

# „Ich fand mich auch ohne Haare schön“



Lebensfreude pur: „Auch mit Glatze blieb ich selbstbewusst“, sagt Nina Lupp

Jedes Jahr hören 50000 Frauen in Deutschland die Diagnose: Brustkrebs. So wie Nina Lupp. Für die 45-Jährige stand sofort fest: **Sie will kämpfen! Weiterleben wie bisher.** Und eines möchte sie auf gar keinen Fall: sich verstecken ...

**S**ie stehen und hängen überall – im Flur, im Wohnzimmer, in der Küche: Fotos von Freunden, von der Familie. „Das war das Erste, was ich in unserer neuen Wohnung angebracht habe“, sagt Nina Lupp (45). Vor vier Wochen ist sie mit ihrem Ehemann Rainer (63) nach Hetlingen (Schleswig-Holstein) gezogen. „Die Bilder hingen, bevor die Möbel standen. Sie zeigen die Menschen, die mir während meiner schweren Zeit immer zur Seite standen.“

Rückblende, Anfang 2006: Beim Duschen bemerkte Nina Lupp einen Knoten in ihrer rechten Brust. „Ich machte sofort einen Termin beim Arzt“, erinnert sie sich. Die Diagnose: Brustkrebs. „Das war für mich wie ein Schlag ins Gesicht“, sagt Nina Lupp. „Als ich wieder nach Hause kam, strich ich das Datum im Kalender rot an: der 31. Januar!“ Daneben schrieb sie: „Dich mach ich platt.“ In dieser Sekunde hatte sie beschlossen: Sie will sich von dem Tumor nicht unterkriegen lassen.

„In ein schwarzes Loch zu fallen – das kam für mich nicht infrage. Irgendwie konnte ich gar nicht anders. Schließlich war ich schon immer eine Kämpferin.“ Sie wollte den walnussgroßen Tumor besiegen. „Zum Glück war ich dabei nie allein. Mein Mann hat mir immer viel Kraft gegeben. Als ich ihm von dem Brustkrebs erzählte, hat er sofort gesagt: Das schaffen wir zusammen.“

Nur vier Tage nach der Diagnose wurde Nina Lupp operiert. „Zwei Wochen später konnten mit

die Ärzte mit Sicherheit sagen, dass der Tumor noch nicht gestreut hatte“, sagt Nina Lupp. „Das war eine Riesenerleichterung. Denn vorher kam doch immer wieder die Angst hoch, der Brustkrebs könnte mein Todesurteil sein.“

Trotz dieser guten Nachricht rieten ihr die Mediziner zu Chemotherapie und Bestrahlung. „Die Ärzte sagten mir, dass sei das übliche Verfahren. Die Nebenwirkungen waren mir in dem Moment egal. Ich wollte nur eines: gesund werden.“ Kurz danach passierte es: „Plötzlich hatte ich die ersten Haarbüschel in den Händen. Ich nahm die Schere, hielt den Kopf nach unten und verpasste mir einen Kurzhaarschnitt. So wie es die Kleinen im Kindergarten machen“, sagt Nina Lupp und lacht.

## „Krank und blass wollte ich auf keinen Fall aussehen“

Am nächsten Tag ging sie zu einer Perückenmacherin. „Sie hat mir die letzten Stoppel abstrahiert. Ich wollte nicht warten, bis die letzte Strähne von allein ausfällt.“ An die extra angefertigte Perücke konnte sie sich jedoch nicht gewöhnen. „Sie hat gekratzt. Das war schrecklich. Aber irgendetwas musste ich auf dem Kopf tragen. Es war Winter und ewig kalt am Kopf. Nur: Ich fand einfach keine hübsche Mütze“, sagt sie. Deshalb kam Nina Lupp die Idee, selbst Kopfbedeckungen zu nähen. „Ich holte meine verstaubte Nähmaschine aus dem Keller. Zehn Jahre hatte ich sie nicht angerührt. Und nun probierte ich einfach alles aus. Ich hatte noch blauen Nickstoff von alten Kissenbezügen im Schrank liegen. Aus dem habe ich meine erste Mütze geschneidert“, erinnert sie sich.

„Als ich sie aufsetzte, war ich begeistert: Sie war weich, warm – und sah schick aus!“ Doch verstecken

wollte sie sich nicht unter der Mütze. Im Gegenteil: „Ich habe mich stärker geschminkt als vorher. Krank und blass wollte ich auf gar keinen Fall aussehen“, sagt sie. Den kräftigen blauen Lidschatten und detmoschimmernden Lippenstift benutzt sie bis heute gern. „Ich fand mich trotz der Krankheit schön. Und weiblich. Auch ohne Haare.“

Dazu hat auch ihr Mann beigetragen. „Er gab mir jeden Tag das Gefühl, das ich genauso attraktiv bin wie vor dem Brustkrebs“, sagt sie. „Heute weiß ich: Das ist gar nicht selbstverständlich. Andere krebserkrankte Frauen haben mir von ihren Männern erzählt. Manche haben Probleme damit, wenn ihren Partnerinnen die Haare ausgehen. Sie verbinden damit Weiblichkeit, und für die Männer geht durch die Chemotherapie ein Stück davon verloren“, sagt Nina Lupp. „Das ist natürlich Quatsch. Eine Frau ist nicht weniger Frau, nur weil sie eine Glatze hat.“

Immer wieder wurde sie von anderen Patientinnen auf ihre originellen Mützen angesprochen.



Vor der Diagnose: Nina Lupp mit langen Haaren im Arm ihres Mannes Rainer





Farbenfrohe Kopfbedeckung: Ihre Mützen trägt Nina Lupp bis heute gern – immer passend zum Outfit



Nina Lupp hat schon mehr als 180 Mützen genäht

## „Auch wenn der Kopf kahl ist, sollte er hoch getragen werden“

„Schließlich habe ich auch für sie welche aus weichen Stoffen, verziert mit Knöpfen oder Perlen, genäht“, sagt sie. „Feel good“-Mützen nennt sie ihre Unikate – auf Deutsch: Fühl dich gut. Mehr als 180 Stück hat sie bis heute entworfen (Infos unter [www.feelgood-muetzen.de](http://www.feelgood-muetzen.de)). „Mit meinen Kopfbedeckungen will ich anderen betroffenen Frauen Mut machen. Ich möchte ihnen etwas von ihrem Selbstbewusstsein zurückgeben“, sagt Nina Lupp. „Denn auch wenn der Kopf kahl ist, sollte er hoch getragen werden.“

### „Heute genießen mein Mann und ich unsere Zweisamkeit intensiver“

Mut macht sie ihren Kunden auch durch Gespräche. „Ich besuche die Frauen im Krankenhaus, oder sie kommen zu mir nach Hause.“ Sie hört ihnen zu, beantwortet Fragen, erzählt von ihrem glücklichen Verlauf der Krankheit und geht offen mit dem Thema Brustkrebs um. „Gerade ältere Patientinnen haben große Probleme damit, wenn sie ihre Haare verlieren. Ich sage ihnen: Es ist kein Makel, keine Haare zu haben. Probieren Sie mal aus, sich hübsch zu machen und zu schminken. Sie werden merken: Wenn man sich in seiner Haut wohlfühlt, macht auch das Bummeln durch die Stadt oder der Einkauf im Supermarkt mehr Spaß“, sagt sie. „Sich zu verkriechen und zu bemitleiden, macht die Situation nur schlimmer.“

Seit Nina Lupp den Tumor besiegt hat, sieht sie das Leben mit anderen Augen. „Früher haben wir mehr für unseren Partyservice gearbeitet. Heute nehmen wir uns bewusst Auszeiten – für Familie und Freunde. Und mein Mann und ich genießen unsere Zweisamkeit intensiver. Das ist Glück.“

Franziska Coesfeld