

Weitere sozialrechtliche Informationen sowie Ratgeber zum kostenlosen Download finden Sie stetig aktualisiert unter [www.betanet.de](http://www.betanet.de).

© 2024 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kobelweg 95, 86156 Augsburg | [www.betanet.de](http://www.betanet.de)

# Brustkrebs > Allgemeines

## 1. Das Wichtigste in Kürze

Besteht der Verdacht auf Brustkrebs, ändert sich das Leben der Betroffenen meist schlagartig. Über mögliche Therapien, Behandlungsziele sowie Nebenwirkungen und Spätfolgen sollten Patientinnen sich ausführlich beraten lassen, um die für sie bestmögliche Entscheidung treffen zu können.

## 2. Auftreten und Risikofaktoren

Unter Brustkrebs (Mammakarzinom) versteht man einen bösartigen Tumor in der Brust. Besonders häufig ist das obere, äußere Viertel der Brust betroffen.

Brustkrebs ist weltweit die häufigste Krebserkrankung bei Frauen. In Deutschland erkrankt im Laufe ihres Lebens etwa jede 8. Frau daran, Frauen nach den Wechseljahren sind häufiger betroffen. Zum Vergleich: Im Alter um die 30 Jahre erkrankt 1 von etwa 2.500 Frauen, im Alter um die 60 Jahre erkrankt 1 von etwa 25 Frauen.

In Industriestaaten bekommen Frauen häufiger Brustkrebs als in Asien oder Afrika. Allerdings sind die Heilungschancen in den westlichen Industriestaaten deutlich höher als in ärmeren Ländern. In Deutschland leben laut Statistik 5 Jahre nach der Diagnose noch 88 % der erkrankten Frauen, nach 10 Jahren noch 82 %.

Sehr selten erkranken auch Männer, in Deutschland etwa 700 pro Jahr. Dies entspricht etwa 1% aller Brustkrebserkrankungen. Die Behandlung sollte am besten in zertifizierten Brustzentren erfolgen, da diese viel Erfahrung mit der Erkrankung haben. Weitere Informationen bietet das Netzwerk Männer mit Brustkrebs e.V. im Internet unter [www.brustkrebs-beim-mann.de](http://www.brustkrebs-beim-mann.de).

Die Ursache von Brustkrebs ist nicht geklärt. Als Risikofaktoren gelten unter anderem:

- genetische Vorbelastung (Brustkrebs bei nahen Verwandten)
- hohe Dichte des Brustdrüsengewebes (mehr Drüsen- und Bindegewebe, weniger Fettgewebe)
- hormonelle Faktoren, z.B. Beginn der Menstruation in sehr jungen Jahren, sehr späte Menopause, keine oder späte Geburten
- fettreiche Ernährung (viel tierisches Fett, z.B. Wurst, Fleisch, Vollmilchprodukte), Alkohol, Rauchen
- Übergewicht, geringe körperliche Aktivität
- vorausgehende Krebserkrankungen, z.B. **Erst** Erkrankung an Brustkrebs, Gebärmutter- und Eierstockkrebs oder Dickdarmkrebs

### 2.1. DCIS: Vorstufe

Unter DCIS (Duktales Carcinoma in Situ) versteht man eine Vorstufe von Brustkrebs, bei der sich veränderte Zellen in den Milchgängen der Brust befinden. Diese Zellen können harmlos bleiben, sich jedoch auch zu einem bösartigen Tumor entwickeln. Aus diesem Grund sollten sich Betroffene von ihrem Arzt über Risiken und Behandlungsmöglichkeiten informieren lassen. In der Regel erfolgt eine brusterhaltende Operation und je nach Rückfallrisiko eine anschließende Strahlentherapie.

## 3. Untersuchungen

### 3.1. Früherkennung

Je früher Brustkrebs erkannt wird, desto besser sind die Heilungschancen. Für die Früherkennung spielen sowohl die Selbstuntersuchung, Näheres unter [Brustkrebs > Nachsorge](#), als auch die ärztliche Vorsorgeuntersuchung eine Rolle.

Frauenärzte bieten regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen an. Die Krankenkasse trägt die Kosten für eine jährliche Brustuntersuchung ab 30 Jahren sowie alle 2 Jahre für ein Mammographie-Screening für Frauen von 50 bis 69 Jahren.

Studien zeigen, dass die Brustkrebssterblichkeit für regelmäßige Teilnehmerinnen am Mammographie-Screening nachweislich gesenkt werden kann. Auf der anderen Seite werden Betroffene einer Strahlenbelastung ausgesetzt und es gibt Überdiagnosen sowie falsch-positive Befunde.

"Überdiagnose" meint, dass die Brustkrebserkrankung der Patientin zu Lebzeiten ohne Mammographie nicht bekannt geworden wäre, da sie an etwas anderem stirbt, bevor der Tumor sich bemerkbar macht. So kann es zu belastenden Behandlungen kommen, die die Lebensqualität unnötig einschränken.

Falsch-Positive Befunde ziehen weitere Untersuchungen nach sich, z.B. Ultraschall oder Biopsien (= Entnahme und Untersuchung von Brustgewebe), und lassen Betroffene tagelang in großer Angst leben, die sich dann letztlich als unbegründet herausstellt.

### 3.2. Praxistipps

- Detaillierte Informationen zur Erkrankung und zu den verschiedenen Untersuchungsmethoden bei Krebsverdacht gibt der Krebsinformationsdienst (KID) des Deutschen Krebsforschungszentrums unter [www.krebsinformationsdienst.de](http://www.krebsinformationsdienst.de) > [Krebsarten](#) > [Brustkrebs](#) .
- Die Deutsche Krebshilfe bietet in dem Ratgeber „Brustkrebs“ aktuelles Wissen über Brustkrebs und Früherkennung an, Download unter [www.krebshilfe.de](http://www.krebshilfe.de) > [Informieren](#) > [Über Krebs](#) > [Infomaterial bestellen](#) > [Für Betroffene](#).
- Informationen über das Mammographie-Screening-Programm und andere Methoden der Früherkennung unter [www.mammo-programm.de](http://www.mammo-programm.de) .
- Die bekannteste Methode zur Brustselbstuntersuchung ist MammaCare. Details und Adressen von MammaCare-Trainerinnen unter <https://mammacare.de> .
- Eine Liste der zertifizierten Brustkrebszentren bietet die Deutsche Krebsgesellschaft unter [www.oncomap.de](http://www.oncomap.de) .

## 4. Vor Beginn der Behandlung

Wird die Diagnose Brustkrebs gestellt, müssen sich Betroffene oft zwischen mehreren Behandlungsmöglichkeiten mit unterschiedlichem Nutzen und Risiko entscheiden. Wichtig sind deshalb ausführliche Informationen, um auf Grundlage aktueller medizinischer Erkenntnisse sowie persönlicher Wünsche und Wertvorstellungen eine Entscheidung treffen zu können.

### 4.1. Das Arztgespräch

Brustkrebs erfordert keine sofortige Notfallbehandlung. In der Regel hat man ausreichend Zeit, sich eine Zweitmeinung einzuholen, sich umfassend zu informieren und Entscheidungen in Ruhe zu treffen. Insbesondere dem Arztgespräch kommt hier eine wichtige Bedeutung zu. Je nach Behandlungsmöglichkeiten sollten folgende Themen besprochen werden:

- Brusterhaltende Operation mit anschließender Bestrahlung oder Brustentfernung mit Rekonstruktion der Brust bzw. äußerer Prothese
- Systemische Therapie (Prinzipien, Ziele, Dauer, Durchführung, Nebenwirkungen, Spätfolgen)
- Strahlentherapie (Prinzipien, Ziele, Dauer, Nachbeobachtung, Nebenwirkungen, Spätfolgen)
- Klinische Studien (Prinzipien, Ziele, Dauer, Durchführung, bisher bekannte Wirkungen und Nebenwirkungen, Besonderheiten wie Beobachtung, Mitwirkung, Datenspeicherung und -verarbeitung)
- Vorbeugung und Behandlung von Nebenwirkungen und Spätfolgen, z.B. [Fatigue](#) , Übelkeit, Lymphödem
- Eigenverantwortung und Mitwirkung, z.B. Mitteilung von Symptomen und Problemen, verlässliche Medikamenteneinnahme
- Nachsorge (Näheres unter [Brustkrebs > Nachsorge](#) )
- Rehabilitation (Näheres unter [Brustkrebs > Medizinische Rehabilitation](#) )
- Psychoonkologische Unterstützung (Näheres unter [Psychoonkologie](#) )
- [Selbsthilfegruppen](#)

### 4.2. Berufstätigkeit

Bereits im Vorfeld der Behandlung ist eine Krankschreibung möglich und sinnvoll. Dann können alle wichtigen Vorbereitungen in Ruhe getroffen werden und die Frau hat die Möglichkeit, sich mit der veränderten Situation auseinanderzusetzen. Manche Frauen wollen so lange wie möglich weiter arbeiten, weil für sie Alltag und Struktur in dieser Situation wichtig ist.

Näheres unter [Brustkrebs > Arbeit](#) .

### 4.3. Selbsthilfe und Beratung

Schon vor der Operation können verschiedene Selbsthilfeorganisationen Unterstützung bieten. Im Brustkrebsbereich sind Selbsthilfegruppen sehr aktiv und bieten u.a. Informationen und Beratung zu Diagnose, Therapie und Reha sowie psychosoziale Unterstützung. Gemeinsam wollen Betroffene ihre Lage verbessern und sich gegenseitig durch den regelmäßigen Austausch unterstützen. Selbsthilfegruppen haben unterschiedliche Organisationsformen, meist treffen sich 6–12 Teilnehmer einmal in der Woche über längere Zeit. Sie bestimmen gemeinsam wie lange die Treffen dauern, wo sie stattfinden, welche Ziele sie verfolgen und wer welche Aufgaben übernimmt.

Entlasten können auch Gespräche mit Familienmitgliedern oder Freunden. Eventuell gibt es im Bekanntenkreis andere Frauen, die Brustkrebs haben oder hatten und mit ihren Erfahrungen weiterhelfen können. Brustkrebs ist jedoch eine sehr

vielgestaltige Erkrankung, die oft unterschiedlich behandelt werden muss. Gute Ansprechpartner für offene Fragen sind immer auch der behandelnde Arzt oder eine fachkundige Beratungsstelle.

## 5. Wer hilft weiter? Information und Beratung

### **Frauenselbsthilfe Krebs - Bundesverband e.V.**

Telefon: 0228 338894-02 (Mo–Do 8–15 Uhr, Fr 9–12 Uhr)

Fax: 0228 338894-01

E-Mail: [kontakt@frauenselbsthilfe.de](mailto:kontakt@frauenselbsthilfe.de)

[www.frauenselbsthilfe.de](http://www.frauenselbsthilfe.de)

### **mamazone - Frauen und Forschung gegen Brustkrebs e.V.**

Telefon: 0821 2684191-0

Fax: 0821 2684191-1

E-Mail: [info@mamazone.de](mailto:info@mamazone.de)

[www.mamazone.de](http://www.mamazone.de)

### **BRCA - Netzwerk e.V.**

Telefon: 0228 - 33889-100

Fax: 0228 - 33889-110

E-Mail: [info@brca-netzwerk.de](mailto:info@brca-netzwerk.de)

[www.brca-netzwerk.de](http://www.brca-netzwerk.de) > Familiäre Krebserkrankungen > Brustkrebs

### **Brustkrebs Deutschland e.V.**

Telefon: 0800 0117112 (zusätzlich: kostenlose ärztliche Telefonsprechstunde: Mo 17.30–19.00 Uhr)

Fax: 089 4161980-1

E-Mail: [online@brustkrebsdeutschland.de](mailto:online@brustkrebsdeutschland.de)

[www.brustkrebsdeutschland.de](http://www.brustkrebsdeutschland.de)

### **Krebsinformationsdienst des deutschen Krebsforschungszentrums**

Beratung per Telefon: 0800 420 3040 (täglich 8–20 Uhr)

E-Mail: [krebsinformationsdienst@dkfz.de](mailto:krebsinformationsdienst@dkfz.de)

[www.krebsinformationsdienst.de](http://www.krebsinformationsdienst.de) > Krebsarten > Brustkrebs

### **Netzwerk Männer mit Brustkrebs e.V.**

Telefon: 07232 79463

Fax: 07232 372703

E-Mail: [kontakt@brustkrebs-beim-mann.de](mailto:kontakt@brustkrebs-beim-mann.de)

[www.brustkrebs-beim-mann.de](http://www.brustkrebs-beim-mann.de)

## 6. Praxistipp Ratgeber

Kostenloser Download: [Ratgeber Brustkrebs](#) als PDF mit Informationen zu allen oben stehenden Themen und den Informationen in den nachfolgend verlinkten Artikeln.

## 7. Verwandte Links

[Brustkrebs](#)

[Brustkrebs > Arbeit](#)

[Brustkrebs > Behandlung](#)

[Brustkrebs > Ernährung](#)

[Brustkrebs > Familie](#)

[Fatigue - Chronisches Erschöpfungssyndrom](#)

[Kinder krebskranker Eltern](#)

[Haarausfall bei Chemotherapie](#)

[Krebs > Lymphödem](#)

[Brustkrebs > Brustprothesen und Spezial-BHs](#)

[Brustkrebs > Nachsorge](#)