



PATIENTEN-INFO-BRIEF

RUND UM'S THEMA BRUSTSELBSTUNTERSUCHUNG

AUS DER SERIE: IHR WEG DURCH DIE CHEMOTHERAPIE

Liebe Leserinnen,

die Brustselbstuntersuchung sollte jede Frau jeden Alters kennen. Ihre Finger müssen lernen, wie und wonach sie tasten. Die MammaCare®-Methode zur Brustselbstuntersuchung können Sie zu Hause in gewohnter Umgebung lernen und immer wieder anwenden.



PD Dr. med. Nadia Harbeck,
gynäkologische Onkologin,
Frauenklinik der
Technischen Universität
rechts der Isar, München

Das Problem

Viele Frauen wissen, dass sie regelmäßig ihre Brust tasten sollen, tun es aber aus verschiedenen Gründen nicht. Zum Beispiel wissen sie nicht genau, was und wie sie richtig tasten sollen. Manchmal tastet eine Frau einen Knoten, der früher auch schon vorhanden war. Aber fühlte sich dieser Knoten so oder anders an? Vielleicht war es auch die andere Brust? Tasten verunsichert viele Frauen mehr, als dass es ihnen Gewissheit über ihre Brüste gibt.

Warum die Brustselbstuntersuchung wichtig ist

Die Brustselbstuntersuchung ist die ideale Ergänzung zur Brustkrebs-Früherkennung durch Mammographie (Röntgenuntersuchung) und Ultraschall. Über 90% der Brustkrebsfälle werden durch Selbstuntersuchung entdeckt, obwohl nur 27% aller Frauen ihre Brust allmonatlich untersuchen. Sie können durch regelmäßige Untersuchung Ihrer Brust einen Knoten, geringfügige Veränderungen oder Verdickungen entdecken. Bedenken Sie, dass die meisten Brustkrebserkrankungen eher geheilt werden können, wenn sie früh genug festgestellt werden.

Die MammaCare®-Methode

Die MammaCare®-Methode der Brustselbstuntersuchung ist ein Lernsystem mit einem Silikonmodell, das dem echten Brustgewebe nachgebildet ist.

Mit diesem Modell können Sie lernen, normale und krankhafte Strukturen in der Brust zu tasten und zu unterscheiden. Ihre Finger lernen durch Abtasten „das Lesen“ Ihres Brustgewebes, ähnlich dem Vorgang, durch den Blinde die Braille-Schrift erlernen. Im Rahmen des Lehrgangs wird ein Silikonmodell verwendet, das naturgetreu der Brustbeschaffenheit entspricht, um Ihnen damit Vergleichsmöglichkeiten zu geben. Es sind Knoten verschiedener Größe und Härte in unterschiedlicher Tiefe eingelassen. Sobald Sie diese mit den Fingern ertasten, können Sie dieselbe Methode an der eigenen Brust ausprobieren. Dann üben Sie monatlich mit der inzwischen erworbenen Erfahrung an dem Modell zur Auffrischung Ihrer Kenntnisse, um danach wiederum Ihre Brüste zu untersuchen.



Was sollen Sie tasten?

Es liegt ganz allein an Ihnen, Ihre Brüste besser zu kennen als sonst jemand. Mit dieser regelmäßigen Untersuchung haben Sie bessere Vergleichsmöglichkeiten als sie Ihre Ärztin/Ihr Arzt jemals haben kann. Sie kennen bald die Strukturen Ihrer Brüste und wissen, ob sie schon immer so waren oder ob sie sich verändert haben.

Was sollten Sie tun, wenn Sie einen Knoten oder sonst etwas Ungewöhnliches entdecken?

Denken Sie daran, daß die meisten Brustknoten gutartig, also keine Krebserkrankung sind! Sollten Sie etwas Außergewöhnliches, vom Normalen Abweichendes in Ihrer Brust tasten, so merken Sie sich die Stelle und vereinbaren Sie einen Termin bei Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt.

Sie möchten die MammaCare®-Methode kennen lernen? In Frankfurt und jetzt auch in München gibt es jeweils ein Zentrum, das Schulungen für Interessierte anbietet. Dort lernen Sie unter Anleitung einer professionellen MammaCare®-Trainerin anhand der Silikonmodelle, wie Sie Ihre monatliche Selbstuntersuchung der Brust sinnvoll durchführen.

MammaCare®-Lernmaterialien und Kursangebote gibt es unter:
www.mammacare.de.

Nutzen Sie die Brustselbstuntersuchung zur sinnvollen Brustkrebs-Vorsorge!

Viel Erfolg wünscht Ihnen

Ihre



PD Dr. med. Nadia Harbeck



Kontakt München: MammaCare®-Zentrum München, Frauenklinik der Technischen Universität rechts der Isar, München, Ismaninger Straße 22, 81675 München
Direktorin: Prof. Dr. med. Marion Kiechle
Leitung: PD Dr. med. Nadia Harbeck, Dr. med. Almut Artmann
Kursleitung: Dr. Dorothy Berthold
Anmeldung und Informationen: Frau Seifert, Telefon: 089/41 40-24 37

Kontakt Frankfurt: MammaCare®-Zentrum Frankfurt, Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe der Johann Wolfgang von Goethe-Universität, Theodor-Stern-Kai 7, 60590 Frankfurt a. Main
Direktor: Prof. Dr. med. M. Kaufmann
Leitung: Dr. Yvonne Lauen
Anmeldung und Informationen: Frau Gaus, Telefon: 069/93 54 05 97

Schützen Sie sich durch Wissen!

Wir möchten Ihnen dabei helfen, sich über die Chemotherapie und die damit verbundenen Nebenwirkungen zu informieren.

Schreiben Sie an die unten stehende Adresse und nutzen Sie unseren Informations-Service: Wählen Sie einfach aus der folgenden Übersicht, welche Informationen rund um die Themen Krebs und Chemotherapie Sie interessieren und wir senden Ihnen die gewünschten Medien in Kürze zu. Wir freuen uns auf Ihre Antwort!

- Patienten-Broschüre „Wissen macht stark“
- Broschüre „Internet-Ratgeber Krebs“
- Broschüre „Chemotherapie und Infektionsrisiko“
- verschiedene Info-Briefe rund um die Chemotherapie im Abo

Die Inhalte, Angaben, Informationen und Abbildungen in diesem Info-Brief („Inhalte“) sind nur für Nutzer innerhalb des Gebiets der Bundesrepublik Deutschland bestimmt. Sofern sie Informationen zu oder im Zusammenhang mit Gesundheitszuständen, Krankheitsbildern, medizinischen Fragen oder Therapiemöglichkeiten enthalten, ersetzen sie nicht die Empfehlungen oder Anweisungen eines Arztes oder eines anderen Angehörigen der Heilberufe. Die Inhalte dieses Info-Briefes sind nicht bestimmt zur Diagnose oder Behandlung eines gesundheitlichen oder medizinischen Problems oder einer Erkrankung. Darüber hinaus erhebt der Inhalt dieses Info-Briefes keinen Anspruch auf Vollständigkeit und Richtigkeit.

Mit Aushändigung und/oder Benutzung des Info-Briefes kommt keinerlei Vertragsverhältnis, insbesondere kein Rat- oder Auskunftsvertrag, zwischen Ihnen und Amgen GmbH bzw. mit dieser konzernmäßig verbundenen Gesellschaften (zusammen: Amgen) zustande. Insofern bestehen auch keinerlei vertragliche oder quasi vertragliche Ansprüche. Vorsorglich wird eine Haftung – gleich aus welchem Rechtsgrund – ausgeschlossen, ausgenommen die Haftung für eine grob fahrlässige Verletzung von Leben, Körper, Gesundheit.

Das Layout des Info-Briefes, die verwendeten Grafiken und Bilder, die Sammlung sowie die einzelnen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt (© 2003). Das Urheberrecht steht, sofern nichts anderes angegeben ist, ausschließlich Amgen GmbH zu. Durch nichts in diesem Info-Brief wird eine Lizenz oder ein Recht an einem Urheberrecht, Patent oder Marken von Amgen oder Dritten begründet. Nachdruck oder auch auszugsweise Kopien nur mit vorheriger Genehmigung der Amgen GmbH.

Dieser Informations-Service wird unterstützt von:

AMGEN GmbH
Hanauer Straße 1
80992 München
Tel.: 089/14 90 96-0
Fax: 089/14 90 96-20 11

E-Mail: info@amgen.de



BSK
Bundesorganisation
Selbsthilfe Krebs e.V.

AMGEN ist das größte unabhängige Biotechnologie-Unternehmen der Welt. Der Hauptsitz des Unternehmens liegt im kalifornischen Thousand Oaks. AMGEN erforscht, produziert und vertreibt Substanzen, die mit Hilfe moderner Techniken der DNA-Rekombination und Zellbiologie entwickelt werden. In Deutschland ist AMGEN seit 1989 durch die AMGEN GmbH in München vertreten.

WISSEN MACHT STARK

AMGEN[®]
www.onkologie.de

