

Mammografie – Früherkennung von Brustkrebs

**Krebs Zur Früherkennung und damit erfolgreichen Behandlung von Brustkrebs ist nichts effizienter als die Mammografie. Eine betroffene Frau und zwei Spezialisten klären uns auf...
Estelle Baur (dt. Text Karin Gruber)**

2018 sind in der Schweiz 1366 Frauen und 6 Männer an Brustkrebs gestorben (Zahlen der Krebsliga Schweiz). Jedes Jahr erkranken rund 6000 Frauen an Brustkrebs, was ihn zur häufigsten Krebsform bei Frauen macht. Auch dieses Jahr wird der Oktober überall auf der Welt wieder pink! Während des Brustkrebsmonats wird die Bevölkerung durch verschiedene Aktionen und Anlässe über diese Krankheit informiert. Die Vorbeugung, Erforschung und Behandlung von Brustkrebs wird dabei ins öffentliche Bewusstsein gerückt. Die Krebsliga Wallis möchte die Frauen im Oktober ermutigen, sich mit dem Brustkrebsrisiko auseinanderzusetzen. Am 4. Oktober 2019 von 16 bis 19 Uhr wird sie auf dem «Pürumärt» in Visp präsent sein, auf das Thema Brustkrebs aufmerksam machen und Informationsmaterial abgeben. Kommen Sie vorbei! Ausserdem wird am 3. Oktober im Walliser Zentrum für Brustkrebs-Screening ein Vortrag zum Thema Mammografie stattfinden.

Tut das weh? Muss das sein?

Das sind wohl die zwei häufigsten Fragen, die sich Frauen stellen, die eine Einladung zur Mammografie erhalten. «Die Mammografie ist das beste bildgebende Verfahren, mit dem Brustkrebs bereits im Frühstadium entdeckt werden kann – noch bevor er überhaupt Beschwerden verursacht oder ertastet werden kann», erklärt Dr. Chris de Wolf, Fachexperte für Brustkrebs-Screening. Die Mammografie dauert zwischen fünf und zehn Minuten. Dabei wird die Brust während einigen Sekunden zwischen zwei Platten gedrückt und durchleuchtet. Von jeder Brust werden zwei Röntgenaufnahmen gemacht. Die Belastung durch die Röntgenstrahlen ist dabei äusserst gering. «Das Zusammendrücken der Brust wird meist als unangenehm empfunden. Einige Frauen, vor allem solche mit kleineren oder dichten Brüsten, empfinden sie als etwas schmerzhaft.» Der Fachexperte rät: «Wenn Sie sich wegen des unangenehmen Gefühls Sorgen machen, können Sie rund eine Stunde vor der Untersuchung ein Schmerzmittel wie Paracetamol einnehmen.»

Wer sollte zur Mammografie gehen?

Seit zwanzig Jahren erhalten die Walliserinnen eine persönliche Einladung, um am kantonalen Brustkrebs-Screening-Programm teilzunehmen. «Die Frauen, die daran teilnehmen, reduzieren ihr Risiko, an dieser Krankheit zu sterben, um rund 50%», bringt Dr. de Wolf vor. Die Mammografie wird den Frauen zwischen 50 und 74 Jahren alle zwei Jahre empfohlen. «Patientinnen mit einem höheren Risiko bieten wir auch ausserhalb des kantonalen Screening-Programms Mammografien an», erklärt Prof. Daniela Emanuela Huber, Chefärztin bei der Abteilung Gynäkologie im Spital Wallis in Sitten. «Bei den betroffenen Patientinnen wird auch eine Ultraschall-Untersuchung durchgeführt, um Läsionen besser sichtbar zu machen, da diese bei der Mammografie leider nicht immer erkennbar sind.»

Verschiedene Risikofaktoren

Schätzungsweise 45 von 1000 Frauen im Alter zwischen 50 und 74 Jahren werden in ihrem Leben an Brustkrebs mit unkontrollierbaren Risikofaktoren erkranken. Allen voran sind da das Alter oder Vorbelastungen aus der Familie zu nennen. «Die persönliche Krankheitsgeschichte und die der anderen Frauen in der Familie sind ausschlaggebend dafür, ob man vor dem Alter von 50 Jahren eine Früherkennungs-Untersuchung durchführen lassen sollte», erklärt Prof. Huber. Weitere Risikofaktoren sind hingegen beeinflussbar und hängen eher von der Person selbst ab: Alkohol- und Tabakkonsum, Übergewicht oder Bewegungsmangel erhöhen das

SO KANN BRUSTKREBS SICH ANFÜHLEN ODER AUSSEHEN

Bemerkst du etwas? Keine Panik, einige Veränderungen sind normal.
Doch falls sie dauerhaft sind – geh zum Arzt.

Ein bösartiger Knoten ist oft verhärtet und lässt sich nicht bewegen, wie ein Zitronenkern.
Er kann in verschiedensten Grössen und Formen auftreten.

knowyourlemons.com

Krebsrisiko. Ebenso Oben-ohne-Sonnenbaden (Hautkrebs) und Hormonbehandlungen während der Menopause. Prof. Huber relativiert dies allerdings: «Schätzungsweise 51 von 1000 Frauen, die während zehn Jahren eine solche Hormonbehandlung machen, werden an Brustkrebs erkranken (also sechs mehr, als es beim Grundrisiko der Fall ist). Unter den Frauen, die jeden Tag mehr als zwei Gläser Alkohol trinken, beträgt dieser Anteil 72 von 1000 (27 mehr), bei den Frauen mit 20 kg Übergewicht (über der Body-Mass-Index-Norm) sind es 90 von 1000 (45 mehr), und bei den Raucherinnen beträgt dieser Anteil 195 von 1000 (150 mehr).»

Selbstuntersuchung empfohlen

Wer regelmässig selbst seine Brüste abtastet, kann bereits potenzielle Brustveränderungen erkennen (siehe Infographie oben). Dr. Huber empfiehlt, dies einmal monatlich zu machen, im Idealfall nach der Regelblutung. Am einfachsten geht das vor dem Spiegel oder im Liegen. «Streichen Sie mit etwas Druck von der Brustwarze nach aussen, bis sie die ganze Brust strahlenförmig abgetastet haben. Dann tasten Sie die ganze Brust kreisförmig ab, indem Sie sie auf dem Brustkasten bewegen.» Die regelmässige Selbstuntersuchung wird Frauen in jedem Alter empfohlen, da in 20 Prozent der Fälle Frauen unter 50 Jahren betroffen sind. Dr. de Wolf beruhigt: «Nicht jede Veränderung oder jeder Knoten weist auf Brust-

krebs hin! Es kann sich dabei auch um eine Zyste, ein Fibroadenom oder eine Brustdrüsenentzündung handeln. Doch zögern Sie nicht, zu Ihrer Frauenärztin oder Ihrem Frauenarzt zu gehen, wenn Sie einen Knoten ertasten. Lieber einmal mehr als gar nicht und damit zu spät!»

Selbst erlebt

«Die Untersuchung dauert nur wenige Sekunden.» 2017 entdeckt Martine Busset, damals 52, bei einer Selbstuntersuchung einen Knoten in ihrer Brust: «Ich hatte mir immer vorgestellt, dass ein Tumor rund sei,

wie eine Haselnuss. Was ich ertastete, war eher mandelförmig. Manchmal spürte ich es, manchmal nicht. Ich hatte nicht wirklich weh, die Verdickung war aber da.» Sie fragt bei einer Freundin, die Frauenärztin ist, nach. «Sie hat mir geraten, mich sofort zu einer Mammografie anzumelden. Eigentlich war ich ja gegen diese Art von Früherkennungs-Untersuchungen. Ich setze lieber auf Alternativmedizin statt auf Strahlen. Ausserdem kann es ja vorkommen, dass man bei der Untersuchung nichts sieht, einige Monate später dann aber trotzdem eine Krebsdiagnose erhält.»

Martine wird darüber informiert, dass die Untersuchung schmerzhaft sein könne, was sie aber nicht weiter beunruhigt. «Meist hat man bloss vor lauter Angst Schmerzen. Die Fachleute haben wirklich grossartige Arbeit geleistet. Die Untersuchung hat nur circa 20 Sekunden gedauert.» Die Mammografie bestätigt, was Martine eigentlich schon befürchtet hat. Sie hat Krebs. Stadium 3. «Aufgrund des fortgeschrittenen Stadiums habe ich sozusagen die ganze Behandlungspalette erhalten: Chemotherapie, Brust-OP, 25 Mal Bestrahlung und sieben Monate lang orale Chemotherapie.»

Inzwischen geht es Martine Busset wieder besser: «Ich sehe alles als eine neue Chance, einen Neubeginn. Ausserdem bin ich dabei, ein Buch zu schreiben, um die positiven Seiten der Krankheit zu beleuchten.»

«Rauchen erhöht das Krebsrisiko weit mehr als eine Hormonbehandlung»



Prof. Daniela Emanuela Huber,
Chefärztin, Abteilung für Gynäkologie, Spital Wallis in Sitten

NÜTZLICHE ADRESSEN

Krebsliga Wallis
www.wallis.krebsliga.ch

PARTNER

LIGUE PULMONAIRE VALAISANNE
LUNGENLIGA WALLIS

www.lungenliga-ws.ch

Gesundheitsförderung
Wallis

www.gesundheitsfoerderungwallis.ch

Departement für Gesundheit, Soziales und Kultur
Dienststelle für Gesundheitswesen
CANTON DU VALAIS
KANTON WALLIS

www.vs.ch/gesundheit