



■ DANIEL BONFANTI

„Ich habe Glück gehabt“

Am 3. Februar 2024 gehen die Brunecker Krebsgespräche in die nächste Runde und wie immer erzählen Menschen, die wissen, was die Diagnose Krebs bedeutet, von ihrem Weg. Daniel Bonfanti ist einer von ihnen. Noch vor knapp über einem Jahr bestand der Alltag des 47 Jahre alten Familienvaters aus Chemotherapie und vielen Arztbesuchen – heute ist er wieder voll in seinem Beruf als Physiotherapeut tätig. Im Interview erzählt er, was ihm Kraft gegeben hat, warum er einmal mehr gemerkt hat, wie wichtig Worte sind und wie ihm der Sprung ins kalte Wasser zur Vorbereitung auf die Chemo half

PZ: Wie schwierig ist es, seine Geschichte so offen zu erzählen?

Daniel Bonfanti: Es ist nicht so, dass ich mich sehr schwer damit tue. Aber ich habe nicht gleich zugesagt, weil ich mir selbst klar darüber werden wollte, was ich sagen möchte und was ich lieber für mich behalte. Und ganz wichtig ist mir auch, dass das meine Geschichte ist, die ich erlebt habe. Ich möchte keine klugen Ratschläge erteilen, wie etwas zu tun ist. Und ich bin mir sehr bewusst darüber, dass es viele Menschen gibt, die sehr viel mehr mitmachen und alleine schon aus Respekt ihnen gegenüber, möchte ich nicht klug oder belehrend rüberkommen.

Wie kam der Krebs in Ihr Leben?

Es hat im Juli 2022 angefangen. Ich verspürte ein Ziehen im Hodenbereich. Ein Jahr vorher hatte ich da schon mal was, weshalb ich dachte, es wird schon wieder weggehen. Eines abends habe ich den Hoden dann zur Kontrolle doch abgetastet und einen Knoten gespürt. Ich suchte deshalb den Hausarzt auf, der mich untersuchte und an den Urologen überwies. An den Blick des Urologen erinnere ich mich noch genau und an den einen Satz: Da haben wir etwas! Er äußerte sofort den Verdacht auf einen Hodentumor und machte mir im gleichen Moment Mut: Wenn der liebe Gott mich fragen würde, welchen Tumor ich mir „wünschen“ würde, dann wäre es ein Hodentumor, sagte er. Er erzählte mir die Geschichte von Radstar Lance Armstrong und machte andere Beispiele von sehr guten Verläufen bei dieser Tumorart.

Und trotzdem wird dieser Moment erst einmal ein Hammer gewesen sein?

Ich war recht ruhig im Rahmen der Visite. Mir kam nicht vor, dass das jetzt ein Weltuntergang sei. Dazu hat sicher die Art des Arztes beigetragen und die Tatsache, dass ich als Physiotherapeut oft mit Menschen zu tun habe, die sehr kritische Diagnosen erhalten. Und irgendwie glaubte ich verstanden zu haben, dass das bei mir nicht so sei.



Blickt zuversichtlich nach vorne: Daniel Bonfanti.

Schlimmer war das unguete Gefühl schon vor der urologischen Visite. Da der Knoten nicht wegging, habe ich angefangen zu googeln und da fand ich gleich die ganze Palette an möglichen Krankheiten. Der Urologe ging im Rahmen der Visite sehr schematisch vor. Wir sprachen darüber, dass der Hoden entfernt werden muss und wann es soweit sein sollte. Dann sagte er mir noch, dass man als Mann mit einem Hoden genauso gut lebt wie mit zwei und dass es kaum Einschränkungen gibt. Und dann erklärte mir der Arzt, dass ein Hodentumor, wenn er fortschreitet, Metastasen in der Niere und Lunge bilden kann. Und noch in diesem Moment zog sich alles in meinem Brustkorb zusammen, und ich fragte mich, ob das schon die Metastasen waren. Ich machte mir den Vorwurf, ob ich nicht doch den früheren Termin beim Urologen hätte annehmen sollen? Hatte ich mich zu wenig um mich und meine Gesundheit gekümmert? Ich hatte ein schlechtes Gewissen. Etwa zehn Tage später wurde ich operiert.

Wie ging es weiter?

Der Tumor wurde dann untersucht, um das weitere Vorgehen zu entscheiden. Es ging auch um die Frage, ob Lymphknoten befallen waren und deswegen eine Chemo nötig sei. Ich war frustriert, denn ich hatte das Gefühl, dass ich es habe glaggn lassen und eine Chemo vielleicht hätte verhindern können. Ich glaube einfach, dass es wichtig ist, auf seinen Körper zu hören und rechtzeitig medizinischen Rat zu holen. Gleichzeitig sollten Leute nicht verängstigt und übervorsichtig sein und panisch in ihren Körper hineinhören.

Warum ich? Haben Sie sich diese Frage gestellt?

Nein, das habe ich mich nicht wirklich gefragt. Ich hatte auch keine Gedanken, warum der Tumor an dieser Stelle auftauchte. Solche Dinge waren nicht so wichtig für mich.

Was waren wichtige Punkte in dieser ersten Phase?

Als ich nach der OP auf die Ergebnisse der



histologischen Untersuchung wartete und in meinem Kopf auch durchspielte, dass es einer der böseren Hodentumore sein könnte, hat meine Frau mir gleich einen Riegel vorgeschoben. Und sie ermutigte mich, sofort nachzufragen, wenn mich etwas belastet. Das passiert ja schnell: Ein Arzt ordnet eine zusätzliche Untersuchung an und du als Patient befürchtest gleich das Schlimmste, dabei gibt es oft eine ganz andere Erklärung. Das habe ich verinnerlicht, und es hat mir sehr geholfen. Die Tage bis zur endgültigen Diagnose waren nicht leicht. Dann erfuhr ich, dass ich an einem Nichtseminom erkrankt war. Das Tumorboard empfahl kurativ eine Chemotherapie.

Wie haben Sie die Chemotherapie erlebt?

Ich habe sie gut toleriert. Um selbst möglichst viel dazu beizutragen, habe ich versucht, mich darauf vorzubereiten und mit möglichst positiven Gedanken an die Sache heranzugehen. Ich habe sehr auf die Ernährung geachtet, was ich im Übrigen bis heute tue. Und ich habe Eisbäder gemacht: Das Eintauchen in kaltes Wasser schärft den Geist und die Sinne. Zusätzlich haben mir Meditationen, komplementärmedizinische und homöopathische Maßnahmen sehr geholfen. Aber nur, weil es mir recht gut damit gegangen ist, heißt das noch gar nichts. Denn ich weiß, dass viele Menschen einen schweren Weg gehen.

Als Physiotherapeut haben Sie ständig mit Menschen zu tun. Hat sich für Sie durch die eigene Erfahrung als Patient etwas im Umgang mit ihnen verändert?

Ich bin kein Arzt, der jemandem eine schlimme Diagnose überbringen muss. Aber Gespräche über Gesundheit und Krankheit zu führen, das war für mich nicht neu. Aber plötzlich saß ich auf der anderen Seite. Und da habe ich selbst gemerkt, dass es gar nicht einfach ist, als Patient bei einem wichtigen Gespräch alles aufzunehmen. Hat der Arzt etwas Positives gesagt, fragte ich mich hin-

terher: Hat er das wirklich so gemeint? Deshalb glaube ich, dass bei wirklich wichtigen Gesprächen eine zweite Person dabei sein sollte, und zwar jemand, der die Kunst beherrscht, distanziert zuzuhören. Aus meiner persönlichen Erfahrung habe ich auch beruflich etwas mitgenommen: Mir ist bewusster denn je, welche Auswirkungen Worte haben. Ich rede noch bedachter und überlegter. Für mich war wichtig, dass ich in den Behandlungsverlauf aktiv einbezogen wurde, gleichzeitig habe ich gemerkt, dass es mir besser geht, wenn ich manche Dinge ruhen lasse. Wenn ich heute Blutproben mache, kontrolliere ich die Werte nicht online, sondern warte, bis die Ärzte sich melden.

Rückblickend: Was waren entscheidende Momente in dem Prozess?

Da gab es drei. Der erste war der Satz des Urologen, der mir klar machte, dass ich im Pech, wenn man so sagen will, auch riesiges Glück hatte. Dann die Reaktion von meiner Frau. Als ich ihr von dem Verdacht des Urologen erzählte, sagte sie sofort, das wird schon wieder und das packen wir! Das hat mir einfach wohlgetan, sie an meiner Seite zu wissen und das gemeinsam anzugehen. Und der dritte Moment betrifft mein schlechtes Gewissen der Familie gegenüber. Ich habe mich lange gefragt, ob es anders gewesen wäre, wenn ich früher zum Arzt gegangen wäre. Aber meine Frau sagte mir, dass sie und die Kinder mir nichts verzeihen müssten, ich solle mir selber verzeihen. In dem Moment ist die größte Last von mir gefallen. Ja, und dann natürlich der Moment, als mir mitgeteilt wurde, dass ich kein Risikopatient mehr bin.

Wie haben die Kinder die Diagnose aufgenommen?

Es war hart, ihnen davon zu erzählen. Ich hatte Angst, die richtigen Worte zu finden, da ich nichts verbergen wollte, aber ich wollte auch ja nicht zu dramatisch sein. Auch hier hat mich meine Frau aufgefangen, sie hat das Gespräch in die Hand genommen.

Die Kinder haben unheimlich gut reagiert. Sie haben mich aber auch nie richtig krank gesehen, da ich recht fit war. Ich bin auch jeden Tag ein Stück gegangen und habe daheim viel mitgeholfen.

Sie sind jetzt wieder voll berufstätig.

Nach der Chemo war ich für einige Wochen im Krankenstand und als ich wieder in den Arbeitsalltag eingestiegen bin, habe ich für einige Monate das 104-er-Gesetz in Anspruch genommen. In dieser Zeit habe ich gelebt wie in einer Blase. Es war alles aufs Wesentliche reduziert, ich hatte Zeit für die Kinder und meine Frau. Das hat uns allen gut getan und mir die Möglichkeit gegeben, mich wieder langsam auf den vollen Auftrag vorzubereiten. Heute mache ich längere Mittagspausen und arbeite dafür am Abend länger, damit ich wenigstens bei Tageslicht kurz rauskomme. Und ansonsten habe ich sehr viel Tempo aus meinem Leben genommen.

Haben Sie gelernt, Dinge mehr zu schätzen seit der Diagnose?

Ich wusste immer schon, was für mich wichtig und schön ist. Aber trotzdem vergisst man es manchmal in der Hektik des Alltags. Ich glaube, es ist gut, achtsam zu sein. Ich sehe heute die Freude noch mehr in den kleinen Dingen. Mein Bewusstsein ist geschärft worden, ich bemühe mich, die schönen Dinge des Lebens zu genießen. Ohne provozieren zu wollen und weil es gut ausgegangen ist, sage ich, dass ich viel mehr aus der Sache gewonnen habe als ich investieren musste.

// Interview: Verena Duregger

TERMIN



6. Brunecker Krebsgespräche für alle Interessierten

Samstag, 3. Februar 2024
14,30 bis 18,30 Uhr
im UFO Bruneck

Stand der onkologischen Behandlung eingehen und die Frage beantworten, inwieweit künstliche Intelligenz Diagnose und Therapie verändert.

Und dann dürfen natürlich jene nicht fehlen, die eine Krebsdiagnose ganz unmittelbar betrifft – die Patientinnen und Patienten und ihre Angehörigen. Daniel Bonfanti ist einer von ihnen. Außerdem auf dem Programm: Beiträge der Mitglieder des therapeutischen Workshops „Verrückte Zellen“.

//

DARÜBER REDEN, WAS PATIENTINNEN UND PATIENTEN BRAUCHEN

Die Brunecker Krebsgespräche sind zurück und bieten im Ufo Jugend- und Kulturzentrum Bruneck wieder eine geballte Ladung an Information und Emotion. Roter Faden der Veranstaltung: Die Zukunft des Gesundheitswesens. Bei der 6. Ausgabe am 3. Februar wollen die Organisatoren beleuchten, wie sich Diagnose, Therapie und Versorgung entwickeln.

Unter anderem werden Hausärztin und Sögam-Präsidentin Doris Gatterer, Ulrich Seitz, Präsident der Alzheimervereini-

gung Südtirol, Günther Sitzmann, Chirurg und Präsident der Primargewerkschaft ANPO und Ethikexperte Martin M. Lintner, Professor für Moraltheologie und Spirituelle Theologie darüber diskutieren, was Patientinnen und Patienten brauchen und wie das in Südtirol auch wirklich umgesetzt werden kann.

Andreas Seeber, leitender Oberarzt in der Abteilung Hämatologie und Onkologie an der Uniklinik Innsbruck wird in einem Impulsreferat auf den neuesten