

Wie sinnvoll sind Vorsorge/Früherkennung für Sie?

Vorteile:

- Früherkennung vermittelt eine hohe Wahrscheinlichkeit, zum Zeitpunkt der Untersuchung nicht an Brustkrebs erkrankt zu sein.
- Ein frühes Erkennen von Brustkrebs erhöht die Heilungschancen und senkt das Risiko, an Brustkrebs zu sterben.
- Eine frühe Diagnose vermindert die Auswirkungen der Krebserkrankung: Die Erkrankung kann sanfter behandelt werden. Eine brusterhaltende Operation ist in den meisten Fällen möglich und die nachfolgende Therapie kürzer und weniger belastend.

Nachteile:

- Es gibt Brustkrebsarten, die durch Früherkennungsmethoden nicht erkennbar sind.
- Durch unklare Untersuchungsergebnisse und notwendige Folgeuntersuchungen werden Frauen verunsichert und psychisch belastet, auch wenn in den meisten Verdachtsfällen kein Krebs festgestellt wird.
- Es werden auch Krebsvorstufen entdeckt, bei denen unklar ist, ob sie sich jemals zu Krebs entwickeln werden.

Bei jeder Früherkennung gehen Sie ein gewisses Risiko ein, dass bei Ihnen eine Erkrankung festgestellt wird. Jeder Krebsverdacht und erst recht jeder Krebsbefund bedeutet eine psychische Belastung. Aber auch das Nichtwissen oder das Nicht-rechtzeitig-Wissen hat Risiken und vermindert eventuell gesundheitliche Chancen.

Wir hoffen, dass Ihnen diese Informationen helfen, Risiken leichter einzuschätzen, die Vor- und Nachteile der Früherkennung von Brustkrebs in Ruhe abzuschätzen und dass Sie sich so entscheiden, wie es in Ihrer Lebenssituation sinnvoll ist.

Hier können Sie sich über den ärztlichen Bereich hinaus weiter informieren und bei Bedarf beraten lassen:

KREBSBERATUNG für Betroffene, Angehörige und Interessierte
Camillo-Sitte-Platz 3, 45136 Essen
Tel. 26 56 56 und 895 33-20
krebsberatung.essen@paritaet-nrw.org

Frauensebsthilfe nach Krebs e.V.

Frau Braun 76 33 22
Frau Wolff 64 18 88
Frau Doll 29 26 57
Frau Hetterscheidt 0 20 54/12 57 63

Interessengruppe "Diagnose Brustkrebs"

Frau Müller Tel. 46 18 90

Krebsinformationsdienst KID

Brustkrebstelefon 0 62 21/42 43 43
(die Leitungen sind häufig belegt)

Broschüren zum Thema Brustkrebs

(erhältlich in der Krebsberatungsstelle)
Krebsgesellschaft NRW

Selbst untersuchen - Brustkrebs früher erkennen

(Faltblatt und Duschkarte zur Selbstuntersuchung)

Diagnose Brustkrebs

Deutsche Krebshilfe

Die Blauen Ratgeber Brustkrebs

Onkologisches Netzwerk Essen

Essener Wegweiser bei Krebs

Frauensebsthilfe nach Krebs e.V.

Eine neue Brust

Brustkrebs

Internetadressen

Krebsgesellschaft NRW(GBK)

www.krebsgesellschaft-nrw.de

INKA Das Informationsnetz für Krebspatienten und Angehörige

www.inkanet.de

Krebsinformationsdienst KID

www.krebsinformation.de

Frauensebsthilfe nach Krebs e.V.

www.frauensebsthilfe.de

Krebs Kompass

<http://krebs-kompass.de>

Ein Plakat und weitere Exemplare dieses Infoblattes erhalten Sie bei der Gleichstellungsstelle der Stadt Essen, Tel. 02 01/88 88-9 51; das Infoblatt zum Download: www.essen.de Suchwort: Gesundheitskonferenz

VorSorgen!

**Hinsehen. Hinfühlen.
Aktiv gegen Brustkrebs.**



Gesundheitskonferenz Essen, Arbeitskreis Brustkrebs,
Geschäftsstelle, Gesundheitsamt, Hindenburgstraße 29,
45127 Essen

Durch die Vielzahl der aktuellen Informationen zu Brustkrebs gewinnen Frauen häufig den Eindruck, dass Brustkrebs für sie zu einer besonderen Bedrohung geworden ist, der sie sich ausgeliefert fühlen. Ängste, Verunsicherung und manchmal auch Panik verdrängen die Tatsache, dass frühe Erkennung auch bessere Heilung bedeuten kann. Sicherlich sollten Frauen ihre Brust nicht in erster Linie unter Krankheitsgesichtspunkten sehen.

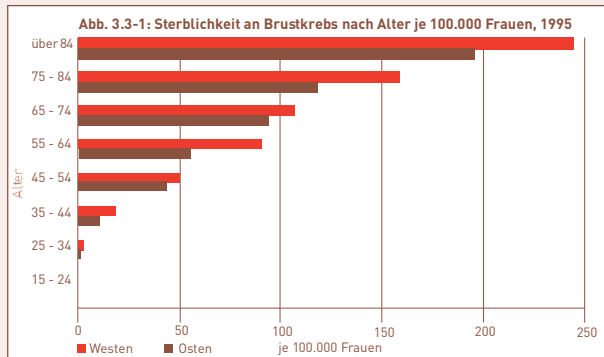
Die Arbeitsgruppe Brustkrebs der Essener Gesundheitskonferenz hat sich zum Ziel gesetzt, gemeinsam mit allen Beteiligten dazu beizutragen, dass Frauen in Essen möglichst gute Informations-, Beratungs-, Diagnose-, und Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung stehen.

Mitglieder der Arbeitsgruppe Brustkrebs der Gesundheitskonferenz
 Ärzte und Ärztinnen, die Brustkrebs diagnostizieren und behandeln, Frauenselbsthilfe nach Krebs, Krebsberatungsstelle, Gleichstellungsstelle, Ärztekammer, Kassenärztliche Vereinigung, Essener Krankenkassen, Krankenhausverband Essen, Onkologischer Klinikverbund, Psychotherapeuten-Kammer NRW, Gesundheitsamt, Ausschuss für Gesundheit und Umwelt des Rates

Mit diesem Faltblatt möchte Ihnen der Arbeitskreis Brustkrebs Informationen für Ihre eigene Meinungs- und Entscheidungsfindung anbieten.

Fakten

In Deutschland sterben jährlich 19.000 Frauen an Brustkrebs. Damit ist Brustkrebs mit 13% aller Todesfälle die vierthäufigste Todesursache bei Frauen nach Schlaganfall, Herzinfarkt und Herzschwäche. Das persönliche Risiko ist stark vom Alter abhängig. Brustkrebs wird im Durchschnitt mit 63 Jahren festgestellt. Der Krebs entsteht meist über einen längeren Zeitraum. Die Überlebenschancen haben sich in den letzten 20 Jahren leicht verbessert.



Quelle: StBA; Todesursachenstatistik 1998a:174

Risiken im Vergleich

Von 1000 Frauen sterben - nach der Statistik - in den nächsten zehn Jahren...

	... an Brustkrebs	... an Herzinfarkten	
		Nichtraucherinnen	Raucherinnen
30 jährige Frauen	1 von 1000	0 von 1000	1 von 1000
40 jährige Frauen	2	1	3
50 jährige Frauen	5	4	13
60 jährige Frauen	7	14	45
70 jährige Frauen	10	52	88
80 jährige Frauen	12	153	261

Journal of the National Cancer Institute Juni 2002

Das Risiko, an Herzinfarkt zu sterben, ist in den meisten Altersstufen deutlich höher als das für Brustkrebs.

Können Brustkrebserkrankungen verhindert werden?

Nach bisherigem Wissen gibt es einige generelle, aber keine gezielten Möglichkeiten, Brustkrebs zu verhindern. Im Gegensatz zu anderen Krebserkrankungen (Zusammenhang von Rauchen und Lungenkrebs) konnte bisher kein spezieller Auslöser für Brustkrebs festgestellt werden. Vermutlich gibt es eine Reihe von Einflussfaktoren. Außerdem gibt es erstaunliche Unterschiede zwischen den Ländern: So erkranken Frauen in USA und Mittel- und Nordeuropa am häufigsten an Brustkrebs, in Japan und Südeuropa am seltensten. Das legt nahe, dass der Lebensstil Einfluss darauf haben kann, ob eine Frau an Brustkrebs erkrankt.

Bekannt ist, dass Bewegung, gesunde Ernährung, normales Gewicht und nur mäßiger Alkoholkonsum die Erkrankungswahrscheinlichkeit von Brustkrebs vermindern.

Welche Chancen bietet die Früherkennung von Brustkrebs?

Früherkennung bedeutet das frühe Erkennen einer bereits vorhandenen Krebserkrankung. Früherkennung kann also eine Krebserkrankung nicht verhindern. Wird Krebs aber in einem frühen Entwicklungsstadium erkannt, erhöhen sich in den meisten Fällen die Heilungschancen.

Methoden der Früherkennung

• Selbstbeobachtung

Durch ein gutes Körperbewußtsein und durch Aufmerksamkeit für Veränderungen können Frauen Knoten und andere Besonderheiten selbst bemerken. Informationen und Anleitungen zu Tastuntersuchungen erhalten Sie bei der Frauenärztin oder beim Frauenarzt und bei Krankenkassen in Form von Broschüren und Kursangeboten. Bei der Selbstuntersuchung werden viele Knoten und Auffälligkeiten von Frauen selbst entdeckt. Auffälligkeiten sollten immer abgeklärt werden. Dabei erweisen sich die weitaus meisten nicht als Krebs.

• Untersuchung der Brust beim Frauenarzt oder bei der Frauenärztin

Hierzu gehört das Gespräch über mögliche Brustprobleme und eine Tastuntersuchung. Kosten für eine jährliche Untersuchung werden für Frauen ab 30 Jahren von der Krankenkasse übernommen. 1998 nutzten knapp die Hälfte der berechtigten Frauen diese Möglichkeit. Ältere Frauen (die ein höheres Risiko haben) nehmen deutlich seltener teil.

• Mammografie (Röntgenuntersuchung)

Durch die technischen Verbesserungen der letzten Jahre ist die Strahlenbelastung bei der Mammografie gering. Sie ist sicher kein Auslöser für Krebs und ist im allgemeinen nicht schmerzhaft, vor allem dann nicht, wenn sie bald nach der Menstruation stattfindet. Ab 2005 werden alle Frauen zwischen 50 und 69 (weil hier die meisten Brustkrebserkrankungen vorkommen) alle zwei Jahre zu einer freiwilligen und kostenlosen Mammografie eingeladen. In den anderen Altersgruppen werden die Kosten der Mammografie auf Anraten Ihres Frauenarztes oder Ihrer Frauenärztin in allen unklaren Situationen und bei besonderen Risiken von den Krankenkassen übernommen. Es besteht auch die Möglichkeit, die Kosten selbst zu tragen. Die Mammografie kann kleinere Knoten und andere Auffälligkeiten besser feststellen als die Tastuntersuchung.

• Ultraschalluntersuchung (Sonografie)

ist als Ergänzung zur Tastuntersuchung und zur Mammografie in manchen Fällen sinnvoll.

Am wirkungsvollsten ist eine Kombination der genannten Methoden.