



krebsliga

**Eine
Broschüre
in leichter
Sprache**

Brust-Krebs

Eine Information der Krebs-Liga

Die Krebs-Ligen in der Schweiz

An über 60 Orten helfen Ihnen Fach-Personen der Krebs-Ligen weiter. Die Fach-Personen beraten Sie.

Dafür, brauchen Sie kein Geld zu bezahlen.

Die Telefon-Nummern der Fach-Personen finden Sie auf den Seiten 51–54.

■ Danke

Die Krebs-Liga Schweiz dankt der Sächsischen Krebs-Gesellschaft e.V. Danke dafür, dass die Krebs-Liga Schweiz die Broschüre «Brust-Krebs – Ein Patientenheft in leichter Sprache» anpassen und übernehmen durfte.

■ Impressum

Herausgeberin

Krebsliga Schweiz

Effingerstrasse 40, Postfach, 3001 Bern

Telefon 031 389 90 00, Fax 031 389 91 60

info@krebsliga.ch, www.krebsliga.ch

© 2018, Krebsliga Schweiz

Die Broschüre gibt es auch in französischer und italienischer Sprache.

Autoren «Brust-Krebs – Ein Patientenheft in leichter Sprache»

Übersetzung in leichte Sprache

Dr. phil. Marion Michel

Leben mit Handicaps e.V. –

Kompetenzzentrum für behinderte und
chronisch kranke Eltern

Lessingstraße 7, 04109 Leipzig

marion.michel@leben-mit-handicaps.de

Tel.: 0341 92787541

Mobil: 0174 5110044

Web: www.leben-mit-handicaps.de

Nach Vorlage der Broschüre «Brustkrebs»
von der Sächsischen Krebsgesellschaft e.V.

Dr. med. Susanne Briest,

Dr. rer. med. Claudia Winkelmann,

Dr. rer. med. Alexandra Meyer,

Univ.-Prof. Dr. med. habil. Ursula G. Froster

Redaktion, Krebsliga Schweiz

Regula Schär, Leiterin Publizistik,

Krebsliga Schweiz, Bern

■ INHALT

- 6 Vorwort
- 9 Was ist Krebs?
- 10 Was ist Brust-Krebs?
- 12 Wie entsteht Krebs?
- 12 Wie entsteht Brust-Krebs?
- 14 Sind Sie selbst Schuld, wenn Sie
Brust-Krebs bekommen?
- 15 Wie wird Brust-Krebs vererbt?
- 17 Was können Sie selbst tun?
- 18 Früh-Erkennung bei der Frauen-Ärztin
- 20 Diese Untersuchungen macht Ihre Ärztin
- 20 Die Mammo-Grafie
- 21 Was macht die Röntgen-Fach-Frau
bei einer Mammo-Grafie?
- 21 Wann macht die Ärztin eine
Mammo-Grafie?
- 23 Die Mamma-Sono-Grafie
- 24 Magnet-Resonanz-Tomografie
- 24 Die Biopsie
- 26 Was macht die Ärztin noch?
- 28 Die Operation

30	Nach der Operation
30	Strahlen-Therapie
31	Chemo-Therapie
33	Anti-Hormonelle Therapie
33	Ziel-gerichtete Medikamente
35	Physio-Therapie
36	Sex-ualität und Kinder
37	BH und Prothese
38	Gefühle
38	Psycho-Onkologische-Beratung
40	Müde
40	Ernährung
40	Bewegung
41	Nach-Sorge
43	Selbst-Hilfe-Gruppen
44	Alle wichtigen Worte kurz erklärt
51	Wichtige Telefon-Nummern
51	Kantonale Krebs-Ligen und Regionale Krebs-Ligen
55	Die Krebs-Liga
55	Krebs-Telefon
55	Krebsforum und Chat
55	Rauch-Stopp-Linie
55	Broschüren bestellen

Vorwort

Liebe Leserin

Lieber Leser

Die Ärztin hat Ihnen gesagt, dass Sie Krebs haben.

Oder dass Ihre Partnerin Krebs hat.

Oder ein anderer Mensch, den Sie gern haben.

Sie haben sehr viele Fragen.

Woher kommt der Krebs?

Ist die Krankheit sehr schlimm?

Kann die Kranke daran sterben?


Was kann die Ärztin machen?

Brust-Krebs ist eine häufige Krebs-Erkrankung.

Viele Frauen bekommen Brust-Krebs.

Männer können auch Brust-Krebs bekommen. Das ist aber sehr selten.

Mit dieser Broschüre wollen wir Menschen helfen, die Brust-Krebs haben.



In dieser Broschüre steht, was Brust-Krebs ist. Und wie Sie merken, ob Sie Brust-Krebs haben. Und wie diese Krankheit behandelt werden kann. Damit Sie keine Angst vor der Krankheit haben. Und schnell zur Ärztin gehen, damit der Brust-Krebs sehr früh behandelt wird.

Haben Sie Brust-Krebs? Haben Sie Angst? Wissen Sie nicht was Sie tun sollen? Die Mitarbeiter der Krebs-Liga können Ihnen weiterhelfen. Sie können die Fach-Frauen der Krebs-Liga im Kanton anrufen. Oder die Fach-Frauen beim Krebs-Telefon. Die Telefon-Nummern finden Sie auf den letzten Seiten.

Die Krebs-Liga wünscht Ihnen alles Gute.

Was ist Krebs?



Krebs ist ein Wort für eine sehr schwere Erkrankung.

Viele Menschen haben Angst vor dieser Krankheit.

Der Fach-Begriff für diese Krankheit ist [maligner Tumor](#).



[Maligne](#) heisst bös-artig. [Tumor](#) heisst auch Geschwulst.

Bös-artig heisst ein Tumor, wenn er schnell grösser wird und auch andere Organe krank machen kann.



Es gibt auch gut-artige Tumore. Die sind nicht gefährlich.



Tumore können überall im Körper entstehen, zum Beispiel in der Brust oder im Darm oder in der Lunge.

Und sie können in jedem Lebens-Alter entstehen.



Kinder bekommen diese Erkrankung. Aber ältere Menschen bekommen öfter Krebs.

Heute können die meisten Krebs-Krankheiten gut behandelt werden.

Die Kranken können wieder gesund werden.

Wichtig ist, dass Sie rechtzeitig zur Ärztin gehen.



In der Broschüre steht, wie Sie die Krebs-Krankheit in der Brust erkennen können.



Und wann Sie zur Ärztin gehen müssen.



In der Broschüre steht auch, wie die Krebs-Krankheit behandelt wird. Früh-Erkennung und Früh-Behandlung sind sehr wichtig, damit Sie wieder gesund werden. Sonst können Sie an einer Krebs-Erkrankung auch sterben.

Was ist Brust-Krebs?

Brust-Krebs heisst auch

[Mamma-Karzinom](#).

Mamma ist das Fach-Wort für Brust.

[Karzinom](#) ist ein anderes Wort für einen bös-artigen Tumor.



An Brust-Krebs erkranken viele Frauen.

Männer können auch Brust-Krebs bekommen.

Das ist aber sehr selten.



Die Kranken können an Brust-Krebs sterben.

Aber sie müssen nicht an Brust-Krebs sterben.

Wenn die Frauen rechtzeitig zur Ärztin gehen, kann Brust-Krebs heute gut geheilt werden.



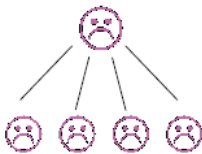
Die Ärztin kann Brust-Krebs schon am Beginn der Erkrankung erkennen.

Wenn der Tumor noch sehr klein ist, kann er gut behandelt werden.



Es gibt heute sehr gute Medikamente für Frauen mit Brust-Krebs.

Wenn der Tumor nicht behandelt wird, kann er [Metastasen](#) bilden.



Die Ärztin sagt dazu, der Tumor streut. Das heisst, die kranken Zellen verteilen sich im Körper.



Es entstehen neue Tumore zum Beispiel in der Leber oder in der Lunge oder in den Knochen.

Die Ärztin muss das genau untersuchen.

Dann kann sie sagen, wie die Frau behandelt werden muss.

Wie entsteht Krebs?



Der Mensch besteht aus vielen kleinen Bau-Steinen.

Die Bau-Steine heissen Zellen.

Die Zellen bilden alle Körper-Teile und alle Körper-Organe.

Körper-Organe sind zum Beispiel das Herz, die Lunge, der Magen.

Die Zellen bilden sich immer wieder neu.

Manchmal werden die Zellen krank.

Die Zellen wachsen dann nicht mehr richtig.



Es werden immer mehr kranke Zellen. Dann kann ein Tumor in dem Organ entstehen, in dem die kranken Zellen sind.

Wie entsteht Brust-Krebs?

Die Brust besteht zum grossen Teil aus Drüsen-Zellen und Fett-Zellen.

Die Brust verändert sich im Leben einer Frau immer wieder.



Die Brust wächst, wenn ein Mädchen erwachsen wird.

Die Brust verändert sich zwischen zwei Monats-Blutungen der Frau. Besonders verändert sich die Brust, wenn die Frau ein Baby bekommt. In den Drüsen-Zellen der Brust entsteht Milch für das Baby. Dabei wird die Brust viel grösser.



Die Brust wird wieder kleiner, wenn das Baby nicht mehr an der Brust trinkt.



Die Brust verändert sich, wenn die Frau die Anti-Baby-Pille nimmt.

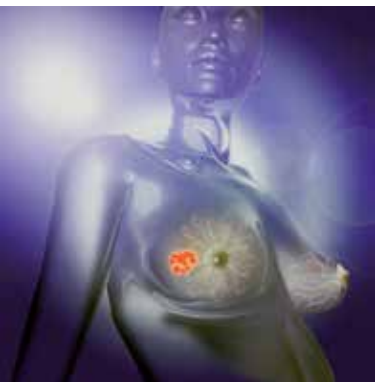


Und sie verändert sich, wenn die Frau älter wird und keine Monats-Blutung mehr bekommt.

Den Befehl zum Wachsen bekommen die Zellen in der Brust-Drüse von [Hormonen](#).

Hormone sind Signal-Stoffe im Blut. Hormone bildet der Körper selbst. Die Hormone sagen den Zellen, ob sie wachsen sollen.

Wenn in der Brust kranke Zellen sind, wachsen auch diese kranken Zellen mit.



Sind Sie selbst Schuld, wenn sie Brust-Krebs bekommen?

Nein, Sie sind nicht selbst Schuld, wenn Sie Brust-Krebs bekommen. Jeder Mensch kann an Krebs erkranken.

Aber bei manchen Menschen ist die Gefahr grösser.



Frauen bekommen oft Brust-Krebs. Männer bekommen nur ganz selten Brust-Krebs.



Die Gefahr Brust-Krebs zu bekommen, ist bei älteren Frauen grösser als bei jungen Frauen.



Die Gefahr Brust-Krebs zu bekommen, ist bei dicken Frauen grösser als bei dünnen Frauen.

Ältere Frauen bekommen manchmal Hormon-Tabletten. Dabei kann der Brust-Krebs eher wachsen.



Die Gefahr Brust-Krebs zu bekommen, ist bei Frauen grösser, wenn sie schon einmal Krebs in der Brust oder in den Eierstöcken hatten.

Die Gefahr Brust-Krebs zu bekommen ist bei Frauen grösser, wenn in ihrer Familie andere Frauen auch diese Krankheit hatten.

Wenn in einer Familie viele Verwandte Brust-Krebs haben, kann die Krankheit vererbt sein.

Was vererben heisst, steht auf den nächsten Seiten.

Wie wird Brust-Krebs vererbt?



Wenn ein Kind geboren wird, sieht es ein bisschen wie sein Vater aus und ein bisschen wie seine Mutter.

Es hat zum Beispiel die blauen Augen vom Vater und die braunen Haare von der Mutter.



In der Samen-Zelle vom Vater und in der Ei-Zelle von der Mutter sind winzige Bau-Steine dafür verantwortlich.

Diese kleinen Bau-Steine heissen Gene. Die Gene sind der Bau-Plan eines Menschen.

Jeder Mensch hat seinen eigenen Bau-Plan.



Nur Zwillinge können den gleichen Bau-Plan haben.

Die Gene bestimmen, ob das Kind gross wird.



Oder ob es klein bleibt.

Oder ob es blaue Augen bekommt
oder braune Augen.

Mit den Genen können aber auch
Krankheiten von Vater und Mutter an
das Kind weiter gegeben werden.



Eine Fach-Ärztin kann Sie untersuchen.
Sie kann Ihnen sagen, ob Sie so ein
krankes Gen haben.

Sie müssen nicht selbst krank werden.
Aber die Gefahr ist grösser als bei
anderen Menschen.

Wenn Sie so ein krankes Gen haben,
sagt Ihnen die Frauen-Ärztin wie häufig
sie zur Vor-Sorge-Untersuchung gehen
müssen.



Die Frauen-Ärztin kann frühzeitig
erkennen, ob Sie die Krebs-Krankheit
bekommen haben.

Und dann können Sie frühzeitig
behandelt werden.

Was können Sie selbst tun?

Wenn der Krebs noch ganz klein ist, kann er gut behandelt werden. Es ist sehr wichtig, dass der Krebs ganz am Anfang der Erkrankung erkannt wird.





Schauen Sie sich Ihre Brust genau an.

Sehen Sie Veränderungen?

Machen Sie ein Kreuz in das Kästchen:

- Eine Brust hat eine andere Form als die andere Brust.
- Eine Brust-Warze sieht anders aus als die andere Brust-Warze.
- Harte Stellen in der Brust.
- Harte Stellen in der Achsel-Höhle.
- Eine Brust ist plötzlich grösser als die andere Brust.

 Rote Flecken auf der Haut, die nicht wieder weggehen.
Buckel oder Dellen in der Brust.

 Aus der Brust-Warze kommt Flüssigkeit, ohne dass Sie ein Baby stillen.

Wenn Sie Veränderungen an Ihrer Brust sehen, müssen Sie zur Ärztin gehen!

Früh-Erkennung bei der Frauen-Ärztin



Gehen Sie einmal im Jahr zu Ihrer Frauen-Ärztin.

Sie untersucht Sie regelmässig, ob Sie Krebs haben.

Die Ärztin untersucht die Brust.

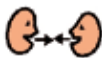
Und sie untersucht auch die Gebärmutter und die Eier-Stöcke.

Die Gebärmutter und die Eier-Stöcke sind Organe, die nur Frauen haben.

Die Organe sind wichtig, damit Frauen Babys bekommen können.

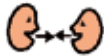
Die Ärztin redet mit Ihnen.

Sie müssen ihr sagen, was Sie an Ihrer Brust gesehen haben.





Die Ärztin untersucht Sie dann.
Sie tastet Ihre Brust ab.
Wenn die Ärztin Krankheits-Zeichen findet, sagt sie Ihnen, welche Untersuchungen sie machen will.
Die Ärztin fragt Sie auch, ob Sie Medikamente einnehmen müssen.
Und welche Krankheiten Sie schon hatten.



Das müssen Sie der Ärztin sagen.
Sie muss das wissen, damit Sie richtig untersucht werden können.
Und damit sie sagen kann,
wie Sie behandelt werden können.

Das will ich fragen

Diese Untersuchungen macht Ihre Ärztin

Die Mammo-Grafie

Die [Mammo-Grafie](#) ist eine Vorsorge-Untersuchung.

Die Ärztin überweist Sie zu weiteren Untersuchungen, wenn sie denkt, dass Sie Brust-Krebs bekommen können. Oder dass Sie Brust-Krebs haben.

Eine Untersuchung heisst Mammo-Grafie.

Das ist ein Röntgen-Bild von der Brust.

Das [Röntgen](#)-Bild ist ein besonderes Foto von Ihrer Brust.

Es wird mit einem Röntgen-Gerät gemacht.

Das Röntgen-Gerät kann durch Ihre Haut sehen.

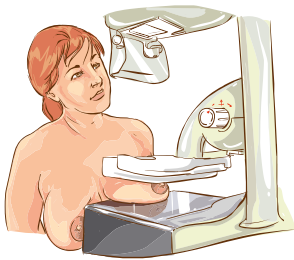
Die Ärztin sieht, wie Ihre Brust von innen aussieht. Die Mammo-Grafie macht eine Röntgen-Fach-Frau.



Was macht die Röntgen-Fach-Frau bei einer Mammo-Grafie?



Sie müssen sich an das Röntgen-Gerät stellen. Die Röntgen-Fach-Frau schiebt Ihnen eine Plastik-Platte unter eine Seite Ihrer Brust.



Dann legt sie noch eine Plastik-Platte darüber.

Die Röntgen-Fach-Frau drückt die Brust ganz flach zusammen.

Das kann ein wenig weh tun. Dann macht sie zwei Fotos von der Brust. Danach macht die Röntgen-Fach-Frau auch zwei Fotos von der anderen Seite der Brust.



Die Ärztin schaut sich alle Bilder genau an. So kann sie sehen, ob Sie kranke Stellen in einer Brust haben.



Wann macht die Ärztin eine Mammo-Grafie?



Wenn die Ärztin bei der Untersuchung Krankheits-Zeichen gesehen hat, dann macht sie sofort eine Mammo-Grafie.



Wenn in Ihrer Familie viele Verwandte leben, die Brust-Krebs haben, sagt Ihnen die Ärztin, wie oft Sie zur Mammo-Grafie müssen. Wenn Sie keine Krankheits-Zeichen haben und 50 Jahre alt sind, oder älter, sagt Ihnen die Ärztin, wie oft Sie zur Mammo-Grafie sollen. Wenn Sie Brust-Krebs hatten, untersucht die Ärztin, ob alle kranken Zellen verschwunden sind.

Das will ich fragen

Die Mamma-Sono-Grafie



Die Ärztin kann auch noch andere Untersuchungen machen.

Eine Untersuchung heisst

[Mamma-Sono-Grafie](#).

Die Ärztin untersucht Sie mit einem

[Ultra-Schall-Gerät](#).

Und das macht die Ärztin.

Bei der Untersuchung streicht sie eine Haut-Creme auf die Brust.

Die Ärztin hat ein kleines Gerät in der Hand.

Mit dem Gerät streicht die Ärztin über die Brust.



Auf dem Bild-Schirm kann sie die kranke Stelle in Ihrer Brust sehen.

Manchmal muss die Ärztin noch mehr untersuchen.

Zum Beispiel, wenn Sie operiert werden sollen.

Dann muss die Ärztin ganz genau wissen, wo der Tumor ist und wie gross er ist.



Und ob es ein grosser Tumor ist oder viele kleine Tumore.

Magnetresonanz-Tomografie

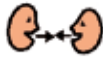
Dazu gibt es ein besonderes Gerät.
Das Gerät heisst

[Magnetresonanz-Tomograf.](#)

Weil das ein sehr schweres Wort ist,
sagen viele einfach Röhre zu diesem
Gerät. Oder MRT.

Sie müssen sich in die Röhre legen.
Dann werden wieder Fotos gemacht.
Die können genau zeigen, wie Ihre
Brust innen aussieht.

Die Untersuchungen tun nicht weh.
Sie brauchen keine Angst zu haben.
Ihre Ärztin erklärt Ihnen alles.



Fragen Sie Ihre Ärztin, wenn Sie etwas
nicht verstehen.



Wenn die Ärztin alle Fotos von Ihrer
Brust gemacht hat, weiss sie ob Sie
einen Tumor haben.



Sie weiss nicht, ob der Tumor gut-artig
oder bös-artig ist.

Die Biopsie



Die Ärztin hat in Ihrer Brust kranke
Zellen gesehen.
Sie denkt, dass Sie einen Tumor haben.



Nun muss sie sehen, ob in dem Tumor gut-artige oder bös-artige kranke Zellen sind.

Dazu macht die Ärztin eine [Biopsie](#). Bei einer [Biopsie](#) sticht die Ärztin mit einer dünnen Nadel in die kranke Stelle in der Brust.



Die Nadel sieht aus wie eine Spritze. Aber die Ärztin spritzt nichts in die kranke Stelle hinein.



Sie saugt kranke Zellen heraus.

Die Zellen werden dann im Labor genau untersucht.

Dann weiss Ihre Ärztin, ob der Tumor gut-artig ist oder ob er bös-artig ist. Und sie weiss, wie gefährlich der Tumor ist.

Die Untersuchung ist aber nicht gefährlich.

Sie tut auch nicht weh.

Die Ärztin [betäubt](#) die Stelle in die sie sticht.



Dazu bekommen Sie eine Spritze. Die Ärztin weiss nach der Untersuchung, ob Sie Brust-Krebs haben.

Was macht die Ärztin noch?



Nun müssen Sie untersucht werden, ob schon an anderen Stellen in Ihrem Körper Krebs-Zellen sind.

Durch das Blut oder die [Lymph-Flüssigkeit](#) können kranke Zellen in die Knochen wandern.



Oder in die Lunge.

Oder in die Leber.

Lymph-Flüssigkeit ist Körper-Wasser, das in Ihrem Körper durch Röhren fließt wie das Blut.

Diese Röhren heißen [Lymph-Gefäße](#).

Das Blut fließt durch Blut-Gefäße.

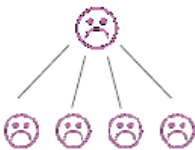
Blut-Gefäße heißen auch Adern und Venen.

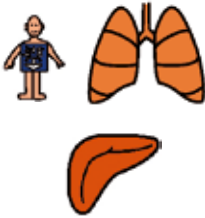
Das Körper-Wasser oder das Blut können kranke Zellen vom Tumor in die anderen Organe transportieren.

Dort kann sich dann ein neuer Tumor bilden.

So ein neuer Tumor heißt [Metastase](#) oder Tochter-Geschwulst oder Ableger.

Darum untersucht die Ärztin diese Organe.





Die Ärztin röntgt die Lunge.
Und sie macht eine
Ultra-Schall-Untersuchung von der
Leber.

Manchmal macht sie noch eine
Computer-Tomografie.

Das ist die Röhre für die besonderen
Bilder, die Ihren Körper von innen
zeigen können.



Mit der Computer-Tomografie
untersucht die Ärztin die Lunge, oder
die Leber, oder die Knochen.



Wenn alle Untersuchungen fertig sind,
weiss Ihre Ärztin, wie schlimm Ihr
Brust-Krebs ist.

Sie weiss, wie gross der Tumor ist.

Sie weiss, ob der Krebs nur in der Brust
ist oder schon in anderen Organen.

Ihre Ärztin muss Ihnen das Ergebnis
erklären. Das ist Ihr Recht.



Fragen Sie Ihre Ärztin, wenn Sie etwas
nicht verstehen.



Die Ärztin erklärt Ihnen auch,
wie Sie behandelt werden sollen.
Brust-Krebs muss immer operiert
werden.

Fast immer müssen nach der Operation weitere Behandlungen folgen.

Die anderen Behandlungen sind die [Strahlen-Therapie](#), Medikamente, z. B. [Chemo-Therapie](#), die [Anti-Hormonelle Therapie](#), und die Zielgerichtete Medikamente. Die Behandlungen werden auf den nächsten Seiten beschrieben.

Das will ich fragen

.....

.....

.....

.....

.....

Die Operation

Wenn der Tumor noch sehr klein ist, ist auch die Operation kleiner.

Es wird nur der Tumor aus der Brust heraus-geschnitten.

Die Brust bleibt erhalten.

Manchmal muss aber die ganze Brust entfernt werden.

Zum Beispiel, wenn die Brust sehr klein ist.

Oder wenn der Tumor gross ist. Dadurch entsteht eine grosse Narbe.



Damit keine neuen Krebs-Zellen in der Brust wachsen, wird die Brust nach der Operation bestrahlt.

Das heisst, sie bekommen eine Strahlen-Therapie.



Wenn alles gut geheilt ist, bekommen Sie eine Einlage für Ihren Büsten-Halter. Dann sieht es aus, als ob Sie noch beide Brüste haben.

Manchmal kann die Brust auch wieder hergestellt werden.



Fragen Sie Ihre Ärztin, ob das bei Ihnen geht.

Das will ich fragen

.....

.....

.....

.....

.....

Nach der Operation

Die Strahlen-Therapie

Wenn die Operations-Narbe gut verheilt ist, beginnt die Nach-Behandlung.



Eine Form ist die [Strahlen-Therapie](#).

Mit besonderen Strahlen werden kranke Zellen kaputt gemacht.

Das muss sehr genau gemacht werden, damit gesunde Zellen geschont werden.



Fragen Sie Ihre Ärztin, was Sie machen müssen, wenn Sie eine Strahlen-Therapie bekommen.

Die Ärztin oder die Strahlen-Fach-Frau muss Ihnen das ganz genau erklären.

Das will ich fragen

.....

.....

.....

.....

Das will ich fragen

.....

.....

.....

.....

.....

Die Chemo-Therapie



Nach der Operation sollen keine neuen Krebs-Zellen entstehen. Ihre Ärztin sagt Ihnen, Sie bekommen eine [Chemo-Therapie](#).

Sie bekommen sehr starke Medikamente.



Die Pflege-Fachfrau gibt Ihnen die Medikamente als [Infusion](#).

Bei einer [Infusion](#) sticht die Pflege-Fachfrau mit einer Spritze in den Arm. An die Spritze kommt ein dünner Schlauch.

Das Medikament läuft über den Schlauch in Ihren Körper.

Das Medikament macht die Krebs-Zellen kaputt.



Durch das Medikament kann es sein, dass Ihre Haare ausfallen.

Und, dass Ihnen übel wird.

Und Ihr Mund kann trocken und wund sein.



Sprechen Sie darüber mit Ihrer Ärztin. Sie kann Ihnen helfen.

Die Probleme gehen nach der Behandlung wieder weg.

Die Ärztin sagt Ihnen, wie lange Sie die Probleme haben.

Die Behandlung dauert einige Monate.

Manchmal muss die Behandlung noch einmal gemacht werden.

Das will ich fragen

.....

.....

.....

.....

.....

Anti-hormonelle-Therapie

Damit die Krebs-Zellen nicht wieder kommen, gibt es auch noch eine andere Behandlung.

Die Behandlung heisst

[Anti-hormonelle-Therapie](#).



Sie bekommen Tabletten.

Die Tabletten vertragen Sie besser als die Infusion.

Aber die Behandlung dauert länger.

Die Medikamente müssen Sie Jahre lang einnehmen.



Fragen Sie Ihre Ärztin.

Sie erklärt Ihnen alles.

Durch die Medikamente kann es sein, dass es Ihnen plötzlich sehr heiss wird.

Und Sie schwitzen stark.



Sprechen Sie darüber mit Ihrer Ärztin.

Sie kann Ihnen helfen.

Ziel-gerichtete Medikamente

Nach der Operation sollen keine neuen Krebs-Zellen entstehen.



Ihre Ärztin sagt Ihnen, Sie bekommen Medikamente. Die heissen Ziel-gerichtete Medikamente.

Das sind schwierige Wörter.

Diese Medikamente bekämpfen die Krebs-Zellen.

Damit keine neuen Krebszellen wachsen.

Durch die Medikamente können Sie trockene Haut bekommen und Juck-Reiz.

Oder die Finger-Spitzen tun weh oder die Zehen-Spitzen.



Sprechen Sie darüber mit Ihrer Ärztin. Sie kann Ihnen helfen.

Die Probleme gehen nach der Behandlung wieder weg.

Die Ärztin sagt Ihnen, wie lange Sie die Probleme haben.

Die Behandlung dauert lange.

Manchmal muss die Behandlung noch einmal gemacht werden.

Das will ich fragen

.....

.....

.....

.....

Das will ich fragen

Physio-Therapie



Sie müssen mit dem Arm Bewegungs-Übungen machen auf der Seite, auf der die Brust operiert wurde.

Wenn Sie zum Beispiel auf der rechten Seite operiert wurden, müssen Sie mit dem rechten Arm Gymnastik machen.

Die Physio-Therapeutin ist Fach-Frau für Bewegungs-Übungen.

Sie zeigt Ihnen welche Übungen Sie machen müssen.



Am Tag nach der Operation beginnen Sie mit den Übungen.



Manchmal passiert es, dass der Arm auf der operierten Seite dick wird.

Sagen Sie das Ihrer Ärztin. Sie kann Ihnen helfen.

Wichtige Telefon-Nummer

Krebs-Telefon: **0800 11 88 11**

Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie beim Krebs-Telefon an.

Die Fach-Frau am Telefon kann Fragen zu Brust-Krebs beantworten.

Oder sie kann Ihnen sagen, wer Ihnen helfen kann.

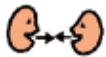
Sex-ualität und Kinder



Bei Brust-Krebs dürfen Sie keine Anti-Baby-Pille einnehmen.



Wenn Sie Sex haben, können Sie schwanger werden.



Wenn Sie kein Baby wollen, müssen Sie mit Ihrer Frauen-Ärztin über andere Verhütungs-Mittel reden.

BH und Prothese



Wenn bei Ihnen die ganze Brust weg ist, gibt Ihnen Ihre Ärztin ein Rezept für ein Sanitäts-Haus.

Ein anderes Wort für Sanitäts-Haus ist Hilfs-Mittel-Zentrale.

Das Sanitäts-Haus oder die Hilfs-Mittel-Zentralen sind Geschäfte, in denen zum Beispiel Rollstühle verkauft werden. Oder Geh-Hilfen.



Im Sanitäts-Haus oder in der Hilfs-Mittel-Zentrale bekommen Sie nach der Operation einen besonderen BH und ein kleines weiches Kissen.

Das Kissen legen Sie in den BH.

Wenn Sie angezogen sind, sieht Ihre Brust wieder aus wie vor der Operation.



Wenn alles gut verheilt ist, bekommen Sie eine richtige [Prothese](#).

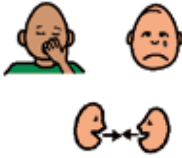
Das ist eine Ersatz-Brust.



Es gibt auch Bade-Anzüge für Frauen nach einer Brust-Operation.



Die Kranken-Kasse oder die Invaliden-Versicherung gibt Ihnen dazu Geld.



Gefühle

Manchmal sind Frauen nach der Behandlung traurig und haben Angst. Sprechen Sie auch darüber mit Ihrer Ärztin.

Dann kann sie Ihnen helfen. Oder sie sagt Ihnen, gehen Sie zu einer [Psycho-Onkologischen-Beratung](#).



Psycho-Onkologische-Beratung

Bisher haben Sie verschiedene Fach-Ärzte behandelt.

Zum Beispiel Ihre Haus-Ärztin und Ihre Frauen-Ärztin.

Die Operation im Krankenhaus hat eine Frauen-Ärztin gemacht.

Oder eine Chirurgin.

Die Strahlen-Therapie und das Röntgen macht eine Strahlen-Fach-Frau.

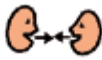
Therapeuten sind Fach-Leute, die Patientinnen behandeln.



Wenn Sie oft Angst haben und traurig sind, hilft Ihnen die Psycho-Onkologin.

Das ist die Fach-Frau für die Psyche.

Einige Menschen sagen zur Psyche Seele.



Diese Fach-Frau weiss genau,
wie sich eine Patientin mit der
Krebs-Krankheit fühlt.
Sie spricht mit Ihnen über Ihre Angst.
Sie spricht auch mit Ihrer Familie,
wenn Sie das wollen.

Das will ich fragen

Müde

Manchmal sind Frauen nach der Behandlung sehr müde. Sie möchten den ganzen Tag schlafen.

Sie wollen sich oft hinlegen oder nicht mehr aus dem Haus gehen. Sprechen Sie auch darüber mit Ihrer Ärztin.



Ernährung

Es gibt keine Krebs-Diät.

Wichtig ist eine gesunde Ernährung. Essen Sie jeden Tag Obst und Gemüse. Haben Sie keinen Hunger?

Sprechen Sie darüber mit Ihrer Ärztin. Sie kann Ihnen helfen.

Bewegung



Sport ist auch nach einer Brust-Krebs-Erkrankung sehr gut. Sie sollten öfter spazieren gehen.



Oder Sie machen Bewegungs-Übungen. Oder Sie fahren Rad.



Oder Sie gehen schwimmen.

Die Bewegung im Wasser ist auch gut, damit der Arm auf der operierten Seite nicht dick wird.



Der Sport soll Ihnen Freude machen.
Und der Sport soll Ihnen nicht weh tun.

Die Krebs-Liga hat Adressen von Sport-Gruppen. Fragen Sie die Fach-Frauen der Krebs-Liga oder vom Krebstelefon. Die Telefon-Nummern finden Sie auf den letzten Seiten.

Nach-Sorge

Wenn alle Behandlungen zu Ende sind, beginnt die Nach-Sorge.

Nach-Sorge heisst, Sie gehen weiter regelmässig zu einer Untersuchung. Die Ärztin stellt fest, ob es Ihnen gut geht.



Und dass kein neuer Tumor entstanden ist.

Die Nach-Sorge wird bis 5 Jahre nach der Operation gemacht.



Die Ärztin spricht mit Ihnen, wie es Ihnen geht.

Und sie untersucht die operierte Brust-Seite.

Und die zweite Brust.



Die Nach-Sorge findet regelmässig statt. Ihre Ärztin wird Ihnen sagen, wie oft Sie zur Nach-Sorge gehen müssen.

Schauen Sie sich Ihre Brust genau an. So wie Sie es vor der Operation gemacht haben.

Gehen Sie sofort zu Ihrer Frauen-Ärztin, wenn an der Brust etwas anders ist.



Sagen Sie Ihrer Ärztin auch, wenn Sie andere Gesundheits-Probleme haben. Zum Beispiel wenn Ihnen die Knochen weh tun.

Oder wenn Sie stark abnehmen.

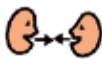
Oder wenn Ihre Haut gelb wird oder rot.



Oder wenn Ihnen der Bauch weh tut.

Oder wenn Sie schlecht Luft bekommen.

Es kann sein, dass der Krebs wieder kommt.



Die Ärztin sagt dann, Sie haben ein [Rezidiv](#).

Ein Rezidiv ist ein neuer Tumor.



Er entsteht, wenn noch kranke Zellen in Ihrem Körper waren.

Die Ärztin sagt Ihnen, wie Sie behandelt werden können.

Wenn Sie ein [Rezidiv](#) bekommen, müssen Sie nicht sterben.



Es gibt heute gute Medikamente. Die können Ihnen helfen.

Das will ich fragen

.....

.....

.....

.....

.....

Selbst-Hilfe-Gruppen



Es gibt viele Gruppen für Frauen mit Brust-Krebs.

Die Frauen reden dort über ihre Krankheit.

Und wie sie die Krankheit bekämpfen.

Sie reden, wenn sie traurig sind oder Angst haben.



Und sie freuen sich gemeinsam, wenn sie die Krankheit besiegen.





Fragen Sie Ihre Ärztin nach einer Selbst-Hilfe-Gruppe oder die Fach-Frauen beim Krebs-Telefon: [0800 11 88 11](tel:0800118811)



Denken Sie immer daran:
Brust-Krebs kann geheilt werden.
Sie brauchen dazu Hilfe.
Wenn die Hilfe am Beginn der Krankheit kommt,
kann sie am besten geheilt werden.

Alle wichtigen Worte kurz erklärt

Benigne

gut-artig, Tumor bleibt auf ein Organ begrenzt

Biopsie

von einer kranken Stelle am Körper nimmt die Ärztin Zellen zur Untersuchung im Labor. Dann kann die Ärztin sehen, ob die Zellen in der kranken Stelle gut-artig sind oder bös-artig. So weiss die Ärztin, ob der Tumor gefährlich ist.

Chemo-Therapie

sehr starke Medikamente gegen Krebs als Infusion.

Sie machen die Krebs-Zellen kaputt. Aber sie machen auch andere Zellen kaputt, zum Beispiel im Magen.

Chirurgin

eine Ärztin, die Menschen operiert.

Computer-Tomografie

spezielle Röntgen-Untersuchung, bei der Ärzte den Krebs genauer sehen als beim Röntgen.

Die Ärzte sagen dazu CT.

Gene

Gene sind sehr kleine Bau-Steine im Körper. Sie bestimmen zum Beispiel ob ein Mensch blaue oder braune Augen hat. Oder ob er klein ist oder gross.

Hormone

Signal-Stoffe im Blut. Hormone werden im Körper in bestimmten Organen gebildet, zum Beispiel Geschlechts-Hormone.

Sie geben zum Beispiel das Zeichen, wann bei einem Mädchen die Brust wachsen soll.

Infusion

Durch einen Schlauch wird ein Medikament direkt in die Vene getropft, damit es schnell im Körper wirkt. Bei einer Operation bekommt die Patientin auch manchmal Blut mit einer Infusion.

Karzinom

bös-artiger Tumor.

Die Ärztin sagt dazu kurz Krebs.

Krebs

bös-artiger Tumor.

Lymph

Der Mensch hat neben Blut noch eine andere Flüssigkeit im Körper, die Lymphe. Die Lymphe ist Körper-Wasser. Das Körper-Wasser bringt Nähr-Stoffe zu den Organen und Abfälle von dort weg.

Magnet-Resonanz-Tomograf

Das Innere des Körpers wird sichtbar gemacht durch starke Magneten.
Die Ärztin sagt dazu MRT oder MRI.

Maligne

bös-artig (Krebs).

Tumor geht auch auf andere Organe.
Wenn keine Behandlung durch Ärzte erfolgt, endet die Krankheit mit dem Tod.

Mamma

die Brust.

Mamma-Karzinom

Brust-Krebs.

Mammo-Grafie

Röntgen-Untersuchung der Brust.

Mamma-Sono-Grafie

Ultra-Schall der Brust.

Metastasen

Tochter-Geschwulst oder Ableger,
Krebs-Zellen wandern mit dem Blut
oder Körper-Wasser in andere Organe.

Dort bilden sie neue Tumore.
Die Ärzte sagen, der Tumor streut.

Onkologin

Eine Ärztin, die Menschen mit Krebs behandelt.

Prothese

Eine künstliche Brust, die man bekommen kann, wenn man Brust-Krebs hatte.

Und wenn bei der Operation die ganze Brust abgenommen wurde.

Die Prothese ist aus Kunst-Stoff oder Silikon. Sie wird in den BH gelegt.

Die Prothese gibt es im Sanitäts-Haus oder in der Hilfs-Mittel-Zentrale.

Psycho-Onkologin

Eine Psycho-Onkologin ist eine Fach-Frau für die Psyche. Es gibt Menschen, die sagen zu Psyche «Seele». Zu einer Psycho-Onkologin gehen Patientinnen, wenn sie sehr traurig sind oder Angst haben.

Radiologin

eine Ärztin, die mit Röntgen, MRT und CT arbeitet.

Rezidiv

ein Tumor, der schon einmal behandelt wurde und trotzdem wieder kommt.

Röntgen

der ganze Körper oder Körper-Teile werden mit einem speziellen Gerät durchleuchtet.

So kann die Ärztin sehen, ob z. B. ein Knochen gebrochen ist oder ob der Mensch Krebs hat.

Strahlen-Therapie, Bestrahlung

die kranken Zellen werden mit starken Strahlen kaputt gemacht.

Strahlen-Therapeutin

Fach-Frau, die Patientinnen mit Krebs bestrahlt.

Tumor

Geschwulst. Kranke Zellen wachsen in einem Organ. Der Tumor kann gut-artig sein oder bös-artig. Das muss die Ärztin feststellen.

Ultraschall

ganz hohe Töne, die der Mensch nicht hören kann. Treffen die Töne auf ein Körperteil oder Organ, machen sie das Organ sichtbar.

Ziel-gerichtete Medikamente

Das sind Medikamente gegen Krebs. Sie verhindern, dass der Tumor wieder wächst.

Wichtige Telefon-Nummern

Kantonale Krebs-Ligen und regionale Krebs-Ligen

Sie haben Fragen zur Kranken-Kasse.
Sie brauchen Hilfe beim Ausfüllen von
Formularen.

Sie suchen einen Therapeuten.
Fragen Sie die Fach-Frauen und
Fach-Männer der Krebs-Liga.
Oder die Fach-Frauen am Krebs-
Telefon.

Die Fach-Frauen können Ihnen helfen.

Krebs-Liga Aargau

Tel. [062 834 75 75](tel:0628347575)

www.krebsliga-aargau.ch

Krebs-Liga Kanton Basel-Stadt und Kanton Basel-Land

Tel. [061 319 99 88](tel:0613199988)

www.klbb.ch

Bernische Krebs-Liga (Kanton Bern) Ligue bernoise contre le cancer

Tel. [031 313 24 24](tel:0313132424)

www.bernischekrebsliga.ch

Ligue fribourgeoise contre le cancer
Krebs-Liga Kanton Freiburg

tél. [026 426 02 90](tel:0264260290)

www.liguecancer-fr.ch

Ligue genevoise contre le cancer

tél. [022 322 13 33](tel:0223221333)

www.lgc.ch

Krebs-Liga Kanton Graubünden

Tel. [081 300 50 90](tel:0813005090)

www.krebsliga-gr.ch

Ligue jurassienne contre le cancer

tél. [032 422 20 30](tel:0324222030)

www.liguecancer-ju.ch

Ligue neuchâteloise contre le cancer

tél. [032 886 85 90](tel:0328868590)

www.liguecancer-ne.ch

Krebs-Liga Ostschweiz.

Kantone St. Gallen, Appenzell-

Ausserrhoden, Appenzell-Innerrhoden,

Glarus

Tel. [071 242 70 00](tel:0712427000)

www.krebsligaostschweiz.ch

Krebs-Liga Kanton Schaffhausen

Tel. [052 741 45 45](tel:0527414545)

www.krebsliga-sh.ch

Krebs-Liga Solothurn

Tel. [032 628 68 10](tel:0326286810)

www.krebsliga-so.ch

Thurgauische Krebs-Liga (Kanton Thurgau)

Tel. [071 626 70 00](tel:0716267000)

www.tgkl.ch

Lega ticinese contro il cancro

Tel. [091 820 64 20](tel:0918206420)

www.legacancro-ti.ch

Ligue vaudoise contre le cancer

tél. [021 623 11 11](tel:0216231111)

www.lvc.ch

Krebs-Liga Wallis

Tel. [027 604 35 41](tel:0276043541)

www.krebsliga-wallis.ch

oder

Ligue valaisanne contre le cancer

tél. [027 322 99 74](tel:0273229974)

www.lvcc.ch

Krebs-Liga Zentralschweiz
Kantone Luzern, Obwalden,
Nidwalden, Schwyz, Uri, Zug
Tel. [041 210 25 50](tel:0412102550)
www.krebsliga.info

Krebs-Liga Zürich
Tel. [044 388 55 00](tel:0443885500)
www.krebsligazuerich.ch

Krebs-Hilfe Liechtenstein
Tel. [00423 233 18 45](tel:004232331845)
www.krebshilfe.li

Die Krebs-Liga

Krebs-Telefon

Krebs-Telefon [0800 11 88 11](tel:0800118811),
Geöffnet von Montag bis Freitag,
9–19 Uhr. Die Telefon-Gespräche sind
gratis. Email: helpline@krebsliga.ch

Krebsforum und Chat

Krebs-Forum www.krebsforum.ch

Cancer-Line

www.krebsliga.ch/cancerline
Kinder, Jugendliche und Erwachsene
können mit einer Fach-Beraterin
chatten.

Rauch-Stopp-Linie

Rauch-Stopp-Linie Tel. [0848 000 181](tel:0848000181),
Kosten: max. 8 Rappen pro Minute
(Festnetz).
Montag bis Freitag, 11–19 Uhr

Broschüren können Sie bestellen:

www.krebsliga/shop.ch
oder Telefon: [0844 85 00 00](tel:0844850000)

Diese Broschüre erhalten Sie von der Krebs-Liga.
Die Telefon-Nummern der Krebs-Liga in Ihrer Nähe
finden Sie in der Broschüre.