reifung, das sind auch häufige Muster der Krankheitsverarbeitung.

Wichtig sind also Normalisierung und Information, aber auch der ganze nonverbale Sektor. Die Menschen sind aus dem Gleichgewicht, haben kaum ein Körpergefühl. Ich mache Körpertherapien, Entspannungen mit Klangreisen oder je nachdem vorausgehende kleinere Massagen. Einfach, damit sich die Menschen wieder spüren in ihrem Schmerz, in ihrer Enttäuschung und Wut, damit diese einmünden kann in das einordnende Gefühl «Ja, das ist jetzt so!», damit wieder Perspektiven aufkommen können, auch emotional und das wichtige Gefühl: «Ich bin mehr als nur Körper und Krankheit.» Das Ganze ist wie ein Trauerprozess darüber, dass der Mensch eine so einschneidende Diagnose erhalten hat (vgl. Renz 2011).

Andere Menschen brauchen familien-therapeutische Unterstützung. Die Familienangehörigen sind ihrerseits überfordert. Sie müssen sich vorstellen, der Mann einer Brustkrebspatientin ist immer auf den Prozess seiner Frau angewiesen und ist in einem gewissen Sinn noch hilfloser als sie selbst. Auch er braucht Hilfe, beispielsweise die Information darüber, dass es normal ist, dass seine Frau jetzt viel weint, dass sie sich aber wieder stabilisieren wird. Schliesslich kommt das Spirituelle, das Religiöse dazu. Warum trifft gerade mich das jetzt? Vielleicht macht die Patientin eine schicksalhafte bis religiöse Traumerfahrung, die sie alleine nicht deuten kann, ihr aber sehr hilft. Insgesamt können wir der Patientin durchaus helfen, dass sie die Orientierung im →



Die Krebsliga ist eine nationale gemeinnützige Organisation, die gegen Krebs kämpft und Betroffene und Angehörige unentgeltlich unterstützt. Sie ist als Verband organisiert und konfessionell und politisch neutral. Die Krebsliga besteht aus 20 kantonalen und regionalen Ligen sowie aus der Dachorganisation, der

«Mit Kindern über die Krebsdiagnose zu reden, ist wichtig, damit sie sich nicht schuldig fühlen.»

Krebsliga Schweiz. Leistungen des Dachverbandes sind unter anderem: ein Krebs-telefon, eine Onlineberatung, ein Krebsforum, Seminare zur Rehabilitation, sowie Broschüren zu allen Themen rund um Krebs. Die kantonalen Ligen bieten vor allem direkte Unterstützung, Beratung und Begleitung für Betroffene und deren

Angehörige vor Ort. Das reicht von der psychosozialen Beratung bis hin zu finanzieller Unterstützung und konkreter Vermittlung von Hilfen wie Spitex, Fahrdienst oder Kinderbetreuung. Auch Kurse und Gesprächsgruppen sind Teil des Leistungskatalogs. «Betroffene kommen zu uns mit Versicherungs- und Rechtsfragen, aber auch wenn finanzielle Probleme vorliegen. Für viele ist die Franchise der Krankenversicherung zu hoch, oder das Geld für den Fahrdienst zur Chemotherapie wird zur Belastung, evtl. wird eine Haushaltshilfe benötigt, aber die finanziellen Mittel fehlen. Hierfür haben wir einen Fond und können die Betroffenen finanziell unterstützen», sagt Yvonne Wick.

Auch die Seele leidet

Die Diagnose Krebs löst bei den Betroffenen ein Trauma aus. Der Gedanke an den Tod folgt fast unmittelbar nach der Diagnose. Oft leidet die Patientin mehr an

den Behandlungen als am Krebs selbst. Das ist schwer auszuhalten. Psychoonkologen und -onkologinnen begleiten die Krebspatientin in dieser existenziellen Lebensphase. Das vorrangige Ziel der psychoonkologischen Fachpersonen ist, Krebskranke und deren Angehörige bei der Verarbeitung ihrer Krankheit zu unterstützen. Dazu nutzen sie empirisches Wissen aus den Bereichen Onkologie, Sozialwissenschaften, Psychologie, Sozialmedizin, Psychosomatik und Psychiatrie. Sie können den Betroffenen helfen, das Trauma zu verarbeiten, wieder Tritt zu fassen, Autonomie zurückzugewinnen, sich wieder als vollwertiger Mensch zu fühlen. Einige Spitäler bieten eine psychoonkologische Beratung oder Psychotherapie an. Auch Barbara Lütold hat sich seelischen Beistand gesucht, allerdings ausserhalb der Spitalstrukturen. Sie habe gelernt, ihre Grenzen mehr zu achten, das Wort Egoismus mit anderen Augen zu sehen. Ihre Therapeutin habe es so ausgedrückt: «Du kannst nicht wie ein Ferrari unterwegs sein, wenn du das Fahrgestell nicht dazu hast.»

Das Aussehen verändert sich

Bei einer Krebserkrankung leidet auch das äussere Erscheinungsbild. Wie war das bei Barbara Lütold? «In meiner haarlosen Zeit habe ich eine Perücke getragen. Wer mich vorher nicht kannte, dem ist das nicht aufgefallen. Im Geschäft hat einmal ein junger Mann gesagt: Ihr Frauen, immerzu habt ihr neue Frisuren.» Das habe sie amüsiert. Doch viele Frauen leiden unter ihrem veränderten Aussehen. Mit konkreten Schminktipp möchte die Stiftung Look Good – Feel Better etwas farbige Normalität in den Alltag von Krebspatientinnen bringen und ihnen damit auch ein Stück Selbstvertrauen zurückgeben. Die kostenlosen Beauty-Workshops finden in 21 Spitälern in der Schweiz statt.

Leben nach dem Krebs

Dass Krebs wie viele andere schwere Krankheiten und Lebenskrisen für die Betroffenen auch eine Chance sein kann, ist unbestritten. Auch Barbara Lütold sieht das so. Erst als die Behandlungen abgeschlossen waren, habe sie die Ruhe

gefunden nachzudenken, zurückzuschauen, sich die Sinnfrage zu stellen. Nach 19 Jahren beim gleichen Arbeitgeber kündigte sie 2009 ihren Job. Sie möchte ihr Leben neu ausrichten. Langweilig wird es der rührigen Frau nicht. Neben ihrem Engagement bei «Leben wie zuvor», ist Barbara Lütold bei der Feuerwehr aktiv, singt neuerdings in einem Chor, schreibt in einem Blog über Brustkrebs, gibt Kurse für Leute, die sich im Personalwesen wei-

«Erst als die Behandlungen abgeschlossen waren, habe ich die Ruhe gefunden, nachzudenken, zurückzuschauen, mir die Sinnfrage zu stellen.»

terbilden und ist Prüfungsexpertin. Sie gilt als geheilt, ausser einer Misteltherapie und der regelmässigen Vorsorgeuntersuchungen steht keine Therapie mehr an. Die entfernte Brust möchte Barbara Lütold momentan nicht ersetzen. Nach zwei Operationen habe sie erst einmal genug. Barbara Lütold trägt eine Brustprothese, von aussen ist rein gar nichts zu sehen und einem Brustaufbau zu einem späteren Zeitpunkt steht nichts im Wege. ❖

Links:

- www.krebsliga.ch – Krebsliga Schweiz mit Links zu den kantonalen Krebsligen und weitere nationale und internationale Verbindungen
- www.krebsforum.ch – Internetforum der Krebsliga, Krebstelefon Krebsliga 0800 11 88 11
- www.leben-wie-zuvor.ch – Schweizer Verein brustoperierter Frauen, Selbsthilfeorganisation für Frauen nach einer Brustkrebserkrankung
- www.lernen-mit-krebs-zu-leben.ch – von Fachpersonen geleitetes Kursangebot für Betroffene und Angehörige
- www.europadonna.ch – Schweizer Brustkrebs-Forum: Früherkennung, Behandlung und Nachsorge bei Brustkrebs
- www.brustforum.ch – Fachärztlich unterstützte Website mit Informationen zum Thema Brustkrebs
- www.survivorship-program-sg.ch – Information und Beratung für Frauen nach Brustkrebs im Kantonsspital St.Gallen
- www.kinder-krebskranker-eltern.de – Die Website des deutschen Vereins Flüsterpost erklärt Kindern und Jugendlichen, was Krebs ist, gibt ihnen hilfreiche Tipps und bietet ein Forum an.
- www.lgfb.ch – Beautykurse für Krebspatientinnen
- www.patientenforum.ch – Plattform für Patienten mit belastenden Krankheiten

Leben wieder findet und vielleicht kann sie sich mit der Chemotherapie besser anfreunden, als sie es sonst könnte, und so auf eine andere Art gegen den Krebs kämpfen. Gerade Brustkrebspatientinnen sind offen für die Frage: Was soll jetzt aus meinem Leben werden? Das hängt natürlich auch damit zusammen, dass viele Brustkrebspatientinnen eine lange Lebenserwartung haben.

Was ist der erste Gedanke einer jungen Mutter, wenn sie die Diagnose Brustkrebs erhält?

Es gibt mehrere Möglichkeiten. Die einen haben den Gedanken «Oh Gott meine Familie!» Es gibt Frauen, deren Impuls sich zunächst nicht an sie selbst richtet, sondern sozialisationsgewohnt gleich zum anderen geht. Sie denken: «Oh nein, für mich wärs ja nicht so schlimm, aber für die Kinder.» Sie spüren ihren eigenen Schmerz noch nicht. Das ist Teil des Schocks. Der Mensch hat das Gefühl, das stimmt doch alles nicht, ich sitze im falschen Film. Wir sprechen von Stadien der Reifung. Das ist die 1. Phase (vgl. Renz 2011, S. 20 f.).

Sie sind auch Theologin. Empfinden Sie das als Hilfe bei Ihrer Arbeit mit den Krebspatientinnen und -patienten?

Auf jeden Fall. Sie müssen wissen, dass ich zuerst Psychologin und Musiktherapeutin war, auch promoviert. Ich habe mich zuerst mit vielen Grenzzuständen im menschlichen Leben beschäftigt, habe im Kantonsspital bereits gearbeitet, habe mit diversen Schwierigkeiten von Menschen zu tun gehabt und dann gemerkt, ich möchte mich jetzt dem Theologiestudium stellen, ich möchte selber diese letzten Fragen stellen und habe auch nach Professoren gesucht, die meinen Fragen standhalten können. Das war für mich sehr intensiv, eine gute Zeit. Mit diesen Fragen und teilweise Antworten bin ich irgendwie reflektierter. Es ist eine gute Basis. Ich stelle natürlich dieselben Fragen, wie die Patientinnen auch. Aber auch die Erfahrung, ich habe sehr viele wirklich spirituelle Erfahrungen, auch persönliche machen dürfen, und Patientinnen und Patienten erleben und begleiten dürfen, die Spuren hinterlassen haben. Es gibt Gott, es gibt da etwas. Für diese Menschen ist das wichtig geworden. Das Studium hat mir geholfen, das zu deuten und den diesbezüglichen Fragen der Patienten und Patientinnen standzuhalten.

Diese existenziellen Fragen werden Ihnen gestellt?

Von vielen Patienten und Patientinnen, ja.

Kann der Glaube an eine höhere Macht oder anders ausgedrückt, das Gefühl eines Eingebundenseins in einen grösseren Zusammenhang, den Krebspatientinnen Kraft geben in dieser schweren Zeit?

Wenn der Glaube «Erfahrung» bedeutet, ja, dann hilft er. Dann wird der Mensch auch in der Krise an diese Erfahrungen oder Gotteserfahrungen, an diese Spuren, die da gelegt worden sind, hingeführt. Wenn aber der Glaube reines Dogma bedeutet, reine Angstbewältigung im Sinne von das musst du glauben, hilft er nicht. Wenn der Glaube nur ein Überichgebot ist, wird er in dieser Situation gerade erschüttert. Es gibt sogar Patientinnen, für die ist es wichtig, dass wir in eine neue Gebetsweise hineinfinden, beispielsweise, dass das Ringen ein Gebet sein kann.

Kann der Krebs für die Betroffenen neben all dem Leid, das er verursacht, auch eine Chance sein?

Das muss ich für jede Krebsart in Anspruch nehmen, dass sie eine Chance sein kann, von dem Moment an, wo sich die Betroffenen auf den Krebs einlassen. Zum Beispiel ist da die Chance, dass die Betroffenen die Gegenwart viel stärker wahrnehmen. So ein Einschnitt kann, wie ich es auch in meinem Buch zu beschreiben versuche, wirklich wesentlich machen, sodass der Mensch die Dinge mehr spürt, mehr weiss, wer er wirklich ist, was er will, sich seine Identität ebenso wie sein Eingebundensein neu entwickelt, dass sich der Mensch nicht mehr über Zufälligkeiten und Oberflächlichkeiten definiert, sondern sich spürt als Körper, als Seele.

Buchtip – direkt bestellen über www.swissfamily.ch/buchshop



«Von der Chance, wesentlich zu werden»
 Reflexionen zu Spiritualität, Reifung und Sterben, von Monika Renz, Verlag Junfermann
 Fr. 19.90
 ISBN: 978-3-87387-664-4