

Lilo Berg

Brustkrebs

Wissen gegen Angst

Das Handbuch

Verlag Antje Kunstmann

Inhalt

Einleitung	9
1. Immer mehr Frauen sind betroffen	12
Diagnose Brustkrebs: Zwischen Angst und Hoffnung	12
Verbreitung von Brustkrebs und Heilungschancen	13
Frauen gehen in die Offensive	16
2. Ein wandlungsfähiges Organ	20
Was die Brust bedeutet	20
Die Brust von innen	21
Gutartige Brustveränderungen	25
3. Ursachen und Prävention	29
Wie Krebs entsteht	29
Risikofaktoren und ihre Bedeutung	33
Exkurs: Risikostatistiken verstehen	34
Der Einfluss der Hormone	36
Frühe erste Menstruation/Schwangerschaft und Stillen/Späte Menopause/Die »Pille«/Hormonpräparate gegen Wechseljahrs- beschwerden/Prävention mit Hormonmedikamenten?	43
Familien- und Lebensgeschichte	43
Vererbung/Krankheiten als Risiken/Alter	48
Der Einfluss der Umwelt	48
Umweltgifte/Ionisierende Strahlung/Elektromagnetische Felder	51
Der Lebensstil	51
Ernährung/Bewegung/Der Einfluss der Psyche	60
Weitere mögliche Risikofaktoren	60
Exkurs: Berichte in den Medien bewerten	62
4. Früherkennung	65
Selbstuntersuchung: Übung macht die Meisterin	65
Die Techniken der Selbstuntersuchung	69
Krebsfrüherkennung beim Arzt	71
Mammographie	73
Zwischen Euphorie und Skepsis/Wie hoch ist das Strahlenrisiko?/ Was ist eine Mammographie, und was passiert dabei?/Digitale Mammo- graphie/Mammaszintigraphie	87
5. Diagnose	87
Erstuntersuchung beim Arzt	87
Die Bild gebenden Verfahren	91
Untersuchung mit Ultraschall/Magnetresonanztomographie/Galaktographie/ Positronen-Emissions-Tomographie/Computertomographie	

Methoden der geschlossenen Biopsie.	100
Die Feinnadelpunktion/Die Stanzbiopsie/Das Mammotome-Verfahren/ Das ABBI-System/Tumormarker	
Operative Biopsie.	104
6. Wenn es Krebs ist: Weitere Untersuchungen.	108
Tumorklassifikationen.	108
Die Bestimmung des histologischen Typs (»Typing«)/ In-situ-Brustkrebs/Invasiver Brustkrebs/Die Bestimmung des Krankheitsstadiums (»Staging«)/Die Bestimmung des Differenzierungsgrads (»Grading«)/Weitere Charakterisierungen des Tumors/Bestimmung der Hormonrezeptoren	
Blutuntersuchungen.	120
Prognosefaktoren.	122
Klassische Prognosefaktoren/Neue potentielle Prognosefaktoren/	
Auf der Suche nach Metastasen: Weitere Bild gebende Verfahren.	125
Beurteilung des Tumors.	126
7. Weichen stellen.	128
Die Diagnose und danach.	128
Das Behandlungsteam.	130
Das Expertenspektrum.	132
Exkurs: Die Struktur der onkologischen Versorgung in Deutschland	134
Einen Arzt finden.	140
Auf der Suche/Kriterien/Die Beziehung zum Arzt/Fragen an den Arzt	
Eine zweite Meinung einholen.	148
Exkurs: Beratungsservice »Second Opinion«	149
Informationen sammeln.	151
Internet/Broschüren, Bücher, Presse/Kongresse und Fachkonferenzen/Information per Telefon	
Exkurse: Rat und Hilfe in der Schweiz/Wer berät in Österreich?	159
Familie und Freunde.	162
Psychosoziale Unterstützung.	165
Selbsthilfegruppen/Weitere Beratungsangebote	
Die neuen Brustkrebsbewegungen.	172
Die Krankenhauserfahrung.	175
Im Krankenhaus/Das Aufklärungsgespräch	
8. Behandlung.	182
Operation.	184
Brust erhaltende Operation/Subkutane Mastektomie/Entfernung der Brust/Entfernung der Lymphknoten/Die Sentinel-Technik/Die Entscheidung für eine Operationsform/Der beste Operationszeit- punkt/Eigenblut statt Fremdblut	
Exkurs: An einer Therapiestudie teilnehmen?	200
Wiederaufbau der Brust.	202
Das Silikonimplantat/Exkurs: Der Streit um Silikon und die Ersatz- materialien/Die Expandermethode/Körpereigenes Gewebe/Schwenk-	

Inhaltsverzeichnis

lappenplastiken vom Bauch/Schwenklappenplastiken vom Rücken/Die »freie« Technik/Rekonstruktion der Brustwarze/Neue Entwicklungen	
Strahlentherapie.	215
Wie funktioniert eine Strahlentherapie ?/Welche Nebenwirkungen gibt es?/Selbsthilfe während der Strahlentherapie/Ablauf einer Strahlentherapie	
Systemische Behandlung	227
Chemotherapie.	230
Wann kommt eine Chemotherapie in Frage ?/Wie die Chemotherapie wirkt/Grundsätzliche Probleme der Chemotherapie/Welche Mittel gibt es?/Wie geht eine Chemotherapie vor sich?/Präoperative (»neoadjuvante«) Chemotherapie/Hochdosischemotherapie/Nebenwirkungen	
Hormontherapie	249
Welche Hormontherapien gibt es?/Im Fokus: Tamoxifen	
Immuntherapie.	256
Monoklonale und bispezifische Antikörper/Impfen mit dendritischen Zellen/Aktiv-spezifische Immuntherapie (ASI)	
Experimentelle Verfahren.	261
Der programmierte Zelltod/Anti-Angiogenese/Gentherapie	
9. Die ersten Schritte »danach«.	264
Gefühle und Einstellungen.	264
Ein neues Körperbild entwickeln.	270
Krankengymnastik.	272
Prävention und Behandlung eines Lymphödems.	276
Tipps zur Vorbeugung/Was tun bei einem Lymphödem?	
Prothesen und Büstenhalter.	282
Erholung und Rehabilitation.	288
Was bieten Rehabilitationskliniken?/Welche Kuren gibt es?/Wer zahlt?/Einen Antrag stellen/Welche Klinik?/Und was ist mit Kind und Mann?/Weitere Informationen/Ambulante Rehabilitation	
10. Biologische Behandlungen.	297
Der Stellenwert biologischer Therapien.	297
Die eigenen Motive klären/Biologische Medizin - Schulmedizin/Einige Testfragen/Informationen und Therapieeinrichtungen/Wer übernimmt die Kosten?	
Biologische Medikamente.	308
Mistelpräparate/Thymuspräparate/Enzyme	
Ernährung	314
Fett: Wie es schadet, wie es schützt/Vitamine, Mineralien, Spurenelemente/Exkurs: Vitaminpillen: ja oder nein?/Sekundäre Pflanzenstoffe/Eine Alternative fürs Leben: Die Vollwerternährung/Krebsdiäten	
Bewegung, Atem, Berührung.	330
Psychologische Methoden.	338
Entspannungstechniken/Visualisierungen/Centering/Meditation/Kunsttherapie/Psychotherapie und psychologische Beratung	

11. Medizinische Weiterbetreuung	351
Nachsorge.	351
Zu welchem Arzt gehen?/Die Termine/Was wird untersucht?/Warum weniger Apparatedizin ?/Eine neue Form der Nachsorge	
Wenn der Tumor wiederkehrt	357
Das lokoregionale Rezidiv/Metastasen	
Schmerztherapie.	365
Wo erhalten Sie eine derart umfassende Therapie?	
12. Ein neuer Anfang.	372
Partnerschaft	372
Eine neue Beziehung beginnen.	375
Sexualität.	yj6
Schwangerschaft und Schwangerschaftsverhütung	y/<)
Wechseljahre.	382
Beruf.	383
Lebensversicherungen.	385
Soziale Leistungen.	386
Wovon soll ich leben ?/Hilfen zu Hause/Schwerbehindertenausweis/Sonstige Hilfen/Exkurse: Wer leistet Hilfe in der Schweiz?	
Versorgung in Österreich	
Meine Frau, meine Freundin hat Brustkrebs: Wie verhalte ich mich? . . .	J^y
Anhang.	402
Nützliche Adressen.	402
Ausgewählte Literatur.	424
Fachwörterverzeichnis.	428
Bildnachweis.	432
Stichwortverzeichnis.	433
Danksagung.	446