



MEDIENMITTEILUNG

Kontakt Flavia Nicolai, Leiterin Medienstelle, media@krebssliga.ch
Telefon direkt 031 389 94 13
Datum Bern, 4. Oktober 2018

InfoMonat Brustkrebs 2018

Früherkennung spielt bei Brustkrebs eine entscheidende Rolle

Brustkrebs kann jede Frau treffen. Mit fast einem Drittel aller Krebsdiagnosen ist Brustkrebs die häufigste Krebsart bei Frauen. Früh erkannt, ist die Behandlung oft einfacher und erfolgreicher. Neue, verbesserte Therapien bringen zudem weniger unerwünschte Nebenwirkungen mit sich. Wichtig ist jedoch, dass Frauen auf ihren Körper achten und ungewöhnliche Veränderungen an ihren Brüsten sofort mit ihrer Ärztin oder ihrem Arzt besprechen.

Jährlich erhalten 6000 Frauen und 50 Männer in der Schweiz die Diagnose Brustkrebs (Mammakarzinom). Trotz deutlicher Fortschritte in der Therapie sterben immer noch rund 1400 Personen pro Jahr an dieser Krebsart. Bei Frauen ist Brustkrebs die häufigste Krebsart, fast ein Drittel aller Krebsdiagnosen. Obwohl das Risiko nach dem 50. Lebensjahr deutlich ansteigt, erkranken auch jüngere Frauen. Jede fünfte Patientin ist bei der Diagnose jünger als 50 Jahre.

Qualitätsstandards bei der Früherkennung

Früherkennung kann Krebs nicht verhindern, hilft aber, ihn in einem Anfangsstadium zu diagnostizieren. Je früher Brustkrebs entdeckt wird, desto besser sind im Allgemeinen die Überlebenschancen der betroffenen Frauen. Eine frühe Erkennung ermöglicht zudem die Wahl weniger belastender Behandlungen. Zur Früherkennung von Brustkrebs werden deshalb ab dem 50. Lebensjahr regelmässige Mammografie-Untersuchungen empfohlen. Nach Möglichkeit in einem Programm, in dem Qualitätsstandards gegeben sind.

In vielen Kantonen bestehen Programme (sogenannte Mammografie-Screenings), in denen Frauen ab 50 Jahren alle zwei Jahre eingeladen werden, eine Mammografie (Röntgenaufnahme der Brust) zur Früherkennung machen zu lassen. Besprechen Sie das Thema mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, falls in Ihrem Kanton kein Programm existiert. Gehören Sie zu einer Gruppe, bei denen das Risiko für Brustkrebs erhöht ist, etwa wenn bei Familienangehörigen bereits Brustkrebs aufgetreten ist, sollten Sie sich am besten schon vor dem 50. Lebensjahr ärztlich beraten lassen.



Gesunder Lebensstil kann Risiko reduzieren

Während manche Risikofaktoren für Brustkrebs wie ein höheres Lebensalter oder eine erbliche Belastung nicht beeinflusst werden können, lassen sich andere wiederum oft vermeiden oder zumindest reduzieren:

- Alkohol und Nikotin erhöhen das Risiko für Brustkrebs. Deshalb ist es empfehlenswert, Alkohol nur in kleinen Mengen zu konsumieren und auf das Rauchen gleich ganz zu verzichten.
- Ausreichend Bewegung senkt das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken. Erwachsene sollten sich mindestens 2 ½ Stunden pro Woche so bewegen, dass sie leicht ausser Atem kommen.
- Eine ausgewogene Ernährung mit viel Früchten und Gemüse kann mithelfen, Übergewicht zu vermeiden und dadurch das Brustkrebsrisiko zu senken.

Die Krebsliga informiert, unterstützt und begleitet

Bemerken Sie ungewöhnliche Veränderungen an Ihren Brüsten, lassen Sie diese so rasch wie möglich von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt abklären. Wenden Sie sich bei Fragen oder Unsicherheiten an das Krebstelefon (0800 11 88 11) oder an die regionale oder kantonale Krebsliga in Ihrer Nähe. Die Fachpersonen beraten und unterstützen Sie bei Fragen zur Früherkennung, helfen im Umgang mit einer Brustkrebsdiagnose oder geben Ratschläge zum Umgang mit einer Krebserkrankung.

Nützliche Adressen und weiterführende Informationen finden Sie beim **Krebstelefon**: 0800 11 88 11, das eine kostenlose, vertrauliche und auf Wunsch auch anonyme Beratung bietet. Sie können die Fachberaterinnen der Krebsliga auch per **E-Mail**: helpline@krebsliga.ch oder via **Cancerline** www.krebsliga.ch/cancerline, dem Chat für Kinder, Jugendliche und Erwachsene erreichen. Betroffene und Nahestehende können sich zudem im **Krebsforum** unter www.krebsforum.ch, austauschen.

Informationen zum Thema Früherkennung und Prävention finden Sie auch unter www.krebsliga.ch/brustkrebs oder www.swisscancerscreening.ch.

Die Krebsliga Schweiz vergibt gemeinsam mit der Schweizer Gesellschaft für Senologie das Gütesiegel «**Q-Label**» an Brustzentren, die sich regelmässig einer freiwilligen Kontrolle ihres Behandlungsstandards unterziehen. Mehr dazu erfahren Sie unter www.krebsliga.ch/q-label.