

HANNOVER CONCERTS

GRAND PRIX DER ARTISTEN

WEIHNACHTS CIRCUS HANNOVER

GrandeZZa entertainment



JETZT TICKETS SICHERN!

20 DEZEMBER 2024

SCHÜTZENPLATZ

Karten an den bekannten Vorverkaufsstellen, per Telefon und Internet sowie ab 15.12. auch an der Circuskasse.

TICKETS & INFORMATIONEN

0 240 5-4 08 60

05 JANUAR 2025

www.weihnachtsircus-hannover.com

# „Ich bin glücklich, dass ich alles überstanden habe“

Hannovers SDP-Chef **ADIS AHMETOVIĆ** spricht über sein Leben nach dem Krebs

Bei einem Spaziergang durch die herbstliche Eilenriede hat Hannovers SPD-Chef Adis Ahmetović von seinem Kampf gegen die tückische Krankheit, Kartenspielen mit Mama und Kuchen mit Ex-Vizekanzler Philipp Rösler erzählt.

Es ist ein Bilderbuch-Herbsttag: Die Blätter der Bäume in der Eilenriede sind goldgelb bis rot leuchtend, segeln sanft von den Wipfeln, Sonnenstrahlen bahnen sich ihren Weg durchs Geäst. Entspannt streckt Adis Ahmetović (31) seinen Kopf der Sonne entgegen. „Schön, oder?“ Er sagt es, er fragt nicht. Momente wie diese hat der Bundestagsabgeordnete zuletzt selten erlebt, obwohl sie selbstverständlich sind. Vermeintlich.

„Plötzlich bestimmten Prozente auf andere Art, wie es in meinem Leben weitergeht“, sagt Ahmetović in Anspielung auf die Zahlenwerte, die das politische Geschäft bestimmen. Es ist das erste Mal, dass er mit uns öffentlich ganz persönlich über seine gerade erst überstandene Erkrankung spricht. Im Frühjahr hatten Ärzte Krebs diagnostiziert, fünf Monate wurde er in der MHH wegen eines Hodgkin-Lymphoms behandelt. Ein Schock für ihn, seine Familie, sein privates wie berufliches Umfeld, auch wenn die Heilungschancen bei dieser Art von Krebs 80 bis 90 Prozent betragen.

Auf einer Mexikoreise Ende Februar 2024 merkte Ahmetović, dass „etwas nicht stimmte“. Etwas nicht stimmte? Hatte er

Schmerzen? „Nein. Mir fehlte die Leichtigkeit.“ Vorzeitig reiste der SPD-Politiker ab, ging zum Arzt. Bis er die konkrete Diagnose bekam, sollte allerdings Zeit vergehen. Viele gingen schlichtweg von Stress aus. „Ich saß im Bundestag auf meinem blauen Stuhl, als sich meine innere Stimme wieder meldete“, erinnert er sich an den 11. April 2024, einen Donnerstag. Er suchte in der Berliner Charité Hilfe. Wenige Tage später saß er erneut in einer Sitzung, als ihn der vorläufige radiologische Befund erreichte. „Ich scrollte in meinem Handy und stieß schließlich auf die Passage ‚Verdacht auf einen Tumor‘.“ Für einen Moment stand die Welt still. Seine Welt. Der Hannoveraner verließ abrupt die Sitzung, setzte sich ins Auto. „Ich kam damit nicht klar. Es war wie ein Anschlag auf mein Leben.“

Ahmetović hatte es als Sohn bosnischer Flüchtlinge mit seiner politischen Karriere weit gebracht. Als Teenie tritt er in die SPD ein, wird Juso-Chef, arbeitet sich bis in die Staatskanzlei hoch, wird SPD-Büroleiter und schließlich persönlicher Referent von Ministerpräsident Stephan Weil (65). 2020 wird Ahmetović Chef der hannoverschen SPD, im Jahr darauf sitzt er als einer der jüngsten Abgeordneten im Bundestag. Dann der gesundheitliche Schock. „Ich war tagelang wie paralysiert“.

Es dauerte, bis er den Schalter umlegen konnte, „um den Wettbewerb anzutreten, den ich unbedingt gewinnen woll-



**Strahlt mit der Sonne um die Wette:**  
Hannovers SPD-Chef und Bundestagsabgeordneter Adis Ahmetović in der Eilenriede.  
Foto: Nancy Heusel

te“. Er vergleicht das letzte halbe Jahr mit einem Marathon: „Mal lief es besser, mal schlechter. Man quält sich, und dann reicht einem jemand nach fünf Kilometern eine Wasserflasche, und du läufst weiter.“ Leute, die Sportlerinnen und Sportler beim Langstreckenlauf bejubeln, geben ebenfalls Kraft – sie stehen symptomatisch für das Umfeld des Krebspatienten. Vorneweg seine Eltern, insbesondere seine Mutter Edina (57). „Auch wenn ich über 30 bin, machte es einen Unterschied, ob ich allein im Klinikzimmer bin oder meine Mutter dabei ist.“ Vier Chemotherapiezyklen mit all den Nebenwirkungen – ob körperlicher Schmerz oder Haarausfall – musste Ahmetović über sich ergehen lassen. „Es gibt Kinder, die nicht das Glück haben, Familie bei sich zu haben. Jemand, der ihnen hochhilft, etwas zu trinken reicht, Karten spielt oder nur da ist“, sagt Hannovers SPD-Chef – und weiß es zu schätzen.

Ahmetović kämpft mit den Tränen. „Die Kraft der Mutter, der Eltern, ist unglaublich.“

Selbst eine Prominente hat ihm geholfen – aber ohne, davon zu wissen: Vicky Leandros (72). „Ihr Song ‚Ich liebe das Leben‘ ist zu meiner Heilungshymne geworden. Immer, wenn es mir nicht gut ging, ich Schmerzen hatte, habe ich das Lied angemacht.“

Ein Grund, warum er sich gerade mit der Vorsitzenden Anke Mayer des Vereins für krebskranke Kinder getroffen hat. „Sie planen auf dem MHH-Gelände ein Elternhaus, in dem Mütter und Väter ihre Kinder während der Behandlung begleiten können.“ Ein Millionenprojekt, das für Ahmetović ein Herzensprojekt geworden ist.

Den Tag, an dem er erfahren hat, dass er krebsfrei ist, nennt Ahmetović nun seinen zweiten Geburtstag. „Ich bin glücklich, dass ich alles überstanden habe.“

## Harter Stuhl? Achtung vor Hämorrhoiden!



Hämorrhoiden zählen zu den häufigsten Begleiterscheinungen von hartem Stuhl bzw. regelmäßiger Verstopfung. Lassen Sie es gar nicht so weit kommen!

„Ich habe Hämorrhoiden“ – Worte, die niemand von uns gerne in den Mund nehmen möchte. Tatsache ist jedoch: Wir alle haben Hämorrhoiden.

Dabei handelt es sich schlichtweg um Blutgefäße rund um den Darmausgang. Wer umgangssprachlich von Hämorrhoiden spricht, meint damit vielmehr eine schmerzhaft vergrößerte dieser Blutgefäße. Besonders häufig treten diese aufgrund von zu starkem Pressen beim Toilettengang auf. Um gegenzusteuern, setzt man am besten bereits an, bevor

es überhaupt erst dazu kommt und entsprechende Salben oder Zäpfchen nötig werden. Und zwar bei einer gut funktionierenden Verdauung.

**HARTEM STUHL ENTGEGENSTEUERN**

Ein synthetisches Abführmittel kann zwar helfen, akute Verstopfung zu beseitigen, aller-

dings sollte ein solches nur in absoluten Ausnahmefällen verwendet werden. Bei häufigem Gebrauch kann sich der Darm nämlich daran gewöhnen. Das kann so weit gehen, dass er irgendwann ständig den Reiz von außen braucht, um sich zu entleeren. Ärztliche Leitlinien empfehlen daher im ersten Schritt eine sanftere Alternative: nämlich die

Erhöhung der Flüssigkeits- und Ballaststoffzufuhr.

### WIE HELFEN BALLASTSTOFFE?

Bei Ballaststoffen handelt es sich um bestimmte Pflanzenbestandteile. Anders, als ihr Name vermuten lässt, sind sie aber keineswegs eine „Last“. Im Gegenteil: Bei ausreichender Zufuhr regen sie durch ihren Quelleffekt rasch die Darmbewegung an und sorgen gleichzeitig wieder für eine normale Stuhlkonsistenz.

### BALLASTSTOFFE RICHTIG ZUFÜHREN

Also einfach etwas mehr Gemüse und Obst essen und die Sache mit dem harten Stuhl hat sich erledigt? So einfach ist es leider nicht – vor allem wenn man akut etwas gegen den harten Stuhl tun möchte. Studien haben nämlich gezeigt, dass gerade Ballaststoffmischungen einen positiven Effekt auf die Verdauung und somit einen klaren Vorteil gegenüber einzelnen Ballaststoffen haben.\* Am meisten Sinn macht es deshalb auf eine Kombination mehrerer verschiedener Ballaststoffe in möglichst hoher Dosierung aus der Apotheke zurückzugreifen. Diese sind sehr gut verträglich, haben keinen Gewöhnungseffekt und können somit, wann immer Bedarf besteht, eingenommen werden.

### INNOVATION AUS DER APOTHEKE

Ein solches Mittel, mit dem immer mehr Anwender besonders gute Erfahrungen gemacht haben, ist Dr. Böhm® Darm aktiv. Das pflanzliche Trinkpulver enthält eine ideal dosierte 5-fach Kombination

aus pflanzlichen Ballaststoffen. Es wirkt sanft und natürlich – einen spürbaren Effekt merkt man bereits nach der Einnahme von 1–2 Sachets.\*\*

**Gut zu wissen:** Wie alle Produkte der führenden österreichischen Apothekenmarke Dr. Böhm® wird auch Darm aktiv unter strengsten Qualitäts-

vorschriften mit hochwertigen Rohstoffen produziert. Bestehen Sie daher auf das Original – falls noch nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Darm aktiv gerne für Sie.

\*Christodoulides S et al. Systematic review with meta-analysis: effect of fibre supplementation on chronic idiopathic constipation in adults. *Aliment Pharmacol Ther* 2016; 44 (2): 103–16.  
\*\* PKA-Produkt-Test (PKAcab, 10/2023)

Die Lösung bei hartem Stuhl



NEU

✓ Angenehm weicher Stuhl<sup>1</sup>

✓ Leichte und regelmäßige Darmentleerung

✓ Fruchtiger Geschmack – schmeckt auch Kindern

Für Ihren Apotheker: Dr. Böhm® Darm aktiv

PZN: 19251696 (6 Sachets)

PZN: 19105730 (20 Sachets)

<sup>1</sup>Flohsamen tragen zu einem weichen Stuhl bei und erleichtern die Darmentleerung.