

Endlich gibt es individuelle Behandlungen für jede Patientin!

# Neue Hoffnung bei Brustkrebs



Bei der jährlichen gynäkologischen Vorsorge wird auch die Brust abgetastet. Auffälligkeiten sollten weiter abgeklärt werden

## Ein Durchbruch in der Forschung erhöht die Chancen auf sanfte Heilung

Mehr als 70 000 Frauen pro Jahr werden hierzulande mit der Diagnose Brustkrebs konfrontiert. Doch nun kann für jede Patientin eine „maßgeschneidernte“ Behandlung entwickelt werden. Diese ist effektiver und meist erheblich sanfter als die herkömmlichen Chemo- und Strahlen-Therapien.

Um den Tumor gezielt behandeln zu können, wird eine Gewebe-Probe aus der Brust entnommen und im Labor analysiert – die meisten Kassen übernehmen die Kosten. Nur 24 Stunden benötigen

spezielle Tumor-Experten, um herauszufinden, um welche Krebs-Art es sich handelt. Ist diese bekannt, kann ihr „Verhalten“ vorausgesagt werden. Wenn sie sehr langsam wächst, muss sie lediglich beobachtet werden. Dann reicht es, jährlich eine Mammografie (Röntgen-Untersuchung der Brust) machen zu lassen – eine OP ist vorerst nicht nötig.

## Tumor-Wachstum schnell bremsen

Entwickelt sich der Krebs jedoch schnell, stellen Experten eine passende Therapie zusammen. Zwei Drittel aller Patientinnen haben einen sogenannten hormonsensitiven Tumor. Das heißt, das weibliche Hormon Östrogen dient als „Futter“ für die Zellen. Deshalb muss es ihnen entzo-

gen werden: Patienten sollten also keine östrogenhaltigen Präparate einnehmen. Dazu zählen die „Pille“ und manche Mittel gegen Wechseljahrs-Beschwerden. Eine zusätzliche Anti-Hormon-Therapie hemmt das Zell-Wachstum. Fördern hingegen Eiweiße die Entwicklung des Tumors, kann ihn eine Antikörper-Therapie sogar wieder schrumpfen lassen. Die Vorteile: Je kleiner der Tumor bei der OP ist, desto weniger Ge-

webe muss entfernt werden. Statt die Brust zu amputieren, kann so brusterhaltend operiert werden. Bei vielen Krebs-Arten lässt sich zu dem abschätzen, wie hoch das Rückfall-Risiko sein wird. Ist es gering, bleiben den Betroffenen die sonst übliche Chemo- und Strahlen-Therapie erspart. Und damit auch starke Nebenwirkungen wie Übelkeit und Haarausfall.

## So tasten Sie die Brust ab



Streichen Sie mit flach anliegenden Fingern (Fotos) und sanftem Druck über die Brust. Im oberen äußeren Viertel ist das Gewebe besonders fest, dort finden sich die meisten „Knoten“. Tasten Sie auch die übrigen Bereiche und beide Achsel-Höhlen ab. Falls Sie Veränderungen entdecken: Gehen Sie zum Frauenarzt!

## Top-Kliniken

### Comprehensive Cancer Center

Charité Berlin  
Tel.: 030/450 513 077

### Frauenklinik

Rotkreuzklinikum, München  
Tel.: 089/13 03 36 20

### Frauenklinik Frankfurt

der J. W. Goethe-Universität  
Tel.: 069/63 01 51 15

### Universitäts-Frauenklinik

mit Tumorzentrum, Düsseldorf  
Tel.: 0211/8 11 66 44

## EXPERTEN-INTERVIEW



Prof. Dr. med. Tanja Fehm, Direktorin der Universitäts-Frauenklinik Düsseldorf

## „Die Krankheit ist gut heilbar“

**Wie entsteht Brustkrebs?** Wissenschaftler gehen davon aus, dass der Ursprung in Zellen liegt, die sich teilen, um defektes Brust-Gewebe zu reparieren. Dabei können jedoch Fehler auftreten, sodass dieser Prozess außer Kontrolle gerät und die „entarteten“ Zellen Wucherungen bilden.

**Gibt es Risiko-Faktoren?** Es ist fast unmöglich, einen besonderen Anlass für die Erkrankung festzustellen. Durch Studien wissen wir aber, dass bestimmte Faktoren das Risiko beeinflussen: Zwischen dem 50. und 70. Lebensjahr ist es am höchsten. Hormone spielen eine Rolle. **Auch der Lebensstil kann die Gefahr erhöhen** (s. Kasten). Und „Risiko-Genen“ können vererbt werden. Wenn mehrere Frauen in Ihrer Familie an Brustkrebs erkrankt sind, lassen Sie sich am besten in einem speziellen Zentrum beraten (Infos: [www.brca-netzwerk.de](http://www.brca-netzwerk.de)).

**Wie gut kann der Krebs heute geheilt werden?** Die **Heilungs-Chancen sind hoch**: 85 Prozent der Brustkrebs-Patientinnen werden wieder gesund.

## 7 Tipps zur Vorbeugung

### 1. Alkohol meiden

Übermäßiger Genuss erhöht den Hormon-Spiegel im Blut und fördert so Brustkrebs.

**Beschränken Sie sich auf drei Gläser pro Woche.**



### 2. Viel bewegen

Körperliche Aktivität beugt der Entstehung von Brustkrebs vor. Schon regelmäßige **leichte Bewegung** (z. B. drei Mal 20 Min. Spazieren-Gehen pro Woche) hat diesen Effekt.

### 3. Gemüse essen

Fertig-Gerichte, Süßigkeiten, Weißbrot und rotes Fleisch steigern die Gefahr für Krebs.

### 4. Hormone absetzen

Hormon-Ersatz-Präparate gegen Wechseljahrs-Beschwerden erhöhen das Risiko.

**Fragen Sie Ihren Frauenarzt, ob die Einnahme notwendig ist.**

### 5. Gewicht verringern

Insbesondere nach den Wechseljahren wirken sich

zusätzliche Kilos negativ aus. Studien zeigen: **Übergewichtige Frauen haben ein erhöhtes Brustkrebs-Risiko.**

### 6. Brust abtasten

Tasten Sie einmal pro Monat Ihre Brust selbst ab (s. Kasten links) und **gehen Sie zur jährlichen Vorsorge** beim Frauenarzt. Bei Auffälligkeiten wird er Ihnen weitere Untersuchungen empfehlen.

### 7. Röntgen lassen

Ihr Gynäkologe rät Ihnen zur Mammografie? Lassen Sie diese in einem **zertifizierten Mammazentrum** durchführen. Adressen unter [www.mammo-programm.de](http://www.mammo-programm.de)