**Ressort: Gesundheit**

# Russ: Humor hilft mir gegen den Krebs

Berlin, 25.09.2016, 05:00 Uhr

**GDN -** Im Mai erhielt der Frankfurter Fußballprofi Marco Russ die Schockdiagnose Hodenkrebs. Nach einer Operation und zwei Chemotherapien macht die Genesung des 31-Jährigen nun Fortschritte.

"Es wird von Tag zu Tag besser. Seit zwei, drei Wochen habe ich keine großen Probleme mehr", so Russ zur "Welt am Sonntag". "Ich kann bereits ein wenig Sport machen. Wobei ich das ganz sachte angehe. Ich kann das Programm noch nicht steigern. Ich mache einfach etwas, um meinen Körper in Schwung zu bringen." Welche harte Zeit der Abwehrmann in den vergangenen Monaten durchlitten hat, verdeutlichen Russ` Erklärungen dazu, wie sich das Leben gerade auch mit seinen beiden kleinen Kindern durch den Krebs verändert habe. "Meine Frau und ich haben von Anfang entschieden, dass wir ihnen gegenüber offen sind. Die Ärzte haben uns auch dazu geraten, kein Geheimnis daraus zu machen und eventuell irgendetwas anderes zu erzählen", so Russ. Gegenüber seinem Sohn, der bereist fünf Jahre alt ist, sei es weniger schwierig gewesen, die körperlichen Veränderungen und den Haarausfall nach den Chemotherapien zu erklären. Die zweijährige Tochter habe sich dagegen "etwas gewundert, warum der Papa plötzlich keine Haare mehr hat", sagte Russ. "Aber das konnten wir auch ganz gut erklären." Ansonsten hätten sich Russ und seine Frau dazu entschieden, mit einer positiven und optimistischen Lebenseinstellung den Kampf gegen den Tumor zu führen. "Wir nehmen in unserem Leben viele Sachen mit Humor", erklärte Russ gegenüber der "Welt am Sonntag". "Auch die Chemotherapie und alles, was mit ihr zusammenhängt, haben wir versucht, mit Humor zu nehmen. So ist unsere Art, mit Dingen umzugehen. Diese lustige, humorvolle Art hat uns in den vergangenen Wochen sehr geholfen gegen den Krebs." Viel Kraft habe er auch aus den Sympathiebekundungen von Fans und anderen Kollegen gezogen. "Ich habe unzählige tolle Nachrichten über die verschiedensten Kanäle erhalten", so der Fußballprofi. "Es haben sich Leute von überall gemeldet, von Vereinen, bei denen man normalerweise annimmt, dass die mit der Eintracht nichts am Hut haben. Plötzlich war Rivalität total egal. Es war ein tolles Gefühl." Ein konkretes Datum oder einen Monat für ein eventuelles Comeback möchte Russ aktuell noch nicht ins Auge fassen. Mitte Oktober stehe eine Abschlussuntersuchung an. "Da wird der komplette Körper noch einmal gecheckt. Wenn mir die Ärzte dann grünes Licht geben, will ich anfangen, mit unseren Fitnesstrainern alles aufzuholen", so Russ. Er werde sicher einige Zeit brauchen "und es wird auch Rückschläge geben". Das grobe Ziel sei jedoch, mit der Mannschaft im Winter ins Trainingslager zu fliegen. Zur Rückrunde hoffe er dann wieder so weit hergestellt zu sein, "dass ich eine Option für unseren Trainer und die Eintracht sein kann". Dass sein Vertrag in der vergangenen Woche von der Eintracht bis 2019 verlängert worden sei, habe ihn "wirklich sehr glücklich" gemacht. "Nicht nur die Familie und die Freunde stehen hinter mir, sondern auch der Verein. Das ist großartig." Er habe nach der Diagnose und während der Behandlung auch nie ans Aufhören gedacht, sondern vielmehr nur daran, noch einmal für Frankfurt aufzulaufen. "Ich freue mich auf den Tag", sagte Russ, "an dem ich wieder auf dem Platz stehen und spielen kann."

**Bericht online:**
https://www.germandailynews.com/bericht-78526/russ-humor-hilft-mir-gegen-den-krebs.html

**Redaktion und Veranwortlichkeit:**
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV:

**Haftungsausschluss:**
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

**Editorial program service of General News Agency:**
United Press Association, Inc.
3651 Lindell Road, Suite D168
Las Vegas, NV 89103, USA
(702) 943.0321 Local
(702) 943.0233 Facsimile
info@unitedpressassociation.org
info@gna24.com
www.gna24.com