

**KNOTEN
PUNKT.**

Nachsorge nach einer Brustkrebs- operation

**Eine Information des
Arbeitskreises Knotenpunkt Bielefeld**

Nachsorge nach einer Brustkrebsoperation

Wenn Sie wegen einer Brustkrebserkrankung operiert und eventuell auch bestrahlt oder mit Medikamenten behandelt worden sind, ist bei Ihnen nach Abschluss dieser Behandlungsperiode eine Nachsorge über einen Zeitraum von 5 Jahren erforderlich. Nach Ablauf dieser 5 Jahre sind weitere Untersuchungen notwendig, die im Rahmen der üblichen Früherkennungsuntersuchungen durchgeführt werden.

Nach den zur Zeit gültigen Richtlinien sind bei betroffenen Frauen ohne Symptome – abgesehen von der Mammographie – routinemäßige apparative Untersuchungen einschließlich der Laboruntersuchungen und der Tumormarker nicht notwendig.

Wichtig ist, dass betroffene Frauen sich sorgfältig selbst beobachten und sich selbst untersuchen. Hier wird empfohlen: Führen Sie regelmäßig einmal im Monat eine Tastuntersuchung der operierten Region, der gesunden Brust sowie der Achselhöhlen durch. Lassen Sie sich von Ihrer Ärztin oder ihrem Arzt die Untersuchungstechnik zeigen.

Wenn Sie

- Beschwerden haben und unsicher sind, ob diese mit Ihrer Brusterkrankung in Verbindung stehen,
- bei der Selbstuntersuchung Auffälligkeiten entdecken,
- sich sonst länger »irgendwie krank« fühlen,

suchen Sie so bald wie möglich Ihre Ärztin/Ihren Arzt auf.

Warten Sie nicht bis zum nächsten geplanten Nachsorgetermin.

Wenn Sie keine Beschwerden haben, an sich selbst keine Auffälligkeiten entdecken und auch Ihre Ärztin/Ihr Arzt bei der Bewertung Ihrer persönlichen Angaben sowie der eigenen Untersuchungsbefunde keinerlei Hinweise für ein Wiederauftreten der Brusterkrankung findet, dann sind weitere Untersuchungen nicht erforderlich (z.B. Röntgen, Ultraschall der Leber, Skelettszintigramm, Blutentnahmen für Laboruntersuchungen). Nur die Mammographie wird in bestimmten Abständen empfohlen. (siehe Tabelle)

Ultraschalluntersuchungen der Brust zwischen den einzelnen Mammographien liegen im Ermessen Ihrer behandelnden Ärztin bzw. Ihres Arztes.

Folgende Richtlinien gelten

	Jahre nach der Primärtherapie		
	1. bis 3. Jahr	4. bis 5. Jahr	ab 6. Jahr
Selbstuntersuchung	monatlich		
Ausführliches ärztliches Gespräch (Anamnese) Körperliche Untersuchung Information	alle 3 Monate	alle 6 Monate	alle 12 Monate
Mammographie nach brust-erhaltender OP	erkrankte Brust: alle 6 Monate gesunde Brust: alle 12 Monate	gesunde und erkrankte Brust: alle 12 Monate	
Mammographie der gesunden Brust nach Entfernung der erkrankten Brust (Mastektomie)	alle 12 Monate		
Alle anderen technischen Untersuchungen einschließlich Labor (Blut) und Tumormarker	Diese Untersuchungen sollten nur bei klinischem Verdacht auf eine Wiedererkrankung (Rezidiv) und/oder bei Verdacht auf Metastasen gemacht werden.		

Das persönliche ärztliche Gespräch ist durch keine apparative Untersuchung ersetzbar. Es beinhaltet Informationen über die Krebserkrankung und sollte ausdrücklich auch auf die psychosoziale Situation der Frau eingehen. Fragen Sie Ihren Arzt/Ihre Ärztin (oder lassen Sie sich an eine entsprechende Stelle verweisen), welche Möglichkeiten zur Erhaltung oder Wiedererlangung Ihres seelischen Gleichgewichtes bzw. Ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit zur Verfügung stehen (z. B. psychologische Beratung und Betreuung, Selbsthilfegruppen, Krankengymnastik, Sport, Reha-Maßnahmen etc.).

Sollten Sie zu diesen Untersuchungsrichtlinien Fragen haben, unsicher sein oder einen Arzt/eine Ärztin haben, der/die nicht danach vorgeht, empfehlen wir Ihnen ein klärendes Gespräch.

Kontaktadressen:

Psychosoziale Krebsberatung, Detmolder Str. 280, 33605 Bielefeld
Fon (0521) 92 16-432/431, krebsberatung@awo-owl.de

Psychologische Frauenberatung, Ernst-Rein-Straße 33,
33613 Bielefeld, Fon (0521) 12 15 97, info@frauenberatung-bi.de

Begründung dieser Untersuchungsrichtlinien

Die Deutsche Krebsgesellschaft, die Deutsche Krebshilfe und das Münchener Tumorzentrum geben vorliegende Richtlinien für die Abstände und den Inhalt der Untersuchungen an. Diese Richtlinien basieren auf einem Konsensusbeschluss von Berlin aus dem Jahre 1995. Eine internationale Konsensusstagung in Bari/Italien kam im Oktober 1994 zum gleichen Ergebnis.

Begründet werden diese Richtlinien unter anderem mit dem Ergebnis von zwei inhaltlich ähnlichen Studien. Beide Studien wurden jeweils mit zwei Gruppen von Frauen durchgeführt.

Die Frauen der Gruppe 1 wurden in beiden Studien regelmäßig körperlich untersucht, führten ein ausführliches ärztliches Gespräch und gingen jährlich zur Mammographie. Bei den Frauen der Gruppe 2 wurde zusätzlich jedes halbe Jahr der Brustkorb geröntgt und routinemäßig halbjährlich ein Skelettszintigramm durchgeführt. Darüber hinaus wurden Ultraschalluntersuchungen der Leber und Laboruntersuchungen (u. a. Tumormarker) gemacht.

Bei der Gesamtlebensdauer der Frauen beider Studien gab es keine

Unterschiede. Jedoch dauerte die rückfallfreie Zeit der Untersuchten in Gruppe 1 in beiden Studien länger, weil Metastasen später erkannt wurden. Das wirkte sich psychologisch günstig aus, weil z. B. bei früh entdeckten Skelettmastasen sich die subjektiv positiv empfundene tumorfreie Zeit verkürzte, die Heilungsmöglichkeiten sich aber nicht vergrößerten.

In wissenschaftlichen Veröffentlichungen vertritt darum heute niemand mehr die »programmierte« Nachsorge unter Verwendung aller zur Verfügung stehenden technischen Untersuchungen.

Der Inhalt dieses Informationspapiers wurde mit dem Berufsverband der Frauenärzte e.V., Bezirksgruppe Bielefeld-Gütersloh abgestimmt.

Wir danken für die Unterstützung

frauen > büro
Gleichstellungstelle der Stadt Bielefeld




Interkulturelles Büro
Stadt Bielefeld

AMGEN
www.onkologie.de



PHARMACIA Oncology
www.pharmaciaoncology.de


sanofi aventis
Das Wichtigste ist die Gesundheit

 **MEDIAN** Klinikum für Rehabilitation
Bad Salzuflen
Kliniken am Burggraben
Mammakarzinom-Rehabilitation

In **Knotenpunkt e.V.** arbeiten an Brustkrebs Erkrankte gemeinsam mit Frauen, die beruflich mit dem Thema zu tun haben, daran, dass die Qualität der medizinischen und psychosozialen Versorgung in diesem Bereich in OWL den aktuellen Standards entspricht. Seit 1999 informiert der Verein u. a. in Veranstaltungen über die Möglichkeiten der Früherkennung von Brustkrankungen und ermutigt Frauen mit Brustkrebs, aktiv ihre Interessen wahrzunehmen. Unser Ziel ist es, zur Aufklärung und zur Diskussion über mögliche individuelle und politische Handlungsansätze beizutragen. Neben der Durchführung von Veranstaltungen erarbeiten wir eigenes Infomaterial (z. B. zur Nachsorge nach Brustkrebs und zum Mammographie-Screening).

Haben Sie Lust, sich einzumischen? Finden Sie, dass es beim Thema Brustgesundheit Dinge gibt, die verbessert werden können? Dann sind Sie bei uns richtig! Wir freuen uns auf Sie.

Verantwortlich i.S.d.P.: Knotenpunkt e.V.

Kontakt: Knotenpunkt e.V., Postfach 101708, 33517 Bielefeld
kontakt@knotenpunkt-bielefeld.de, www.knotenpunkt-bielefeld.de

Gestaltung: designbüro drillich, Wiesbaden

Druck: Voigt & Harbaum Druck GmbH, Bielefeld

Wir danken der Deutschen Krebsgesellschaft, der Deutschen Krebshilfe und dem Tumorzentrum München für die Abdruckgenehmigung von Textpassagen. Für die Idee, diesen Flyer zu erarbeiten, danken wir dem Frauenbüro der Stadt Bielefeld.

© **Knotenpunkt e.V.**, 2. Nachdruck, 2005, Gesamtauflage 58 000

Spendenkonto: Sparkasse Bielefeld, Konto 15 355 944, BLZ 480 501 61