

# RUDIS TAUCHTAGEBUCH

Rudolf Breitenberger

Zweigstellen-Koordination, Stomagruppe und Zweigstellenleiter-Stellvertreter der Zweigstelle Steiermark der ÖMCCV

**W**ir hatten Anfang Mai 2006. Ich befand mich etwa 50 km südlich von Antalya an der türkischen Riviera. Die Lufttemperatur betrug ca. 15°C, die Wassertemperatur 19°C. Es war 7 Uhr morgens und der erste Tag meiner Tauchlehrerprüfung.

## DIE TAUCHLEHRER-PRÜFUNG: THEORIE UND PRAXIS WECHSELN EINANDER AB

Als erstes zog ich meine Sachen aus, um zuerst in meine Badehose zu schlüpfen und dann in meinen 1-mm-Neopren-Anzug. Denn jeder Tag dieser Woche – so lange dauerte die Tauchlehrerprüfung – startete um 7.15 Uhr mit Schnorcheln im Meer. Zwischen 1000 und 3000 Meter waren zurückzulegen.

Dann ging es weiter mit Übungen, Übungen, Übungen. Im Wasser, außerhalb, mit und ohne Pressluftflasche. Mehrere Tauchgänge mit vielen Prüfungseinheiten waren an der Tagesordnung. Theorie und Praxis wechselten sich ab. Das ging so meistens bis 23 Uhr. Dann waren noch viele Referate zum Vorbereiten und für die theoretische Prüfung sollte man ja auch noch lernen. Es war also eine anstrengende Woche mit wenig Schlaf.

Wir waren zu fünft bei der Prüfung. Meine vier Kollegen waren zwischen 19 und 25 Jahren und aktive Taucher. Ich: 42 Jahre und als Hobby- bzw. Urlaubstaucher direkt von meinem Schreibtisch kommend. Und ich habe ein Stoma, welches mich schon seit elf Jahren begleitet!

Als ich das erste Mal den Wochenplan sah, dachte ich mir: „Junge was machst du hier eigentlich, fahr wieder nach Hause!“

**Ein halbes Jahr lang schlüpfte Rudolf Breitenberger täglich in seine Badehose, darüber zog er den Neopren-Anzug und dann tauchte er unter. Mit Stoma. Trotz Stoma.**

Doch ich fuhr nicht und zog mir die komplette Woche rein. Ich gebe auch zu, dass sie mich ziemlich schlauchte. Ich war nach dieser Woche einfach ausgepowert, aber ich beendete sie und schloss mit ausgezeichnetem Erfolg ab! Und darauf bin ich sehr stolz, das muss ich ehrlich zugeben.

## ALS TAUCHLEHRER IN EINER KLEINEN TAUCHBASIS

Die viel schönere Zeit kam aber dann im Anschluss an die Tauchlehrerprüfung, denn dann arbeitete ich noch bis Ende Oktober in einer kleinen Tauchbasis in einem Familienklub als Tauchlehrer.

Die Arbeit dort machte mir unendlich Spaß. Ich arbeitete organisatorisch auf der Basis mit, leitete Tauchgänge für Taucher, als Guide sozusagen und brachte auch vielen Leuten das Tauchen theoretisch und praktisch bei. Da ich auch die Ausbildung zum Kindertauchlehrer machte, konnte ich teilweise lernten ganze Familien bei mir im Urlaub Tauchen! Und ich muss sagen, dass mir das Arbeiten mit den Kindern besonders Spaß machte.

## ALLES, WAS SPASS MACHT

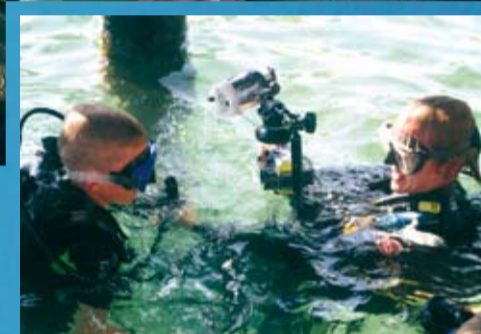
Mit meinem Stoma hatte ich während meiner Tauchprüfung, die körperlich ziemlich anstrengend war, keine Probleme. Das hat sicher auch damit zu tun, dass ich schon in

den letzten Jahren mit meinem Stoma so ziemlich alles gemacht habe, was mir Spaß macht: Reiten, Motorradfahren, Schwimmen, Schifahren, ...

Ich habe nie Angst davor etwas zu tun, nur weil ich ein Stoma habe. Ich akzeptiere mein Stoma als Teil meines Körpers, der zwar manchmal besondere Beachtung oder Rücksichtnahme erfordert, aber trotz Stoma tue ich immer alles. Natürlich auch gelegentlich mit kleinen Rückschlägen (Stomaversorgung undicht oder noch schlimmer: Verschluss aufgegangen).

Auch das Wetter in der Türkei war kein Problem für mein Stoma. Körperlich konnte ich mich von Mai weg an die steigenden Temperaturen gewöhnen und irgendwie wirkte der Aufenthalt am und im Meer sich sogar positiv auf mein Stoma aus, weil ich einerseits eine weitaus niedrigere Stomabeutel-Wechselfrequenz hatte und andererseits auch weitaus weniger bis gar keine Probleme mit offenen beziehungsweise wunden Stellen.

Das Essen in der Türkei war ja sowieso im Vergleich zu Österreich



eine gesunde Sache. Ich habe zwar meistens auch daheim keine Probleme mit dem Essen, jedoch wirkten sich vermehrt Obst und Gemüse, viel Flüssigkeit und als Fleisch in erster Linie Geflügel und Fisch, auf jeden Fall positiv auf meinen Verdauungsapparat und meinen Körper aus.

Auf jeden Fall genoss ich dieses halbe Jahr sehr, es war sehr schön und trotz meines Stomas gab es keine Probleme in irgendeiner Form.

Damit möchte ich nur sagen, dass auch ein Stoma kein Hindernis ist, seine Träume weiterzuverfolgen und auch zu leben. Wenn wir ein Stoma haben, dann müssen wir es akzeptieren als einen Teil von uns, dann wird es unser Freund sein, der uns unser Leben leben lässt.



**»Ein Stoma ist kein Hindernis, seine Träume weiterzuverfolgen und auch zu leben!«**

