



2-jähriges Jubiläum der Prostatakrebs-Selbsthilfegruppe Prosecco

- Ihre Geschichte und Gedanken von Ralf, dem Gründer der Gruppe -

Für mich fast unglaublich: schon zwei Jahre gibt es die Prostatakrebs-Selbsthilfegruppe Prosecco.

Im Mai 2023 begannen bereits die Planungen eines damals 57-jährigen schwulen Mannes, dem drei Jahre vorher die Prostata rausgeschnippelt wurde – mit weitreichenden Folgen, ganz anderen Folgen als sie von heterosexuellen Männern oder Urologen berichtet wurden.

Die schwule Identität bekam nach der Operation erhebliche Risse, war zeitweise sogar ganz verloren.

Mit wem darüber austauschen? Es gab damals nur eine schwule Prostatakrebs-Selbsthilfegruppe, weit weg, in Berlin. Kann in Stuttgart funktionieren, was Berlin funktioniert? Telefonisch löcherte ich den dortigen Gruppenleiter, Bernhard von Jan, mit Fragen, was bei einer Gruppengründung zu beachten sei. Er gab mir wertvolle Tipps und machte mir Mut zur Gruppengründung.

Der Weg bis zur Gründung war dann jedoch langwierig. Ein potenzieller Netzwerkpartner und ein guter Gruppenname wurden zwar schnell gefunden. Aber leider stand der Netzwerkpartner vor seiner eigenen Auflösung bzw. vor der Fusion mit einer anderen LGBTQ+-Institution in Stuttgart. Erst im zweiten Anlauf wurde dann mit der AIDS-Hilfe Stuttgart ein starker Netzwerkpartner gefunden, der die Gruppengründung auch aktiv unterstützen konnte. Ohne die personelle und fachliche Unterstützung der AIDS-Hilfe gäbe es die Gruppe nicht, hätten wir keine Heimat.

Am 21. Mai 2024 fand das erste Gruppentreffen bei der AIDS-Hilfe Stuttgart statt. Damals waren wir zu dritt – ein Interessent, ein Mitarbeiter der AIDS-Hilfe und ich. Ein weiterer Interessent stand vor verschlossener Türe, weil jemand den Türöffner abgeschaltet hatte. Startschwierigkeiten.

Glücklicherweise hatte der Mann Durchhaltevermögen und versuchte es zwei Monate später nochmals, dann mit Erfolg.

Mittlerweile ist die Gruppe gewachsen. 13 schwule (die große Mehrheit) und bisexuelle Männer zählt die Gruppe derzeit. Und immer zum Ende des Quartals dürfen männliche Partner zu den Treffen mitkommen.

Manche Mitglieder schalten sich online zu, da die Anreise zu weit ist, z.B. aus Wien!

In den beiden Jahren hat sich viel getan. Wir hatten nicht nur die monatlichen Treffen. Auch Fachleute wurden eingeladen z.B. ein schwuler Psychotherapeut. Es gab einen eintägigen Workshop für Beckenbodentraining und Körperwahrnehmung und ein Sommerfest. Weitere Aktionen sind geplant. Ein Psychoonkologe wird uns besuchen und ein Meditations-/Qigonglehrer. Und es soll ein Seminar zum Thema Sexualität nach Prostatakrebsbehandlung geben – speziell für schwule und bisexuelle Männer. Die Seminarplanung, insbesondere jedoch die Finanzierung sind in Zeiten klammer Kassen schwierig. Gemeinsam mit der Berliner Gruppenleitung versuchen wir das dennoch hinzubekommen - irgendwie, irgendwann.

Mittlerweile haben wir zwei Kooperationskliniken, die uns fachlich unterstützen und wir sind in der „Selbsthilfeszene“ inzwischen gut vernetzt. Mit unserem Infostand waren wir bereits auf einigen Veranstaltungen, auch bei einem Urologenkongress. Es wurde sogar ermöglicht, in einer Klinik ein Referat zum Thema „Prostatakrebs und Sexualität bei schwulen und bisexuellen Männern“ zu halten. Denn die meisten Urologen in Deutschland wissen nicht, dass sich die Behandlungen auf uns anders auswirken als auf heterosexuelle Männer.

Im Juni 2024 begann bereits der Versand der monatlichen Infomail, mit Informationen zu aktuellen Planungen der Gruppe und zu medizinischen Themen. Auch die Homepage wurde weiterentwickelt. Sie wurde übersichtlicher und mittlerweile gibt es außer englischsprachigem Infomaterial und schlechten Übersetzungen ins Deutsche auch Infomaterial, das von uns selbst erstellt wurde. Ermöglicht wurden die Homepage und das Infomaterial insbesondere durch die finanzielle Förderung der gesetzlichen Krankenversicherungen (GKV-Gemeinschaftsförderung).

Ein neuer Meilenstein war der Beitritt zum Bundesverband Prostatakrebs Selbsthilfe e.V. im Februar 2026. Dadurch sind wir noch näher dran an den aktuellen Entwicklungen bei der Behandlung von Prostatakrebs und bekommen zusätzliche fachliche aber auch finanzielle Unterstützung.

Habe ich meine schwule Identität durch die Gruppe wiedergefunden?

Ja, größtenteils – weil ich nun weiß, dass es anderen Männern, die Sex mit Männern haben, ähnlich geht wie mir. Gemeinsam entwickeln wir Strategien, mit der neuen Situation umzugehen. Das Thema Sexualität ist bei unseren Treffen immer ein wichtiges Thema. Darüber unterhalten wir uns offen. In Prostatakrebsgruppen, die überwiegend von heterosexuellen Männern und ihren Partnerinnen besucht werden, wird das Thema Sexualität meist ausgeklammert, weil es entweder einen geringeren Stellenwert hat oder schambehafteter ist.

Das Wichtigste für mich: unser gemeinsames Lachen.

Wünsche für die Zukunft? Ja, jemanden, der mich vertreten will, wenn ich mal außer Kraft gesetzt bin oder sogar die Gruppe mit mir gemeinsam leiten will. Die Gewissheit, dass im Notfall jemand für die Gruppe da ist, würde entlastend wirken. Denn ich weiß nicht, welche Spielchen mein Rezidiv noch mit mir spielen wird. Gesundheit ist nur teilweise planbar.

Das Wichtigste zum Schluss:

Danke, Bernhard von Jan!

Danke, AIDS-Hilfe Stuttgart e.V.!

Danke, Uroonkologisches Zentrum der Kreiskliniken Böblingen gGmbH, Klinikum Sindelfingen-Böblingen, Kliniken Sindelfingen und Prostatakrebszentrum der Rems-Murr-Kliniken gGmbH!

Danke, GKV-Gemeinschaftsförderung Baden-Württemberg!

Danke, Danke, Danke, Ihr tollen mutigen Männer der Selbsthilfegruppe Prosecco!
Danke fürs Kommen und für Eure Unterstützung!

Euer Gruppenleiter

Ralf