



Stefan Büsser moderiert bei Radio SRF 3 (Bild) und ist bei SRF 1 Co-Moderator des «Donnschtig-Jass».

«ES GEHT DARUM, MENSCHEN WIE MICH ZU SCHÜTZEN»

Er ist schwer lungenkrank und in Zeiten von Corona besonders gefährdet. Moderator und Komiker Stefan Büsser appelliert an die Vernunft und das Mitgefühl aller Menschen, die Situation ernst zu nehmen.

— Interview Stefanie Werner

Stefan Büsser, Sie leiden an zystischer Fibrose, einer chronischen Lungenerkrankung. Das Coronavirus kann für Sie besonders gefährlich sein, da Sie zu einer Risikogruppe gehören. Wie gehen Sie damit um?

Ich bin mir des Risikos bewusst, und ich schütze mich, so gut ich kann. Aber ich verfall nicht in Panik, denn dazu gibt es keinen rationalen Grund. Bis jetzt weiss man nicht, wie Menschen mit zystischer Fibrose auf das Virus reagieren. Also warte ich ab und hoffe, dass meine Lunge das im Ernstfall verkraftet. Ich bin zuversichtlich.

Haben Sie nie Angst?

Natürlich male ich mir manchmal aus, was wäre, wenn es zum Schlimmsten käme. Diese Ängste lasse ich zu. Aber nie für lange. Es bringt nichts, sich im Kreis zu drehen. Gerade habe ich eine zehntägige Schweigemeditation gemacht, wo es auch darum ging, solche Abwärtsspiralen zu durchbrechen. In 35 Jahren Kranksein habe ich eins gelernt: Wenn du dir Horrorszenarien ausdenkst, dann scha-

dest du deinem Körper ungemain. Die Psychohygiene ist genauso wichtig wie das Händewaschen.

Wie beeinflusst die zystische Fibrose Ihren Alltag?

Meine Lunge ist verschleimt und funktioniert nicht mehr richtig. Ich habe nur noch 30 Prozent Lungenvolumen. Jeden

Morgen und jeden Abend inhaliere ich eine halbe Stunde. Pro Tag schlucke ich um die dreissig Tabletten, darunter Enzyme für den Magen, da auch meine Bauchspeicheldrüse und die Verdauung betroffen sind. Trotzdem fühle ich mich fit, ich kann arbeiten und gehe zweimal pro Woche joggen – wenn auch nicht so weit und so schnell wie andere. Als Folge der zystischen Fibrose habe ich übrigens auch Diabetes im Anfangsstadium, ich erfülle im Falle von Corona also grad zwei Risikokriterien.

Wie schützen Sie sich vor einer Ansteckung?

Mein Arbeitgeber, das SRF, hat mir ermöglicht, vom Grossraum- in ein Einzelbüro umzuziehen. Als Radiomoderator kann ich kein Homeoffice machen, da wir aus dem Studio senden. Ich fahre mit dem Auto zur Arbeit, meide Orte, an denen sich viele Menschen auf engem Raum ansammeln. Und ich wasche die Hände sicher zweimal öfter als nötig. Vor allem versuche ich, mir nicht ins Gesicht zu fassen, und ich nutze Desinfektionsmittel. Gerade die Sachen, die ich zur Inhalation →

BEKANNTE STIMME

Stefan Büsser, geboren am 4. März 1985, wuchs im Zürcher Unterland auf. Nach der KV-Lehre arbeitete er bei Lokalradios, seit 2016 hat er auf Radio SRF 3 mit «Büsser am Mittag» von Dienstag bis Donnerstag eine eigene Show. Am TV moderiert er die Swiss Music Awards und ist Co-Moderator des «Donnschtig-Jass». Seit 2011 ist Büssi, wie er auch genannt wird, als Komiker unterwegs.

Die Tour seines dritten Programms «Masterarbeit» wird im Herbst fortgesetzt. www.stefanbuesser.ch

«Psychohygiene ist genauso wichtig wie das Händewaschen»: Stefan Büsser hat gerade eine zehntägige Schweigemeditation gemacht.

«Wenn du dir Horrorszenarien ausdenkst, dann schadest du deinem Körper ungemain.»

Stefan Büsser



Der Radio- und Fernsehmann gewinnt den «Glory Like» 2019 von «Glanz & Gloria».

«Ich bin froh, dass der Bundesrat uns schützt. Soweit ich das beurteilen kann, hat er einen guten Weg gefunden.»

brauche, werden gründlich gereinigt. Ausserdem ernähre ich mich gesund, schlafe genug. Und ich versuche, an einem Abend nicht mit fünf Menschen gleichzeitig herumzumachen.

Den Humor haben Sie zum Glück nicht verloren.

Ernsthaft: Ich verzichte derzeit auf jeden Körperkontakt, bei dem Schleimhäute miteinander in Berührung kommen. Es gibt keine Küsse zur Begrüssung.

So empfiehlt es auch der Bundesrat. Letzte Woche hat er neue Massnahmen ergriffen, um die Verbreitung des Virus zu verlangsamen, und vor allem auch, um besonders gefährdete Menschen zu schützen.

Ich bin unheimlich froh, dass der Bundesrat uns schützt. Soweit ich das beurteilen kann, hat er einen guten Weg gefunden.

ZYSTISCHE FIBROSE

Stefan Büsser leidet an zystischer Fibrose (CF). Es ist die häufigste genetisch bedingte Stoffwechselerkrankung in Westeuropa. In der Schweiz sind fast 1000 Menschen betroffen.

Die Krankheit führt dazu, dass in den Zellen der Austausch zwischen Salz und Wasser nicht richtig funktioniert. Betroffen sind vor allem Lunge und Verdauungstrakt.

In der Lunge entsteht ein zäher Schleim, der zu starkem Husten, Atemnot, zur Besiedlung mit Keimen und damit zu Entzündungen sowie – unbehandelt – zur Zerstörung der Lunge führt. Im Verdauungstrakt können Nährstoffe nicht richtig aufgenommen werden, die Folge sind Bauchschmerzen, Durchfall und fehlende Gewichtszunahme. CF ist eine chronisch verlaufende, fortschreitende Erkrankung, die nicht geheilt, aber behandelt werden kann, etwa mit Inhalationen, Antibiotika und Lungentransplantation. Dennoch leben Betroffene mit Einschränkungen. In den letzten Jahren ist die Lebenserwartung stark gestiegen. Während Betroffene noch vor zwanzig Jahren als Kinder verstarben, werden sie heute durchschnittlich 40 Jahre alt.

fende, fortschreitende Erkrankung, die nicht geheilt, aber behandelt werden kann, etwa mit Inhalationen, Antibiotika und Lungentransplantation. Dennoch leben Betroffene mit Einschränkungen. In den letzten Jahren ist die Lebenserwartung stark gestiegen. Während Betroffene noch vor zwanzig Jahren als Kinder verstarben, werden sie heute durchschnittlich 40 Jahre alt.

Diese Meinung teilen nicht alle. Manche Leute bezeichnen die Massnahmen im Kampf gegen Corona als übertrieben.

Egoismus gewinnt in unserer Gesellschaft meist gegen Solidarität und Gemeinsinn. Verbietet es der Bundesrat, irgendeine Veranstaltung zu besuchen, empfinden das viele als einen Angriff auf ihre Freiheit. Dass dieses Verbot dazu da sein könnte, besonders gefährdete Personen wie mich zu schützen – so weit denken sie nicht.

Was löst dieses Unverständnis in Ihnen aus?

Es überrascht mich wenig. Ich kann nur an die Vernunft und das Mitgefühl aller Menschen appellieren: Nehmt die Situation ernst.

In sozialen Medien ist es verbreitet, sich um die Empfehlungen des Bundesrats öffentlich zu foutieren.

Es heisst zwar «soziale» Medien, doch was sich dort abspielt, ist oft recht asozial. Social Media haben uns darauf trainiert, ständig von uns selbst zu erzählen, von uns selbst Bilder zu posten. Das hat den Egoismus mehr gefördert als die Gemeinschaft. Es gibt natürlich Gegenbeispiele. Ich will Social Media nicht verteufeln, ich verdiene ja auch Geld damit. Doch vieles, was auf Social Media passiert, ist extrem negativ. Hasserfüllte, einsame Leute, die früher nur am Stammtisch gehört wurden, erreichen plötzlich viel mehr Menschen. Sie finden sich



Stefan Büsser bei einem Auftritt an der «Stand up! Comedy-Show».

untereinander und verbreiten ungesunde Meinungen.

Intervenieren Sie, wenn Sie solche Meinungen lesen oder hören?

Derzeit überlege ich tatsächlich, ein Video zu posten, um einerseits der Verharmlosung von Corona, andererseits aber auch der Panikmache entgegenzuwirken.

Wie gelingt es Ihnen, in dieser schwierigen Zeit einen kühlen Kopf zu bewahren?

Zum Beispiel habe ich sämtliche Push-Nachrichten abgestellt. Ich habe keine Lust, alle zehn Minuten den neuen Corona-Horror zu durchleben, mit jeder Push-Nachricht, die reinkommt. Die Medien und vor allem die Nachrichtenportale tragen ja auch ihren Teil dazu bei, dass die Leute abstumpfen. Es werden nur die Toten gemeldet, die Geheilten werden nie geflasht. Diese Überflutung mit Schreckensnachrichten ist ein Nährboden für

Zyniker, die irgendwann gar nichts mehr ernst nehmen.

Oder sie führt bei den Leuten erst recht zu Panik.

Genau. Ich empfehle: Legt das Smartphone weg, schaut am Abend die «Tagesschau» oder andere Nachrichten. Es reicht, wenn man einmal täglich ein Update bekommt.

Sie wirken relativ gelassen. Wie geht Ihr engstes Umfeld, etwa Ihre Mutter Corina,





«Ich spüre eine unendliche Dankbarkeit dafür, was ich erreichen konnte»: Stefan Büsser.

Die Lebenserwartung bei zystischer Fibrose liegt bei durchschnittlich 40 Jahren. Was löst diese Zahl in Ihnen aus?

Nichts. Als die Krankheit bei mir als Baby diagnostiziert wurde, sagten die Ärzte zu meinen Eltern, ich würde die Pubertät nicht überleben. Als ich dann in der Pubertät war, sprach man bereits von einer Lebenserwartung von 35 Jahren. So alt bin ich jetzt, doch es fühlt sich nicht an, als wären das meine letzten Monate auf Erden. Irgendwann muss ich mich noch rechtfertigen, weshalb ich immer noch lebe. Im Ernst: Die Therapien und Medikamente haben sich in den letzten zwei Jahren enorm verbessert. Ich kenne Betroffene, die bald 60 werden, habe aber auch Freunde verloren, die mit 16 an der Krankheit gestorben sind. Ich kann nicht wissen, wie lange es geht. Und mit diesem Wissen muss ich leben.

Hadem Sie manchmal?

Natürlich habe ich dunkle Momente, in denen ich an allem zweifle. Aber die lebe ich nicht öffentlich aus.

Sie wurden früh mit der eigenen Endlichkeit konfrontiert. Wie hat Sie das geprägt?

Auf diese Frage finde ich keine schlüssige Antwort. Ich lebe sicher bewusster als andere. Ich musste auf vieles verzichten, was hart für mich war. Der Verzicht hat mir aber immer auch vor Augen geführt, wie viel Gutes ich im Grunde habe. Ich spüre eine unendliche Dankbarkeit dafür, was ich erreichen konnte in meinem Leben. Den Fokus legte ich meist auf Sachen, die mir Spass machen: die Arbeit für Radio und Fernsehen, die Comedy. Dafür habe ich viel gegeben, viel gearbeitet. Ich bin vielleicht disziplinierter als andere, da ich im Bewusstsein lebe, womöglich nicht mehr so viel Zeit zu haben.

Fiel es Ihnen schwer, Ihre Situation zu akzeptieren?

Ich hatte ja keine Wahl. Mein Körper zeigte mir die Grenzen täglich auf. Schon als Kind begriff ich, dass ich zwei Möglichkeiten habe: Entweder du akzeptierst, was ist, und lebst damit möglichst gut. Oder du ignorierst es, lebst exzessiv, da es ohnehin nicht drauf ankommt. Für mich gab es von Anfang an immer nur den ersten Weg. ■

damit um, dass Sie besonders gefährdet sind?

Mein Mami lebt seit 35 Jahren in Sorge um mich. Das ist so, wenn man ein krankes Kind hat, man kann es nie ganz loslassen. Grundsätzlich ist meine Krankheit für mein Umfeld schwieriger als für mich. Denn nur ich kann spüren, wie es mir wirklich geht. Sage ich, es gehe mir gut, müssen die anderen mir einfach glauben. **Haben Sie überlegt, sich komplett zu isolieren – etwa in einem Ferienhaus in den Bergen?**

Das stand nie zur Diskussion. **Sie sind nebst Ihrem Job als Radio- und TV-Moderator auch als Komiker unterwegs, mussten jetzt aber Ihre Shows absagen.**

Das stimmt. Ich habe mehr als hundert Zuschauer. Jedoch hätte ich die letzten fünf Shows der Tour ohnehin in den Herbst verschoben. Es macht keinen Spass, wenn einer im Publikum niest und die ganze Reihe vor ihm sich nicht mehr konzen-

trieren kann, weil alle sich fragen: Hat der uns jetzt grad mit Corona vollgeniest?

Ihr erstes Comedyprogramm schrieben Sie 2011 im Spital. Hilft Ihnen der Humor, mit Ihrer Krankheit umzugehen?

Nein. Die Comedy hat auf mich keine selbsttherapeutische Wirkung. Meine Krankheit ist ein Teil von mir, Teil meines Lebens und somit auch Teil meiner Kunst.

SARS-COV-2

Stefan Büsser gehört zu den Hunderttausenden in der Schweiz, für die das Coronavirus gefährlich sein kann. Es sind dies nebst allen über 65-Jährigen auch Menschen mit Bluthochdruck, chronischen Atemwegserkrankungen, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs sowie all jene, deren Immunsystem durch Krankheit oder Therapie geschwächt ist.

Für Immer Meine Tochter

Schmuckarmreif mit zwei Diamanten

MIT ZWEI DIAMANTEN



Abbildung vergrössert

Handgelenkumfang: bis 18 cm

Preis: Fr. 99.90
oder 2 Raten à Fr. 49.95
(+ Fr. 11.90 Versand und Service)
522-DIA03.01



Den Armreif erhalten Sie in einer edlen Geschenkbox, inklusive Echtheits-Zertifikat

Ist auch erhältlich mit Inschrift: „Wohin Dich das Leben auch führt, Du bist immer meine Enkelin“

Preis: Fr. 99.90
522-DIA04.01

Feiern Sie Ihre Verbundenheit mit einem Band der Liebe

Jeder Moment mit Ihrer Tochter ist etwas Besonderes und wird zu einer wunderschönen Erinnerung, die Sie beide für immer teilen. Und wohin auch immer das Leben Ihre Tochter führen wird, Ihre beiden Herzen werden immer vereint sein.

gefühlvolle Gravur: „Wohin Dich das Leben auch führt, Du bist immer meine Tochter“. Der Armreif ist auch mit Inschrift „Wohin Dich das Leben auch führt, Du bist immer meine Enkelin“ erhältlich.

Filigranes Design mit echten Diamanten

Zeigen Sie die Liebe zu Ihrer Tochter mit diesem exquisiten Schmuckstück von The Bradford Exchange. Von Meisterhand produziert und in modischem, offenem Design gestaltet, zeigt der Armreif zwei feingliedrig gearbeitete Herzen, beide mit einem echten Diamanten versehen.

Exklusiv bei The Bradford Exchange

Der Armreif erscheint exklusiv bei The Bradford Exchange und ist nicht im Handel erhältlich. Ein Echtheits-Zertifikat garantiert Ihnen eine hohe Qualität und Authentizität. **Bestellen Sie Ihren Armreif am besten noch heute!**

Das herzförmige Schmuckstück ist kostbar mit Sterling-Silber plattiert und trägt auf der Innenseite die

EXKLUSIV-BESTELLSCHEIN • Reservierungsschluss: 27. April 2020

- Ja, ich bestelle den Armreif „Für Immer Meine Tochter“
- Ja, ich bestelle den Armreif „Für Immer Meine Enkelin“

Referenz-Nr.: 62869 / 522-DIA03.01 / 522-DIA04.01

Bitte gewünschte Zahlungsart ankreuzen

Ich wünsche eine Gesamtrechnung Monatsraten

Datenschutz: Detaillierte Informationen zum Datenschutz finden Sie unter www.bradford.ch/datenschutz. Wir werden Ihnen keine Angebote von The Bradford Exchange per E-Mail, Telefon oder SMS-Nachricht zukommen lassen. Sie können Ihre Kontaktpräferenzen jederzeit ändern, indem Sie uns unter nebenstehender Adresse bzw. Telefonnummer kontaktieren. Bitte teilen Sie uns per Telefon, E-Mail oder schriftlich mit, falls Sie keine brieflichen Angebote erhalten möchten.

Vorname/Name *Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen*

Strasse/Nummer

PLZ/Ort

E-mail

Unterschrift Telefon

Mit 120-TAGE Rückgabe-Garantie

Für Online-Bestellung:
Referenz-Nr.: 62869

www.bradford.ch
fb.com/BradfordExchangeSchweiz

Bitte einsenden an:
The Bradford Exchange, Ltd.
Jöchlerweg 2 • 6340 Baar
Tel. 041 768 58 58 • Fax 041 768 59 90 • e-mail:
kundendienst@bradford.ch