

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 83 (2005)  
**Heft:** 1-2

**Artikel:** Informationen zum Brustkrebs  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-722220>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 16.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Informationen zum Brustkrebs

*Viele Frauen haben Angst vor der Krankheit Brustkrebs. Die Fragen der Zeitlupe-Leserinnen zu diesem Thema haben dies erneut unter Beweis gestellt.*

Ich habe Angst vor Brustkrebs, da meine Mutter vor vier Jahren im Alter von fünfzig Jahren daran erkrankt ist. Sie wurde damals brusterhaltend operiert und hatte dann eine Bestrahlungstherapie. Was kann ich tun? Erstellen Sie mit Ihrem Gynäkologen einen Stammbaum mit den Erkrankungen in Ihrer Familie. So können Sie feststellen, ob Sie zu einer Familie gehören, in der Brustkrebserkrankungen gehäuft auftreten. Sollte dies der Fall sein, erhalten Sie gezielte Informationen darüber, welche Untersuchungen in gewissen Abständen sinnvoll sind. Gehören Sie nicht zu einer Risikofamilie, sind die jährliche Untersuchung beim Gynäkologen und die monatliche Selbstuntersuchung der Brust wichtig. Frauen ab fünfzig Jahren empfehlen wir zusätzlich alle zwei Jahre eine Mammographie.

**Können gutartige Brusterkrankungen entarten?** Gutartige Brusterkrankungen sind in der Regel mit keinem erhöhten Entartungsrisiko verbunden. Eine Ausnahme bildet die am stärksten ausgeprägte Form der Mastopathie. Die Mastopathie an sich ist eine häufig vorkommende, harmlose Veränderung der Brustdrüse, bei der die Brust anschwellen oder knotig sein kann. Nur bei der seltenen Mastopathie mit Zellwucherungen ist das Risiko einer Entartung bis zu einem gewissen Umfang erhöht.

Sind bei einer Mammographie winzige Kalkeinlagerungen zu sehen, deutet dies auf abgestorbene Zellen hin. Diese können durch einen gutartigen Prozess (etwa eine Entzündung) zugrunde gegangen sein; der so genannte Mikrokalk ist aber auch ein Frühwarnzeichen, dass sich hier eventuell Tumorzellen gebildet haben. Ein solcher Befund muss weiter abgeklärt werden.

Bei mir wurde vor drei Monaten Brustkrebs diagnostiziert. Die Operation habe ich gut überstanden, und jetzt habe ich Chemotherapie. Meistens geht es mir



**Der Rat der Fachfrauen:** Das Team der Krebsliga, Pflegefachfrauen mit diversen Zusatzausbildungen, beantwortete Fragen der Zeitlupe-Leserinnen und -Leser.

recht gut, aber gerade jetzt ist mir zum Weinen zumute. Es ist nicht einfach. Nach der Diagnose einer Krebserkrankung müssen sich fast alle Betroffenen mit einer Vielzahl bedrohlicher Gefühle und Gedanken auseinandersetzen. Die Erkrankung wird oft als massiver Einschnitt erlebt. Alles bisher Gewohnte und viele zukünftige Ziele scheinen in Frage gestellt. Ängste vor der Rückkehr in den Alltag und Befangenheit im Umgang mit anderen Menschen machen sich bemerkbar. Zweifel an der Wirksamkeit der Behandlung und Angst davor, dass die Erkrankung fortschreitet, kommen immer wieder auf. Es gibt Zeiten der Hilflosigkeit und der Depression, aber auch der Hoffnung und des intensiven Erlebens. Möglichst offene Gespräche können helfen, besser mit allem fertig zu werden.

Das Zusammenleben in der Familie kann besonderen Belastungen ausgesetzt sein. Nicht nur Betroffene, sondern ihre ganze Lebensgemeinschaft werden durch die Krebserkrankung in ihrem Gleichgewicht erschüttert. Offene Gespräche über Sorgen und Befürchtungen, Erwartungen und Wünsche können den Weg öffnen, um Probleme gemeinsam zu bewältigen.

Wäre es gut, sich einer Selbsthilfeorganisation anzuschliessen? Viele Patientinnen haben das Bedürfnis, mit anderen Frauen zusammenzukommen, denen es

ähnlich geht, die Ängste und Alltagsprobleme aus dem eigenen Erleben kennen und deshalb Verständnis haben und Ratschläge geben können. In der Selbsthilfegruppe «Leben wie zuvor» ([www.leben-wie-zuvor.ch](http://www.leben-wie-zuvor.ch)) haben sich Frauen zu diesem Zweck zusammengeschlossen. Ihre kantonale Krebsliga kann Ihnen eine Kontaktadresse vermitteln.

In manchen Fällen ist es sinnvoll, fachkundige Unterstützung zu suchen. Psychoonkologische Beratungsstellen gibt es in vielen Städten und Gemeinden. Fragen Sie Ihre kantonale Krebsliga. Sie bietet Krebspatientinnen und ihren Angehörigen Information und Rat in allen praktischen Fragen der Nachsorge wie Klinikaufenthalte zur Rehabilitation, Rentenangelegenheiten oder die Anerkennung einer Behinderung. Darüber hinaus sind sie bemüht, die betroffenen Frauen bei der Auseinandersetzung mit ihrer veränderten Lebenssituation zu unterstützen. Wo nötig, sind sie behilflich, Wege zur finanziellen Unterstützung zu finden. Die Beratungsstellen arbeiten mit anderen Einrichtungen zusammen, die spezielle Angebote für Krebspatientinnen und Krebspatienten haben, und können bei Bedarf Kontakte dorthin vermitteln.

**Ich habe Brustkrebs. Bei der Operation wurden Lymphknoten entfernt. Ich habe gehört, dass es danach zu einem Lymphödem kommen kann. Was ist das, und was kann ich dagegen tun?** Ein besonderes Problem nach Brustkrebs kann das Anschwellen des Arms auf der operierten Seite sein. Weil die Lymphknoten entfernt und die Lymphwege dadurch unterbrochen wurden, ist der Abfluss der Lymphe behindert. Die Lymphflüssigkeit kann sich stauen, ein Lymphödem entsteht.

Etwa zwei bis fünf von hundert Patientinnen sind davon schwerwiegend betroffen. Ob ein Lymphödem entstehen wird, lässt sich für den Einzelfall nicht sicher vorhersagen, auch die Stärke der Belastung, die eine Frau gut verträgt,

lässt sich nicht immer im Voraus festlegen. Die Art der Operation und die Anzahl der entfernten Lymphknoten haben einen Einfluss. Andererseits bildet der Körper in unterschiedlichem Ausmass Ersatzlymphwege.

Grundsätzlich ist es ratsam, dass jede Patientin und ihr Arzt Vorsichtsmassnahmen ergreifen, um einem Lymphödem vorzubeugen. Dazu gehören die Schonung des Arms bei Untersuchungen und Behandlungen wie Blutdruckmessen, Blutabnahme, intravenöser Medikamentengabe oder bei der Arbeit. Auch grosse Hitze einwirkungen, beispielsweise durch lange heisse Bäder, und extreme Kälte sollten vermieden werden. ■

#### VOM UMGANG MIT KREBS



In der Schweiz erkranken jedes Jahr rund 30 000 Menschen neu an Krebs. Die Krankheit verändert ihr Leben, aber auch das ihrer Angehörigen, Partner und Freunde. Die Auseinandersetzung mit Krebs tut weh.

Das Buch «... und falls dir Krebs Angst macht...» gibt aus der Sicht von Angehörigen Einblick in diesen schmerzhaften Prozess. Geschrieben hat es Elisabeth Wenger, deren Mann Bernhard an Krebs starb. Im ersten Teil erzählen Briefe und E-Mails der Eheleute von der Krankheitszeit. Im zweiten Teil protokolliert die Autorin 15 Gespräche mit Angehörigen, die eine nahe stehende Person verloren haben. Im letzten Teil zeigen Fachleute Wege auf, wie sich Betroffene offen mit der Krankheit auseinandersetzen können. Das Buch ist mit Fotos des Berner Fotografen Hansueli Trachsel illustriert und im Anhang mit nützlichen Adressen versehen.

Elisabeth Wenger, Hansueli Trachsel: «... und falls dir Krebs Angst macht...». Stämpfli-Verlag, Bern 2004, 200 Seiten, CHF 34.-, Bestelltalon auf Seite 64



Das Alter hat viele Gesichter ...

## Lust auf Weiterbildung? Lust auf Bewegung?

Pro Senectute bietet ein Vielzahl von Kursen, Veranstaltungen, Begegnungs- und Bewegungsmöglichkeiten an: damit Sie mit neuen Menschen in Kontakt kommen.

### Möchten Sie mehr wissen über die Bildungs- und Bewegungsangebote von Pro Senectute in Ihrem Kanton?

In der Schweiz gibt es über 120 Pro-Senectute-Beratungsstellen. Diese geben Ihnen gerne Auskunft über das Kurs- und Veranstaltungsprogramm in Ihrer Region. Sie finden die Telefonnummern sämtlicher Beratungsstellen vorne in der Zeitlupe auf einem Falblatt zum Herausnehmen und Aufbewahren.

