



Brustkrebs

SYMPTOME, RISIKEN & BEHANDLUNG

Brustkrebs ist weltweit die häufigste Krebserkrankung bei Frauen und es werden jährlich ungefähr 1,7 Millionen neue Fälle diagnostiziert. Die Häufigkeit von Brustkrebserkrankungen steigt, vor allem in Entwicklungsländern – dort werden die häufigsten Fälle im späten Stadium diagnostiziert.

Die Überlebensrate bei Brustkrebserkrankungen steigt ebenfalls, größtenteils aufgrund der früheren Erkennung, einem besseren Verständnis der Erkrankung und verbesserter Behandlungsmethoden.

Da auch Männer Brustgewebe haben, können sie ebenfalls an Brustkrebs erkranken. Dies tritt jedoch seltener auf als bei Frauen.

Eine frühe Erkennung der Krankheit ist das Wichtigste, um Behandlungserfolge und die Überlebensraten zu verbessern.

Diesen Monat schauen wir uns Symptome, Risiken und Diagnose von Brustkrebs genauer an.

Arten von Brustkrebs

Brustkrebs ist ein bösartiger Tumor, der in den Zellen des Brustgewebes entsteht. Mit der Zeit wächst der Krebstumor und kann sich auf das umliegende Gewebe und andere Körperteile ausbreiten.

Brustkrebs entsteht meistens innerhalb der Milchdrüsen (duktales Karzinom) oder der Drüsenläppchen, die für die Milchzufuhr verantwortlich sind (lobuläres Karzinom). Das duktales Karzinom ist die häufigste Art von Brustkrebs.

Invasiver Brustkrebs

Bei einer invasiven Brustkrebserkrankung breiten sich die Krebszellen von den Drüsenläppchen oder Milchdrüsen auf das umliegende Gewebe aus. Bei dieser Art von Brustkrebs streuen die Krebszellen über den Blutkreislauf oder das Lymphsystem auf Lymphknoten und andere Organe.

Nicht-invasiver Brustkrebs

In diesem Fall beschränkt sich die Krebserkrankung auf die Stelle, an der sie entstanden ist. Diese Art von Brustkrebs wird oft als „Krebsvorstufe“ bezeichnet. Das bedeutet, dass sich der Krebs zu einem invasiven Brustkrebs entwickeln kann, obwohl die Krebszellen zunächst nicht von der ursprünglichen Stelle aus gestreut haben.

Brustkrebs bei Männern

Für viele Menschen kommt es oft überraschend, dass Männer ebenfalls an Brustkrebs erkranken können, da man allgemein glaubt, dass Männer keine Brüste haben. Da Männer jedoch auch Brustgewebe haben, kann bei ihnen ebenfalls Brustkrebs entstehen.

Brustkrebs kommt bei Männern jedoch sehr selten vor und wird häufig viel später diagnostiziert als bei Frauen.

Der Grund dafür könnte sein, dass Männer seltener Verdacht auf Anomalien im Brustbereich schöpfen und seltener dazu bereit sind, einen Arzt aufzusuchen. Dadurch dass Männer weniger Brustgewebe haben, werden Anomalien selten frühzeitig entdeckt, sodass sich ein Tumor auf das umliegende Gewebe ausbreiten kann.

Risikofaktoren für Brustkrebs bei Männern:

- Brustkrebs bei einer weiblichen Verwandten
- Vorgeschichte von Strahlenbelastung des Brustkorbs
- Vergrößerung der Brust
- Einnahme von Östrogen
- Seltene genetische Erkrankungen wie das Klinefelter-Syndrom
- Schwerwiegende Lebererkrankungen
- Erkrankungen der Hoden wie Mumps-Orchitis, eine Verletzung an den Hoden oder Hodenhochstand



Schon gewusst?

Brustkrebs ist weltweit die häufigste Todesursache bei Frauen zwischen 20 und 59 Jahren.

Wie beim Brustkrebs bei Frauen wird die Prognose von Brustkrebs bei Männern vor allem vom Stadium eines Tumors beeinflusst. Eine Früherkennung und Behandlung sind äußerst wichtig.



Schon gewusst?

Männer mit Brustkrebs reagieren besser auf eine Hormontherapie als Frauen.

Risikofaktoren für Brustkrebs

Die genauen Ursachen für eine Brustkrebserkrankung sind unbekannt. Es gibt jedoch einige Risikofaktoren, die Einfluss darauf haben können, wie wahrscheinlich eine Frau Brustkrebs entwickelt.

Einem Risikofaktor ausgesetzt zu sein, bedeutet nicht, dass sich diese Erkrankung entwickelt. Außerdem haben nicht alle Risikofaktoren die gleiche Auswirkung. Viele Frauen sind einigen der Risikofaktoren ausgesetzt, entwickeln jedoch keine Brustkrebserkrankung. Wenn Sie bei sich einige Risikofaktoren für Brustkrebs erkennen, sprechen Sie mit Ihrem Arzt über eine Krebsvorsorgeuntersuchung und darüber, wie Sie die Risiken reduzieren können.

Zu den Risikofaktoren gehören:

Zunehmendes Alter

Das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken steigt mit zunehmendem Alter. Die meisten Brustkrebserkrankungen werden ab einem Alter von 50 Jahren diagnostiziert.

Menstruationszyklus

Frauen, die vor dem Alter von 12 Jahren ihre erste Periode hatten, sind Hormonen länger ausgesetzt. Dadurch erhöht sich das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken.

Beginn der Wechseljahre später als 55 Jahre

Je länger Sie dem Hormon Östrogen ausgesetzt sind, desto höher das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken.

Übergewicht und Fettleibigkeit

Für korpulentere Frauen oder Frauen mit Übergewicht besteht ein erhöhtes Risiko, an Brustkrebs zu erkranken, vor allem nach Einsetzen der Menopause.

Hormonersatztherapie

Das Risiko einer Brustkrebserkrankung steigt, wenn Sie während der Menopause länger als fünf Jahre eine Kombination aus Hormonen einnehmen, um fehlendes Östrogen oder Progesteron auszugleichen.

Vorgeschichte von Brustkrebs

Frauen, die bereits an Brustkrebs erkrankt sind, entwickeln diese Erkrankung möglicherweise ein zweites Mal.

Strahlentherapie

Frauen, die vor dem Alter von 30 Jahren mit einer Bestrahlung des Brustkorbs behandelt wurden, stehen einem erhöhten Risiko gegenüber, in späteren Jahren an Brustkrebs zu erkranken.

Alkoholkonsum

Die Forschung weist durchweg darauf hin, dass Alkoholkonsum bei Frauen das Risiko einer Brustkrebserkrankung erhöht.

Genetische Mutationen

Etwa 5 % bis 10 % der Fälle von Brustkrebs sind vermutlich auf eine erbliche Erkrankung zurückzuführen, d. h. genetische Anomalien wurden von den Eltern ans Kind übertragen.

Späte oder keine ausgetragene Schwangerschaft

Das Risiko einer Brustkrebserkrankung steigt, wenn die erste Schwangerschaft nach dem Alter von 30 Jahren auftritt oder nie eine Schwangerschaft ausgetragen wurde.

Wenig Bewegung

Frauen, die körperlich wenig aktiv sind, stehen einem höheren Risiko gegenüber, an Brustkrebs zu erkranken.

Dichte der Brustdrüsen

Dichte Brustdrüsen haben mehr Bindegewebe als Fettgewebe. Dadurch ist es oftmals schwierig, während einer Mammographie einen Tumor zu erkennen.

Orale Verhütungsmittel

Für einige Arten von oralen Verhütungsmitteln wurde ein erhöhtes Brustkrebsrisiko festgestellt.

Familienvorgeschichte von Brustkrebs

Das Risiko einer Brustkrebserkrankung steigt, wenn in der Verwandtschaft ersten Grades, d. h. bei Mutter, Schwester oder Tochter, oder bei mehreren Familienmitgliedern auf der väterlichen oder mütterlichen Seite bereits Brustkrebs auftritt bzw. aufgetreten ist.

Rasse/Volkszugehörigkeit

Bei Frauen mit weißer Hautfarbe ist die Wahrscheinlichkeit, Brustkrebs zu entwickeln etwas höher als bei Frauen mit schwarzer Hautfarbe sowie bei Frauen spanischer oder asiatischer Herkunft. Frauen mit schwarzer Hautfarbe entwickeln jedoch häufig eine aggressivere und weiter fortgeschrittene Brustkrebserkrankung, die bereits in jungen Jahren diagnostiziert wird.



Schon gewusst?

18 % aller durch Krebs verursachten Todesfälle erfolgen aufgrund von Brustkrebs.

Symptome für Brustkrebs

Es gibt viele verschiedene Symptome für Brustkrebs. Die meisten Arten von Brustkrebs haben keine eindeutigen Symptome.

Symptome, die denen für Brustkrebs ähneln, können Ursache einer gutartigen Erkrankung sein, wie beispielsweise einer Entzündung oder Zyste.

Obwohl die meisten Knoten gutartig sind, ist es wichtig, dass alle Knoten von einem Arzt oder einer medizinischen Fachkraft untersucht werden.

Suchen Sie sofort einen Arzt auf, wenn Sie bei sich eines der im Folgenden aufgelisteten Symptome feststellen. Der Arzt wird eine körperliche Untersuchung durchführen und Sie an einen Spezialisten überweisen, falls eine genauere Untersuchung notwendig sein sollte.

- Knoten in der Brust
- Verdicktes Gewebe in der Brust
- Schmerzen in der Achselhöhle oder der Brust
- Veränderungen der Größe und Form der Brust
- Teilweise Schwellung oder Schwellung der gesamten Brust
- Hautirritationen oder Grübchen/Dellen
- Hautausschlag an der Brustwarze
- Einziehung einer Brustwarze
- Absonderungen aus der Brustwarze

So untersuchen Sie Ihre Brust selbst

Eine frühe Erkennung von Brustkrebs ist für eine Behandlung und Genesung äußerst wichtig.

Eine regelmäßige Krebsvorsorgeuntersuchung kann bei einer Früherkennung helfen und am ehesten zu einem positiven Ergebnis führen. Regelmäßige Mammographien sind maßgeblich. Da bei einer Mammographie jedoch nicht jede Art von Brustkrebs erkannt werden kann, müssen Sie sich Veränderungen an Ihrer Brust bewusst werden und die Zeichen und Symptome für Brustkrebs kennen.

Eine Selbstuntersuchung der Brust sollte zu Ihrer monatlichen Routine werden. Außerdem sollten Sie einen Arzt aufsuchen, sobald Sie Veränderungen an Ihrer Brust feststellen.

Wenn Sie ein Gefühl dafür entwickeln, was bei Ihrer Brust normal ist, sind Sie auf dem besten Weg zu einer Sensibilisierung für Brustkrebs. Ihrer Gesundheit zuliebe sollten Sie Ihre Brust regelmäßig selbst untersuchen und wissen, was bei Ihnen normal ist und wann Sie einen Arzt aufsuchen sollten. Mit ein wenig Übung erkennen Sie, wie sich Ihre Brust im Laufe des Menstruationszyklus auf Empfindlichkeit oder Struktur verändert. Untersuchen Sie Ihre Brust mindestens einmal pro Monat selbst.

Schritt 1

Stellen Sie sich mit geraden Schultern vor den Spiegel, stützen Sie die Arme in die Hüften und schauen Sie sich Ihre Brust an.

Darauf sollten Sie achten:

- Unregelmäßigkeiten in Größe, Form oder Farbe
- Verformungen oder Schwellungen
- Grübchen, Runzeln oder Wölbungen der Haut
- Einziehung einer Brustwarze
- Rötungen, Schmerzen, Hautausschläge oder Schwellungen

Schritt 2

Heben Sie die Arme über den Kopf und achten Sie auf die gleichen Veränderungen.

Schritt 3

Drücken Sie Ihre Brustwarze, um Ausfluss oder Knoten festzustellen. Achten Sie auf Absonderungen, die aus einer oder beiden Brustwarzen austreten: Diese können wässrig, milchig, gelblich oder blutig sein.

Schritt 4

Legen Sie sich hin, damit sich das Brustgewebe gleichmäßig auf Ihrem Brustkorb ausbreiten kann. Legen Sie hinter Ihren Kopf, unter Ihre rechte Schulter und Ihren rechten Arm ein Kissen. Tasten Sie mit Ihrer linken Hand vorsichtig in kreisförmigen Bewegungen Ihren gesamten rechten Brustbereich und Ihre Achselhöhle ab.

Verwenden Sie dabei leichten, mittleren und festeren Druck. Diese Schritte wiederholen Sie dann bei Ihrer linken Brust.

Schritt 5

Tasten Sie Ihre Brüste im Stehen oder Sitzen ab. Viele Frauen finden es am einfachsten, ihre Brust abzutasten, wenn sie unter der Dusche stehen. Tasten Sie mit den in Schritt 4 beschriebenen kreisförmigen Bewegungen Ihre gesamte Brust ab.



Schon gewusst?

Eine von acht Frauen kann an Brustkrebs erkranken.

Diagnose von Brustkrebs

Eine Diagnose von Brustkrebs tritt häufig bei einer Routineuntersuchung der Brust auf oder nachdem Patienten Symptome erkannt haben und mit einem Arzt darüber sprechen.

Zu den Diagnoseuntersuchungen und -verfahren für Brustkrebs gehören:

Brustuntersuchung - Ein Arzt untersucht die Brust auf Knoten oder Anomalien.

Mammographie - Dieser Scan ist die häufigste Methode der Vorsorgeuntersuchung für Brustkrebs. Falls etwas Ungewöhnliches festgestellt wird, ordnet der Arzt möglicherweise eine diagnostische Mammographie an.

Ultraschall - Ein Scan, bei dem festgestellt werden kann, ob es sich bei Knoten oder Anomalien um eine feste Gewebemasse oder eine mit Flüssigkeit gefüllte Zyste handelt.

Biopsie - Hierbei wird operativ eine Gewebeprobe von der Brust entnommen und zur Analyse an ein Labor geschickt. Wenn erkannt wird, dass es sich um krebsartige Zellen handelt, ermittelt das Labor, um welche Art von Brustkrebs es sich handelt und in welchem Stadium sich der Brustkrebs befindet.

Kernspintomographie der Brust - Mit diesem Scan kann festgestellt werden, wie weit der Krebs fortgeschritten ist.



Schon gewusst?

Bei übergewichtigen Frauen ist das Risiko, nach der Menopause an Brustkrebs zu erkranken 1 ½-mal höher als bei Frauen mit Normalgewicht.

Vorbeugung von Brustkrebs

Veränderungen des Lebensstils können das Risiko einer Brustkrebserkrankung mindern.

Alkoholkonsum

Alkohol sollte in Maßen genossen werden.

Körperlich aktiv bleiben

Ausreichend Bewegung ist äußerst wichtig für die allgemeine Gesundheit. Mit einem aktiven Lebensstil und einem gesunden Gewicht verringert sich das Risiko von Brustkrebs.

Ernährung

Die Forschung hat gezeigt, dass durch eine gesunde, ausgewogene Ernährung das Risiko von Brustkrebs reduziert wird. Eine Hauptmahlzeit sollte aus drei Viertel Gemüse, Bohnen oder Getreide und einem Viertel Fleisch, Fisch oder Protein bestehen. Trinken Sie außerdem Wasser statt anderen Getränken.

Reduzieren Sie Ihren Salzkonsum und vermeiden Sie möglichst zuckerhaltige und verarbeitete Lebensmittel bzw. Fertiggerichte.

Postmenopausale Hormontherapie

Eine eingeschränkte Hormontherapie hilft dabei, das Risiko einer Brustkrebserkrankung gering zu halten. Es ist wichtig, dass Patienten die Vor- und Nachteile einer Hormontherapie ausführlich mit einem Arzt besprechen.

Gesundes Gewicht halten

Bei Menschen mit einem gesunden Körpergewicht ist die Wahrscheinlichkeit einer Brustkrebserkrankung geringer als bei korpulenteren Menschen oder Menschen mit Übergewicht.

Ihre Brust genau kennen

Untersuchen Sie Ihre Brust regelmäßig, um zu wissen, was für Sie normal ist und Anomalien schnell erkennen zu können.

Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen

Lassen Sie regelmäßig eine Mammographie durchführen und sprechen Sie mit Ihrem Arzt darüber, wann und wie oft eine Vorsorgeuntersuchung durchgeführt werden soll.

Behandlung von Brustkrebs

Die Behandlung von Brustkrebs ist abhängig von Folgendem:

- Wo sich der Krebs befindet
- Größe des Tumors
- Wie weit sich der Krebs ausgebreitet hat
- Krebsstadium
- Allgemeine Gesundheit und Fitness der Patienten
- Alter der Patienten

Ein Arzt wird die besten Behandlungsmethoden mit Patienten besprechen und über die Vorteile und möglichen Nebenwirkungen aufklären.

Ein multidisziplinäres Team wird in die Behandlung von Brustkrebs miteinbezogen. In diesem Team arbeiten möglicherweise Onkologen, Radiologen, auf Krebs spezialisierte Chirurgen, spezialisiertes Krankenpflegepersonal, Pathologen, Röntgenassistenten und plastische Chirurgen zusammen.

Zu den hauptsächlichen Krebsbehandlungsmethoden gehören:

- Strahlentherapie
- Chirurgischer Eingriff
- Biologische Therapie (gezielte Medikamentenbehandlung)
- Hormontherapie
- Chemotherapie



Ihr internationaler Krankenversicherungsschutz

Um das Risiko einer Brustkrebserkrankung zu reduzieren, ist es wichtig, aktiv zu bleiben, sich gesund zu ernähren und ein normales Körpergewicht zu halten.

Machen Sie eine Selbstuntersuchung der Brust zu Ihrer monatlichen Routine und suchen Sie einen Arzt auf, sobald Sie Veränderungen an Ihrer Brust feststellen.

Eine frühe Erkennung von Brustkrebs durch Vorsorgeuntersuchungen und diagnostische Untersuchungen sind für eine Behandlung und Genesung äußerst wichtig.

Nutzen Sie die Vorteile der Vorsorgeuntersuchungen von Allianz Worldwide Care – Gesundheit steht für uns an erster Stelle.

Dr Ulrike Sucher, Medical Director
Allianz Worldwide Care



Schon gewusst?

Die Überlebensrate bei Brustkrebserkrankungen steigt dank früher Erkennung, Diagnose und Behandlung.