



Catherine (12), Konstantin (10) und Charline (7, v. l.) sowie Carlos (7, vorne) sind Konstanze Kuchenmeisters Kraftquelle

**Die vierfache Mutter will allen Frauen Mut machen**



Zu ihrer Glücksformel gehört auch das richtige Atmen

## Dr. med. Konstanze Kuchenmeister (43) „So können auch Sie den Krebs besiegen“

**E**in toller Mann an ihrer Seite, vier gesunde Kinder und erfolgreiche Frauenärztin – Konstanze Kuchenmeister (43) lebt heute ihren Traum. Doch vor nunmehr acht Jahren hatte sich eine Katastrophe angekündigt: Konstanze war mit ihren Zwillingen im fünften Monat schwanger, als bei der Nürnbergerin erst Gebärmutterhalskrebs und dann auch noch ein Gehirntumor diagnostiziert wurde. In DAS GOLDENE BLATT verrät die Gynäkologin, wie sie dennoch ihr Schicksal meisterte!

**Wie lauten die Botschaften Ihres Ratgebers „Mein Glücksrezept – So meistern Sie jede Lebenskrise aus eigener Kraft“?**

Ich verrate Ihnen gern mein Geheimnis, es hat nur drei Zutaten: Brennen Sie für Ihre Träume, lassen Sie los, was Ihnen nicht gut tut und leben Sie in Einklang mit Ihrem Körper. So habe ich es geschafft, und so können auch Sie den Krebs besiegen! **Kann Gebärmutterhalskrebs jede Frau treffen?**

Ja. Um die 80 Prozent der Frau-

en machen im Verlauf ihres Lebens mit dem Virus Bekanntschaft. Inzwischen gibt es eine Impfung, die gegen die gefährlichsten Virentypen schützt.

**Also ist eine regelmäßige Vorsorge umso wichtiger..**

Genau! Ebenso sollten sich Eltern frühzeitig damit auseinandersetzen, ob sie ihre Tochter vor dem ersten Geschlechtsverkehr impfen lassen wollen.

**Denken Sie hin und wieder an die Situation „Was wäre, wenn der Krebs zurückkommt?“**

Natürlich! Jedes Mal, wenn ich zur Vorsorgeuntersuchung muss, bin ich zu Beginn der Woche schon zwei Kilogramm leichter. Aber heute darf ich ganz stolz sagen: Ich habe es tatsächlich geschafft. Wir als Familie und Paar haben die

schwere Zeit überstanden. Obwohl der Faden, an dem zum Schluss alles hing, nur noch hauchdünn war. **E. Andresen**



Autorin Hera Lind (54, r.) schrieb einen Roman über Konstanzes tapferen Kampf

### ZU GEWINNEN

Wir verlosen fünfmal ein Exemplar von Konstanze Kuchenmeisters Ratgeber „Mein Glücksrezept“ (Gräfe und Unzer-Verlag, 16,99 Euro). Schicken Sie eine Postkarte mit dem Stichwort „Mein Glücksrezept“ an DAS GOLDENE BLATT, Postfach 1402 in 85732 Ismaning. Einsendeschluss ist der 9. April.

