

Brustkrebs: Vom Verdacht zur Diagnose

Etwa jede achte bis zehnte Frau erkrankt im Laufe ihres Lebens an Brustkrebs. Kann man Brustkrebs vorbeugen? Und wie ist das Prozedere, wenn eine Frau einen Knoten in ihrer Brust entdeckt? Wir haben uns mit Dr. med. Katrin Breitling, Leitende Ärztin an der Frauenklinik, unterhalten.



Dr. med. Katrin Breitling, Leitende Ärztin Frauenklinik

Interview: Daniela Ghisletti

Frau Breitling, jedes Jahr erkranken in der Schweiz etwa 6000 Frauen neu an Brustkrebs. Was kann ich tun, um Brustkrebs vorzubeugen?

Katrin Breitling: Es gibt verschiedene Faktoren, die die Entstehung von Brustkrebs begünstigen. Manche Risikofaktoren, wie das Lebensalter oder die genetische Veranlagung, sind nicht beeinflussbar. Andere wiederum haben viel damit zu tun, wie wir uns ernähren, bewegen und welche Gewohnheiten wir haben.

Was heisst das konkret?

Mit gesunder Ernährung und viel Bewegung lässt sich das Brustkrebsrisiko deutlich reduzieren. Empfohlen wird eine fettarme Ernährung mit viel Obst und Gemüse. Man spricht auch von mediterraner Kost. Eine sehr wichtige Rolle spielt auch der Sport. Wer sich regelmässig 3 bis 5 Stunden pro

Woche bewegt und Sport treibt, kann das Brustkrebsrisiko um bis zu 30 Prozent senken.

Aufs Rauchen sollte gänzlich verzichtet und Alkohol nur in kleinen Mengen genossen werden. Alkohol an sich ist nicht krebserregend. Aber er wird im Körper umgewandelt in Stoffe, die Krebserkrankungen auslösen können. Wer täglich eine Stange Bier oder ein Glas Wein trinkt, hat ein leicht erhöhtes Risiko in Bezug auf sein persönliches Hintergrundrisiko.

Ein gesunder Lebensstil ist das eine. Welche Rolle spielt das Alter?

Mit zunehmendem Lebensalter nimmt auch das Risiko zu, an Brustkrebs zu erkranken. Je öfter sich eine Zelle teilt und je länger die genannten Risikofaktoren einwirken, desto höher ist das Risiko, dass bei der Zellteilung ein Fehler passiert. Jede dritte betroffene Frau in der Schweiz ist älter als 70 Jahre.

20 Prozent der Frauen sind bei Diagnosestellung jünger als 50 Jahre, der Altersgipfel liegt bei Mitte 60.

Wie ist das Prozedere, wenn eine Frau einen Knoten in ihrer Brust ertastet und sich bei Ihnen meldet?

Meldet sich eine Frau mit Brustbeschwerden, bekommt sie innerhalb von zwei Tagen einen Termin bei uns. In der Regel erfolgt zuerst eine klinische Untersuchung und ein Brustultraschall. So haben wir einen ersten Eindruck. Häufig folgt dann eine Mammografie innerhalb von ein bis zwei Wochen. Ist eine Gewebeprobe (Biopsie) notwendig, kann diese am selben Tag unter Ultraschallkontrolle durchgeführt werden. Letztlich kann nur die Biopsie Gewissheit geben, worum es sich handelt. Das Resultat liegt dann innerhalb von zwei Tagen vor.

Zwei Tage können sich wie eine halbe Ewigkeit anfühlen. Haben Sie Tipps im Umgang mit dieser schwierigen Zeit?

Wir begleiten die Frauen in der Zeit der Unsicherheit. Dabei werden wir unterstützt durch zwei Breast Care Nurses, Pflegefachfrauen, die über eine spezielle Ausbildung für Brustkrankheiten verfügen. Manche Frauen sind froh über ein zusätzliches Beratungsgespräch, andere wiederum wenden sich an eine persönliche Vertrauensperson. Das «Googeln» im Internet führt häufig zu mehr Unsicherheit. Es gibt unterschiedliche Arten von Brustkrebs, die auch unterschiedliche Behandlungen nach sich ziehen. So ist es als Laie oder Betroffene nicht immer leicht, die entsprechende Antwort auf eine Frage zu finden.

Täuscht der Eindruck, oder nimmt die Zahl der Brustkrebsfälle zu?

Seit Mitte der 1980er-Jahre ist die Rate an Neuerkrankungen schweizweit angestiegen. 1983 erkrankten etwa 90 Frauen

gerechnet auf 100 000 Einwohner, 30 Jahre später etwa 120 Frauen von 100 000. Demgegenüber ist die Sterblichkeitsrate rückläufig. Fünf Jahre nach der Erstdiagnose sind 85 Prozent der Frauen gesund und am Leben. Das liegt zum einen an der Früherkennung, zum anderen an immer besseren Behandlungsmöglichkeiten. Auswahl und Formen der medikamentösen Behandlung haben zugenommen.

Trotz verbesserter Therapien machen betroffene Frauen aber eine schwierige Zeit durch ...

Ja, das ist so. Betroffene Frauen stehen häufig mitten im Leben, füllen eine zentrale Rolle in der Familie, im Beruf oder sozialen Umfeld aus und werden plötzlich dort herausgerissen. Für manche Frauen bedeutet dies eine Lebens-, ja sogar Sinnkrise, und es ist nicht einfach, diese zu überwinden. Diese Frauen benötigen eine psychoonkologische Begleitung. Wir sind froh, dass wir mit Frau PD Dr. med. Natalie Büel-Drabe eine Psychoonkologin im Haus haben, die den Frauen bei Bedarf hilft, eine schwere Krise zu meistern.

In Ihrem Beruf kommt es immer wieder vor, dass Sie eine schlechte Nachricht überbringen müssen. Wie gehen Sie persönlich damit um?

Ich verbringe so viel Zeit wie möglich mit der Familie. Gemeinsam etwas unternehmen, kochen, Ausflüge machen, das gibt mir die Kraft, im Beruf voll da zu sein. Familie und Freunde sind für mich der wichtigste Ausgleich.

Öffentlicher Vortrag

Am 30. Oktober 2018 findet ein öffentlicher Vortrag in Zusammenarbeit mit der Krebsliga Schaffhausen zum Thema «Brustkrebs: Vom Verdacht zur Diagnose» statt. Es referieren: Dr. med. Katrin Breitling, Leitende Ärztin Frauenklinik, Dr. med. Stefan Seidel, Chefarzt Radiologie und Nuklearmedizin, und Dr. med. Dieter Erdin, Chefarzt Histopathologie, Kantonsspital Winterthur, unter der Moderation von Dr. med. Giannicola D'Addario, Leitender Arzt Onkologie und Präsident der Krebsliga Schaffhausen.

Der Vortrag beginnt um 18.30 Uhr im Restaurant Safran des Kantonsspitals Schaffhausen. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.