

„Warum sagt mir das denn niemand?“ – Was Du nach einer Krebsdiagnose alles wissen musst.

Der persönliche Ratgeber für Patient*innen von Nella Rausch



Die Idee kam im Wartezimmer der Onko-Nachsorge: Warum nicht die Erfahrungen, die sie selbst als Patientin gemacht hatte, in Tipps umwandeln und anderen Betroffenen zur Verfügung stellen? Denn noch immer – so die Bloggerin und Autorin Nella Rausch im Jahr 7 nach ihrer Diagnose – gibt es keinen „Informationsschalter“ für die ersten drängenden Fragen nach einer Krebsdiagnose. Niemanden, der den Betroffenen eine kleine Mappe mit den wichtigsten nächsten Schritten überreicht.

Dazu kam, dass die gängigen Ratgeber nicht die Themen erfassten, die sie gebraucht hätte bzw. Aspekte betonten, die sie überhaupt nicht interessierten. Viel zu medizinisch, viel zu sachlich-technisch und vor allem viel zu unpersönlich. Sie vermisste praxisnahe Schilderungen aus dem neuen Alltag, dem Alltag einer Patientin, eines Patienten, der meist auch von belastender Stigmatisierung geprägt ist.

So reifte der Entschluss, einen eigenen Ratgeber zu erstellen. Kurz sollte er sein und kompakt. Einen guten Überblick geben über das, was einen so alles in den nächsten Monaten und Jahren erwartet. Er sollte in eine nicht zu kleine (Hand-)Tasche passen und in der gedruckten Form auch Platz für Notizen lassen. Allerdings: Kurz und knapp reichte schnell nicht mehr.

Ihre Leserinnen und Leser fragten nach und stellten immer mehr Fragen:

„Nella, der Ablauf im Krankenhaus ist für mich total belastend. Was muss ich wissen und beachten?“

Oder: „Welche Nebenwirkungen habe ich zu erwarten und was kann ich selbst tun?“

Oder: „Hast du einen guten Leitfaden für Arztgespräche für mich als Begleitung? Ich fühle mich da immer so hilflos.“

Oder: „Wie ist das überhaupt, wenn ich verreisen möchte, obwohl ich gerade eine Therapie mache? Geht das?“

Und, und, und.

Diese und weitere Antworten gibt es nun – immer verpackt in eine klare, leicht-humorvolle und schnörkellose Sprache – in ihrem Ratgeber.

Was Nella Rausch mit dem Ratgeber erreichen möchte:

„Ich möchte Patient*innen und Angehörigen besser durch eine herausfordernde Zeit bringen, Entscheidungen leichter machen und Hintergründe erklären. Weniger Durchwursteln, mehr Durchblick, das ist das Ziel. Denn eines habe ich erfahren müssen: Du selbst musst Deine Krankheit managen.“

Der Ratgeber ist als Taschenbuch (168 Seiten / 19,99 € / ISBN-13: 9-783756-844340) und als E-Book (168 Seiten / 12,99 € / ISBN-13: 9-783756-807338) über BoD (Books on Demand) hier der Link: [Warum sagt mir das denn niemand? \(bod.de\)](https://www.bod.de/Detailansicht/9783756844340/Warum-sagt-mir-das-denn-niemand-168-Seiten-19-99-Euro-ISBN-13-9-783756-844340), bei Amazon ([Warum sagt mir das denn niemand?: Was Du nach einer Krebsdiagnose alles wissen musst. : Rausch, Nella: Amazon.de: Bücher](https://www.amazon.de/dp/B093888888)) und im Buchhandel erhältlich.

Eine Hörbuchversion, gelesen von Maja Dörsam Bellemann, wird im Februar 2023 im Audioverlag Audio4you erscheinen.

Die Autorin:



Ihre Diagnose: 2015 erhielt Nella Rausch die Diagnose Non-Hodgkin-Lymphom im IV-Stadium. Danach: Therapieversagen nach acht Chemo-Zyklen. Fieberhafte Suche nach neuen Therapiewegen. Teilnahmeversuch an einer Studie, die aber abgesagt werden musste. Schließlich eine erfolgreiche Immuntherapie im off-Label-use. 2017 eine autologe Stammzelltransplantation. Seitdem ist die Autorin krebsfrei.

Nella Rausch ist gebürtige Dortmunderin. Sie lebt seit 1996 mit ihren drei Kindern in Berlin-Charlottenburg.

Profession und Ausbildung: Jurastudium (Nebenfach Sinologie). Journalistin, Werbetexterin, Projektleiterin und Prokuristin im Messewesen.

Blog und Podcast: Im August 2019 gründete sie ihren Blog, das Zellenkarussell. Im Oktober 2020 kam der Podcast "Nellas Neuaufnahme Warum sich Patienten und Ärzte besser verstehen sollten." dazu. Dort lädt sie regelmäßig Experten und Betroffene zum Talk über Themen ein, die auch etwas jenseits der Krebserkrankung liegen.

Weiteres: Seit 2019 ist sie Autorin für das Medizinportal DocCheck (Kanal "Zweitmeinung") und hat bereits in diversen Medien Texte veröffentlicht, darunter auch in der „Brigitte Woman“. Darüber hinaus gehört sie zu den Mutmacherinnen und Mutmachern der digitalen Selbsthilfegruppe „Yeswecan!cer“ und trat im Rahmen der Krebs-Convention „Yes!con“ 2021 in Berlin als Speakerin auf. Sie Botschafterin der DKMS.

Nella Rausch steht auch gerne für weitere Anfragen oder Interviews zur Verfügung.
E-Mail: schreibnella@zellenkarussell.de