

Brustkrebs sicher erkennen und richtig behandeln

# Wegweiser Brustkrebs in Hessen



# Inhalt

Ein persönliches Wort am Anfang	3
Vorsorge kann Ihr Leben retten	4
Was sind die Risikofaktoren?	6
Bedeutung der Risikofaktoren	7
Krebsvorsorgeuntersuchung beim (Frauen-)Arzt	8
Selbstuntersuchung der Brust	9
Sehen Sie genau hin	10
Tasten Sie sorgfältig ab	11
Trainingskurse zur Selbstuntersuchung der Brust	12
Familiärer Brustkrebs	13
Mammographie-Screening	14
Vorsorge – eine Routinesache?	16
DMP BKK MedPlus	17
Anhang – Hinweise und Adressen	18

## Ein persönliches Wort am Anfang

Sehr geehrte Damen und Herren,  
Betroffene und Angehörige,

Brustkrebs ist mit über 55.000 Neuerkrankungsfällen pro Jahr in Deutschland auf Platz Nr. 1 der Krebserkrankung der Frau. Durch umfassende Anstrengungen auf dem Gebiet der Früherkennung und der Verbesserung der Behandlung nimmt jedoch die Sterblichkeit schrittweise ab. Neue Erkenntnisse und schonende Diagnostik und Operationsverfahren haben breiten Einzug in die Klinik gefunden und die psycho-onkologische Begleitung der Patienten als wichtige Bausteine in der Behandlung und dem Verständnis der Ganzheit des Betroffenen möglich gemacht. Anstrengungen, wie die Verbesserung der gesetzlichen Brustkrebsfrüherkennung durch Einführung des Mammographie-Screenings und die Einführung eines Disease-Management-Programms Mamma-Karzinom haben in Hessen jeder Betroffenen Zugang zur Diagnostik und Behandlung auf höchstem kompetenten Niveau ermöglicht.

Mit diesem Ratgeber soll Ihnen eine Hilfestellung an die Hand gegeben werden, jederzeit schnellstmöglich die bestmögliche Diagnostik und Versorgung beim Verdacht eines Brustkrebses zu erhalten. Sie finden Informationen zu Früherkennung, Screeningeinheiten und den Kompetenzzentren, die im Rahmen des Disease-Management-Programms Mamma-Karzinom die Behandlung des Brustkrebses gemeinsam mit Ihren betreuenden Frauenärzten steuern.

Wir hoffen sehr, dass mit der informativen Broschüre der erste Schritt zur Verbesserung Ihrer Heilungschancen und Vermeidung von nachteiligen Auswirkungen gemacht werden kann, nämlich das Auffinden der besten Diagnostik und Therapieeinheiten.

Ihr Prof. Dr. Uwe Wagner

Klinik für Gynäkologie, Universität Marburg  
Hessische Krebsgesellschaft

## Vorsorge kann Ihr Leben retten

Brustkrebs ist nach wie vor die häufigste Krebserkrankung und die häufigste Krebstodesursache bei Frauen, stellt das Bundesministerium für Gesundheit fest. Jährlich erkranken in Deutschland fast 55.000 Frauen neu an Brustkrebs. An den Folgen von Brustkrebs sterben pro Jahr immer noch ca. 18.000 Frauen allein in unserem Land.

**Die gute Nachricht ist:** 80% der Brustkrebspatienten überleben die Erkrankung. Das frühzeitige Erkennen eines sich entwickelnden Brustkrebses ist hierbei entscheidend.

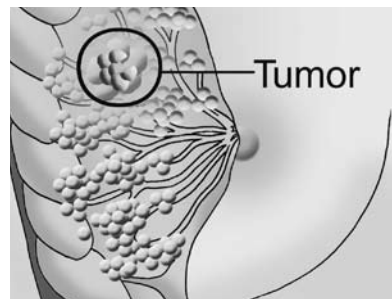
Mit dieser Broschüre erhalten Sie Informationen über die verschiedenen Möglichkeiten der Früherkennung. Unabhängig von Ihrem Lebensalter stehen Ihnen vom Gesetzgeber verschiedene Formen der Vorsorge zur Verfügung.

Darüber hinaus erfahren Sie, wie Sie selbst Ihre Brüste regelmäßig abtasten können, und wir geben Ihnen Hinweise auf Kurse, in denen Sie sich dafür schulen lassen können.



Dabei ist es außerdem wichtig, dass Sie überlegen, ob bei Ihnen eine genetische Veranlagung besteht, an Krebs zu erkranken. Menschen mit einem hohen familiären Risiko sollten sich intensiv beraten lassen und regelmäßig zur Krebs-Früherkennung gehen. Weitere Informationen zu diesem wichtigen Gesichtspunkt finden Sie ebenfalls in dieser Broschüre.

**Grundsätzlich gilt:** Wenn Sie einen Verdacht auf Brustkrebs haben aufgrund einer festgestellten Veränderung Ihrer Brüste, dann machen Sie unverzüglich einen Termin mit Ihrem Frauenarzt oder Arzt Ihres Vertrauens. Lassen Sie sich untersuchen. In den meisten Fällen wird der Arzt die beruhigende Diagnose „Ohne Befund“ geben können. Sollte der Verdacht sich jedoch bestätigen, dann stimmt Ihr Arzt das weitere Vorgehen mit Ihnen ab.



Selbstverständlich kommt Ihre Betriebskrankenkasse für die medizinisch notwendigen Maßnahmen auf, damit Sie sich ganz auf das Wiedergesundwerden konzentrieren können.

Im Anhang finden Sie wichtige Anschriften zu allen angesprochenen Themenbereichen. Mit dem Hinweis „Anhang“ werden Sie jeweils auf zusätzliche Informationen aufmerksam gemacht, die Sie dann im hinteren Teil dieser Broschüre finden.

## ANHANG >>>

### Bitte beachten Sie:

Wir verwenden in dieser Broschüre die Berufsbezeichnung Arzt. Es ist jeweils ebenfalls die Ärztin gemeint.

## Was sind die Risikofaktoren?

Den **einen** „Auslöser“ für Brustkrebs gibt es nach bisherigen Erkenntnissen nicht. Meist müssen zahlreiche Faktoren zusammenspielen, damit die Krankheit ausbricht. Welches Gewicht man dabei den einzelnen Risikofaktoren beimessen muss, darüber sind die Forscher uneins.

Weitgehend überein stimmen Wissenschaftler jedoch darin, dass Alkoholkonsum, Rauchen und Brustkrebserkrankungen bei nahen Verwandten das Krebsrisiko erhöhen. Auch das Einsetzen der Regelblutung vor dem 11. Lebensjahr sowie das Eintreten der Wechseljahre nach dem 55. Lebensjahr erhöhen das Brustkrebsrisiko.

### **Alkohol**

Offensichtlich kann regelmäßiger Alkoholgenuss in höherer Dosis – mehr als 36 g Alkohol am Tag – das Brustkrebsrisiko erhöhen. Trinken Sie deshalb wenig Alkohol (max. 10 g/Tag) und auch nicht täglich. 10 g Alkohol sind enthalten in 125 ml Wein oder 250 ml Bier.

### **Nikotin**

Nach Informationen der Deutschen Krebsgesellschaft weisen neue Studien darauf hin: Wenn Mädchen schon im Teenageralter anfangen zu rauchen, steigt ihr Brustkrebsrisiko deutlich.



### **Genetische Veranlagung**

Überlegen Sie, ob bei Ihnen eine genetische Veranlagung bestehen könnte, an Krebs zu erkranken. Diese wäre z.B. dann gegeben, wenn die Mutter oder eine Schwester bereits Brustkrebs hatte. Menschen mit einem hohen familiären Risiko sollten sich intensiv beraten lassen und regelmäßig zur Krebs-Früherkennung gehen. Besteht eine genetische Veranlagung, kann Krebs auch schon in jungen Jahren auftreten. Weitere Informationen dazu finden Sie auf Seite 13 dieser Broschüre.

### **Alter**

Das Brustkrebsrisiko nimmt mit dem Alter zu. Die Mehrzahl der Brustkrebserkrankungen tritt jenseits des 50. Lebensjahres auf. Entsprechend wichtig sollten ältere Frauen die regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen beim (Frauen-)Arzt nehmen sowie am bundesweit eingerichteten Mammographie-Screening-Programm teilnehmen.

### **Ernährung**

Untersuchungen haben gezeigt, dass der Verzehr von großen Mengen an tierischem Fett das Auftreten von Brustkrebs fördern kann. Ebenso erkranken Frauen, die Übergewicht haben, häufiger als Frauen mit Normalgewicht.

## Bedeutung der Risikofaktoren

Wenn Sie feststellen, dass einige dieser Risikofaktoren auf Sie zutreffen, dann besteht bei Ihnen eine höhere Wahrscheinlichkeit, an Brustkrebs zu erkranken, als bei einer Frau, die keine Risikofaktoren aufweist.

Bedenken sie jedoch dabei, dass es bei den aufgeführten Faktoren um Wahrscheinlichkeiten geht. Das bedeutet, dass es auch Frauen gibt, die zwar alle Risikofaktoren aufweisen, aber trotzdem nicht an Brustkrebs erkranken.

## Krebsvorsorgeuntersuchung beim (Frauen-)Arzt

Jede Frau ab dem 20. Lebensjahr kann einmal im Jahr eine Krebsvorsorgeuntersuchung in Anspruch nehmen, bei der auch ein Abstrich vom Muttermund entnommen wird. Gebärmutter und Eierstöcke werden abgetastet. Ab dem Alter von 30 Jahren ist auch die Untersuchung der Brust Bestandteil der Krebsvorsorge.

Vor der Untersuchung führt der Arzt ein Gespräch mit Ihnen. Sprechen Sie hier offen auch Ihre eventuellen Sorgen oder Befürchtungen im Zusammenhang mit einer Brustkrebserkrankung an. In der Regel nach der gynäkologischen Untersuchung tastet der Arzt Ihre Brüste gründlich ab.

Achten Sie darauf, wie Ihr Arzt diese Tastuntersuchung durchführt und fragen Sie ihn ruhig, worauf Sie im Besonderen bei einer Selbstuntersuchung der Brust, die wir Ihnen auf den Folgeseiten erklären, achten müssen.



Sollte Ihnen bereits eine Verhärtung oder eine Veränderung Ihrer Brust aufgefallen sein, sprechen Sie den Arzt darauf an. Er wird mit Ihnen mögliche Ursachen für eine „knotige“ Stelle besprechen.

Bei unklaren Tastbefunden in der Brust wird der Arzt Ihnen eventuell auch eine Ultraschalluntersuchung der Brust vorschlagen beziehungsweise Sie an einen Facharzt für Radiologie zur Mammographie überweisen.

Nehmen Sie die jährliche Vorsorgeuntersuchung bei Ihrem (Frauen-)Arzt regelmäßig in Anspruch. Diese Untersuchung kostet Sie nichts. Sie ist Leistung Ihrer Betriebskrankenkasse. Auch fallen bei der reinen Vorsorgeuntersuchung die sonst üblichen 10 Euro Praxisgebühr nicht an.

# Selbstuntersuchung der Brust

Da die Krebsvorsorgeuntersuchung bei Ihrem Arzt nur einmal im Jahr stattfindet, empfehlen wir Ihnen einen monatlichen Selbstcheck der Brust und der Lymphknoten. Wenn Sie Ihre Brust regelmäßig und nach einer bestimmten Technik untersuchen, dann sind Sie nach einiger Zeit auch in der Lage, Veränderungen frühzeitig zu bemerken.

Verhärtungen oder gar Knoten werden Ihnen auffallen. Aber auch Unterschiede in Form, Größe oder bei der Haut spielen bei der Selbstuntersuchung eine Rolle. Da die Brust sich zyklusabhängig immer wieder anders anfühlt, helfen Ihnen diese regelmäßigen Checks, zyklusbedingte Veränderungen von Auffälligkeiten zu unterscheiden.

Wir empfehlen Ihnen, mit der Selbstuntersuchung Ihrer Brust direkt im Anschluss an Ihren Krebsvorsorgetermin beim (Frauen-)Arzt zu beginnen. Da Ihr Arzt wahrscheinlich nichts Auffälliges festgestellt hat, ist das für Sie ein guter Zeitpunkt für den Einstieg in Ihr eigenes Untersuchungsprogramm.

## **Wir geben Ihnen im Folgenden einige Richtlinien:**

- Die Selbstuntersuchung sollte regelmäßig, am besten einmal im Monat, durchgeführt werden. Der ideale Zeitpunkt zum Tasten ist einige Tage nach der Regelblutung. Dann ist die Brust weicher.
- Frauen nach den Wechseljahren sollten sich ein bestimmtes Datum im Monat merken und immer am gleichen Tag tasten. Veränderungen im Gewebe sind so leichter zu erkennen.
- Knoten können in verschiedenen Tiefen der Brust entstehen. Tasten Sie deshalb nicht nur an der Oberfläche.
- Tasten Sie die Brüste im Liegen ab, damit die Muskulatur entspannt ist; untersuchen Sie beide aber auch im Stehen. Mit der rechten Hand die linke Brust abtasten und umgekehrt.
- Anfangs sollten Sie für jede Brust ungefähr 15 bis 20 Minuten Untersuchungszeit einplanen. Mit einiger Übung, wenn Sie über Ihre Brust gut Bescheid wissen, geht es dann schneller.

## Sehen Sie genau hin

Sorgen Sie für ausreichende Lichtverhältnisse, damit Sie alles gut erkennen können, und stellen Sie sich vor einen Spiegel.

Schauen Sie Ihre Brüste bei locker herabhängenden Armen von vorn und von der Seite an.

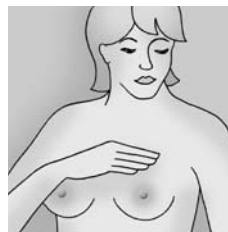
- Ist eine Brust größer oder kleiner geworden?
- Hat sich die Lage einer Brust verändert (höher oder tiefer) oder die Form?
- Hat sich die Haut der Brüste verändert?
- Bemerkten Sie z.B. ungewöhnliche Rötungen?
- Entdecken Sie in der Haut Dellen, eventuell mit Poren oder Vorwölbungen?
- Sind Erhebungen, Buckel zu sehen?
- Ist die Brustwarze unauffällig oder ist sie vielleicht eingezogen, eventuell auch nur an einer Stelle?
- Tritt Flüssigkeit aus?
- Haben sich die Warzenhöfe verändert?

Heben Sie nun beide Arme mehrmals langsam hoch.

- Folgen beide Brüste Ihrer Bewegung oder macht hierbei nur eine Brust mit?
- Bemerkten Sie am Unterrand der Brüste, in der sogenannten Umschlagfalte, ein ungewöhnliches Einziehen der Haut oder sind vielleicht Dellen zu sehen?



**Abb. 1:**  
Stimmt die  
Symmetrie?



**Abb. 2:**  
Tasten Sie mit  
der rechten  
Hand Ihre linke  
Brust ab und  
umgekehrt.

## Tasten Sie sorgfältig ab

Beginnen Sie zunächst im Stehen. Dabei untersuchen Sie mit der rechten Hand die linke Brust und umgekehrt. Tasten Sie langsam und gründlich beide Brüste ab:

Zeige-, Mittel- und Ringfinger flach nebeneinander legen und auf einer kleinen Stelle kreisen. Erst mit leichtem, danach mit mittlerem und abschließend mit festem Druck. Auf diese Weise die gesamte Brust abtasten. Teilen Sie am besten die Brust in vier Teilbereiche und untersuchen Sie Abschnitt für Abschnitt.

Auch die Achselhöhlen müssen in die Untersuchung einbezogen werden. Heben Sie dazu die Arme und tasten nacheinander beide Achselhöhlen mit den Fingern ab. Ertasten Sie bei dieser Untersuchung Ihre Lymphknoten, so ist das unbedenklich.

### Aufmerksam werden sollten Sie jedoch, wenn

- Sie Knoten bemerken, die eine Größe von über einem Zentimeter haben,
- Sie Knoten nur auf einer Seite fühlen können oder
- neue Knoten zu ertasten sind, die bei Ihrer letzten Untersuchung noch nicht zu bemerken waren.

Abschließend wiederholen Sie das gründliche Abtasten der Brüste im Liegen. Die unteren Bereiche der Brüste werden Sie dabei besser untersuchen können. Denken Sie daran, auch im Liegen die Achselhöhlen sorgfältig abzutasten.



**Abb. 3:**  
Tasten Sie die gesamte Brust ab.



**Abb. 4:**  
Auch im Liegen beide Brüste untersuchen.

## Trainingskurse zur Selbstuntersuchung der Brust

Die richtige Technik für das Abtasten Ihrer Brüste können Sie unter fachkundiger Anleitung auch in einem Kurs gemeinsam mit anderen Frauen lernen. Sie üben dabei an einem Silikonmodell, das dem echten Brustgewebe nachgebildet ist und in das Knoten eingearbeitet wurden. Sie lernen, tastbare Befunde zu differenzieren und auffällige Veränderungen zu erkennen.

Die am Modell erlernte Technik wird im Kurs unmittelbar auch zur Untersuchung der eigenen Brust angewendet. Eine Trainerin vermittelt Ihnen die erlernbare Systematik der richtigen Untersuchung der Brüste und Ihre Finger bekommen Tasterfahrung.

Im September 2002 wurde das erste MammaCare Trainingscenter in Frankfurt eröffnet. Die hier vermittelte Tastmethode wurde in den USA entwickelt und entspricht wissenschaftlichen Standards.



Die hessischen Betriebskrankenkassen (BKK) bieten gemeinsam mit dem Gesundheitsamt Wiesbaden und in Zusammenarbeit mit Expertinnen des Deutschen Ärztinnenbundes, pro familia und der Frauenselbsthilfe nach Krebs Kurse zur Selbstuntersuchung der Brust an. Diese Initiative steht unter der Überschrift „Denk an Dich“.

Kurstermine zum Erlernen der richtigen Tasttechnik in weiteren hessischen Städten erfahren Sie bei Ihrer BKK, in der örtlichen Tageszeitung oder bei Ihrem (Frauen-)Arzt.

## Familiärer Brustkrebs

Die meisten Krebsformen werden nicht vererbt. Jedoch in etwa fünf bis zehn Prozent der Fälle beruht eine Krebserkrankung auf einer angeborenen genetischen Veranlagung. In den betroffenen Familien tritt Krebs in jeder Generation und durchaus auch schon in jungen Jahren auf.

Ist die Mutter oder eine Schwester an Brustkrebs erkrankt, dann ist das Risiko einer Frau durchschnittlich zwei- bis dreimal höher als ohne erkrankte Verwandte.

Dies sind zunächst lediglich statistische Daten. Wenn diese Konstellation bei Ihnen gegeben ist, ist damit noch nicht gesagt, dass es sich tatsächlich um einen „ererbten“ Brustkrebs auf Grund von Genveränderungen handelt.

Um Familien und Angehörigen mit erblich bedingtem Krebs eine optimale Beratung und Behandlung zu ermöglichen, hat die Deutsche Krebshilfe die Verbundprojekte „Familiärer Krebs“ ins Leben gerufen. Die verschiedenen Zentren sind Universitätskliniken angegliedert. Hier erfolgt eine umfassende medizinische wie auch psychologische Beratung über Früherkennungsmaßnahmen und vorbeugende Behandlungsmöglichkeiten sowie eine humangenetische Beratung über das erbliche Risiko. Eine genetische Untersuchung ist ebenfalls in den Zentren möglich.

Wenn Sie befürchten, dass Sie eine erbliche Veranlagung haben und glauben, zu diesem Personenkreis mit einem hohen familiären Risiko zu gehören, sollten Sie sich intensiv beraten lassen. Erster Ansprechpartner kann Ihr Frauen-(Arzt) oder auch Ihre Betriebskrankenkasse sein. Sie können sich aber auch direkt an eines der Zentren in Ihrer Nähe wenden.

# Mammographie-Screening

Das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken, nimmt mit einem höheren Lebensalter zu. Daher wurde bereits im Jahr 2004 die flächendeckende Einführung eines Mammographie-Screening-Programms für Frauen zwischen 50 und 69 Jahren von der Bundesregierung beschlossen. Seit April 2007 wird das Screening-Programm in Hessen flächendeckend durchgeführt.

## **Wo wird das Mammographie-Screening vorgenommen?**

Die Mammographie wird in speziell dafür ausgewählten Zentren durchgeführt, die zahlreiche Qualitätsanforderungen erfüllen müssen. Hier steht moderne Technik zur Verfügung.

## **Wer nimmt die Untersuchung vor?**

In den Screening-Einheiten arbeitet für dieses Programm zusätzlich geschultes Personal. Und auch die Ärzte, die die Röntgenbilder auswerten, sind besonders qualifizierte, erfahrene Mediziner. Jedes Röntgenbild wird von zwei Ärzten eingehend begutachtet.

## **Welche Vorteile hat das Screening?**

Die Röntgenuntersuchung der weiblichen Brust (Mammographie) ist die derzeit effektivste Untersuchungsmethode, Brustkrebs frühzeitig zu erkennen.

## **Welche Risiken gehe ich ein?**

Die Strahlenbelastung ist gering. Sie beträgt etwa zehn Prozent der jährlichen Strahlung, der jeder Mensch in Deutschland in seinem Alltag ausgesetzt ist. Zudem haben Untersuchungen ergeben, dass mit zunehmendem Alter die Strahlenempfindlichkeit abnimmt.

**Was kostet mich die Teilnahme?**

Das Programm gehört zum Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenversicherung. Die Teilnahme ist daher für Sie kostenlos. Es fallen auch keine Zuzahlungen und keine Kosten für die Praxisgebühr an.

**Benötige ich eine Überweisung durch meinen Haus- oder Frauenarzt?**

Nein, eine Überweisung ist für die Untersuchung nicht notwendig.

**Wo kann ich mich anmelden?**

Für die Teilnahme an diesem Programm müssen Sie sich nicht anmelden. Wenn Sie Ihren Wohnsitz in Hessen haben und mindestens 50 Jahre alt sind, werden Sie von der Zentralen Stelle bei der Kassenärztlichen Vereinigung Hessen schriftlich zum Screening eingeladen. Sie erhalten einen Terminvorschlag für die Röntgenuntersuchung bei der nächstgelegenen Mammographie-Einheit.

**Kann ich mich auch ohne eine Einladung zu einem Screening-Termin anmelden?**

Wenn Sie unsicher sind, ob eine Veränderung der Brust im Zusammenhang mit einer Erkrankung steht oder Sie nicht auf eine Einladung warten möchten und zwischen 50 und 69 Jahre alt sind, dann können Sie sich direkt mit der Zentralen Stelle Mammographie-Screening in Wiesbaden in Verbindung setzen und einen Termin im nächstgelegenen Screening-Zentrum vereinbaren. Die Kontaktdaten finden Sie im Anhang.



## Vorsorge – eine Routinesache?

Brustkrebsvorsorge beim Arzt und die regelmäßige Selbstuntersuchung wird in aller Regel unauffällig bleiben und sollte in jedem Fall ein für Sie immer wiederkehrendes Ritual sein. Im Normalfall werden Sie Ihr gesamtes Leben lang ausschließlich mit diesem Bereich der Vorsorge zu tun haben.

Leider ist Brustkrebs jedoch trotz der Wichtigkeit häufig noch ein Tabuthema. Wenn Sie erkrankt sind, hilft Schweigen allerdings nicht: Sie müssen handeln! Die gute Nachricht ist: Brustkrebs ist heute in der überwiegenden Zahl der Fälle heilbar. Auf den folgenden Seiten machen wir Sie auf unterschiedliche Behandlungsprogramme aufmerksam.

Sollten Sie zu den Frauen gehören, bei denen Brustkrebs diagnostiziert wird, dann ist für Sie wichtig:

### **„Wie bekomme ich schnellstmöglich die beste Therapie?“**

Wird ein Tumor festgestellt, stehen Frauen oft unter Zeitdruck. Bevor die betroffene Frau sich psychisch auf die Situation einstellen und wichtige Informationen einholen kann, liegt schon die Überweisung in das nächstgelegene Krankenhaus auf dem Tisch. Der Arzt hält den schnellstmöglichen Operationstermin für den besten. Das muss aber nicht so sein.

Eine Tumoroperation sollte zwar nicht unnötig verschoben werden, aber es bleibt für Sie genügend Zeit, sich zu informieren und Rat zu holen. Selbsthilfegruppen und Fachgesellschaften geben hier Auskunft. Selbstverständlich erhalten Sie alle für Sie wichtigen Informationen auch von Ihrer Betriebskrankenkasse. Wichtig ist vor allem die Frage: Wo lasse ich mich operieren? Das nächstgelegene Krankenhaus ist nicht unbedingt das beste.

## DMP BKK MedPlus

Für bestimmte chronische Erkrankungen gibt es sogenannte Disease Management Programme (DMP). Diese haben das Ziel, die Versorgung chronisch kranker Menschen zu verbessern. Für Brustkrebs wird ein solches Disease Management Programm angeboten.

Dieses Programm orientiert sich an anerkannten medizinischen Leitlinien. Es soll dazu beitragen, dass die betroffenen Frauen lernen, besser mit ihrer Erkrankung zurecht zu kommen, und Sorge dafür tragen, dass keine (weitere) Metastasenbildung erfolgt. Für die Versicherte ist die Teilnahme am Programm kostenlos. Niedergelassene Gynäkologen, Krankenhäuser und Rehabilitationskliniken arbeiten dabei eng zusammen. Koordiniert wird diese Zusammenarbeit durch den Gynäkologen. Er ist der zentrale Ansprechpartner der Patientin und legt mit ihr gemeinsam individuelle Behandlungsziele fest.

### **Ziele des DMP-Brustkrebs sind:**

- die Patientin, bezogen auf ihren Krankheitsfall und unter angemessener Berücksichtigung ihres Lebensumfeldes während des Behandlungsprozesses zu begleiten, durch regelmäßigen Kontakt mit dem behandelnden Arzt,
- sie durch gezielte, patientinnenorientierte, qualitativ gesicherte Informationen aufzuklären,
- die Lebensqualität der Patientin zu verbessern,
- den hohen operativen Standard insbesondere durch eine Steigerung der brusterhaltenden Therapie zu gewährleisten,
- durch ein strukturiertes Begleitungs- und Beratungsangebot im psychosozialen Bereich eine bessere Verarbeitung der individuell empfundenen Gesundheitsgefährdung zu ermöglichen sowie eine
- umfassende Nachsorge, insbesondere im Hinblick auf die physische, psychische und psychosoziale Rehabilitation zu gewährleisten.

## Anhang – Hinweise und Adressen

Es gibt eine große Anzahl von Einrichtungen, die Ihnen als Ansprechpartner zum Thema Brustkrebs zur Verfügung stehen. Wir haben Ihnen hier – geordnet nach den unterschiedlichen Bereichen – eine Auswahl wichtiger Adressen zusammengestellt. Weitere nützliche Anschriften finden Sie auch auf den Internetseiten des BKK Landesverbandes Hessen: **[www.bkk-hessen.de](http://www.bkk-hessen.de)** und den Webseiten Ihrer Betriebskrankenkasse.

### **Selbstuntersuchung der Brust**

#### ■ „Denk an Dich“

Kampagne des BKK Landesverbandes Hessen in  
Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt Wiesbaden  
„Treffpunkt Gesundheit“/Gesundheitsamt  
Dotzheimer Str. 38–40  
65185 Wiesbaden

Kurstermine und Anfragen:  
Gesundheitsamt Wiesbaden  
Telefon: 0611 31-2817  
Internet: [www.wiesbaden.de](http://www.wiesbaden.de)  
Stichwort: „Selbstuntersuchung der Brust“

#### ■ MammaCare Trainingscenter Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe der Johann Wolfgang Goethe-Universität Theodor-Stern-Kai 7, Haus 15, 1. OG 60590 Frankfurt/Main

Kurstermine und Anfragen:  
Regine Kohler  
Telefon: 06105 203720  
E-Mail: [kohler@mammacare.de](mailto:kohler@mammacare.de)

Eine Übersicht der zertifizierten MammaCare-Trainerinnen in Deutschland können Sie unter [www.mammacare.de](http://www.mammacare.de) herunterladen oder sich zuschicken lassen.

### **Familiärer Brustkrebs**

- Deutsche Krebshilfe e. V.  
Buschstr. 32  
53113 Bonn  
Telefon: 0228 72990-0  
E-Mail: [deutsche@krebshilfe.de](mailto:deutsche@krebshilfe.de)  
Internet: [www.krebshilfe.de/brustkrebszentren.html](http://www.krebshilfe.de/brustkrebszentren.html)

Die Deutsche Krebshilfe hat bundesweite Zentren „Familiärer Brustkrebs“ zertifiziert. Fragen Sie eine Liste an.

### **Mammographie-Screening**

Insgesamt sechs Screening-Einheiten gibt es im Gebiet der Kassenärztlichen Vereinigung Hessen. Die Einladung zu den Untersuchungsterminen erfolgt über:

- Zentrale Stelle Mammographie-Screening:  
Abraham-Lincoln-Str. 36  
65189 Wiesbaden

Termine und Informationen:

Telefon: 0180 3626666 (9 ct./Min)

Sprechzeiten der Hotline:

Montag bis Donnerstag 8:00 bis 16:00 Uhr und

Freitag 8:00 bis 13:00 Uhr

E Mail: [mammo-info@kvhessen.de](mailto:mammo-info@kvhessen.de)

## Screening-Einheiten in Hessen

### 1. Landkreis Bergstraße / Odenwaldkreis / Landkreis Darmstadt-Dieburg / Darmstadt Stadt / Landkreis Groß-Gerau

Die Untersuchung wird durchgeführt in:  
Darmstadt, Dieburger Str. 29 (am Alice Hospital),  
Heppenheim, Viernheimer Str. 2 (am Krankenhaus)  
und in Rüsselsheim, August-Bebel-Str. 52

### 2. Frankfurt Stadt / Main-Taunus-Kreis

Die Untersuchung wird durchgeführt in:  
Hofheim, Im Langgewann 6 und in Frankfurt, Am Opernplatz 2

### 3. Wiesbaden Stadt / Rheingau-Taunus-Kreis / Hochtaunuskreis / Landkreis Limburg-Weilburg

Die Untersuchung wird durchgeführt in:  
Wiesbaden, Michelsberg 3,  
Bad Homburg, Hessenring 64 und im Mammobil\*

### 4. Landkreis/Stadt Offenbach / Main-Kinzig-Kreis / Wetteraukreis

Die Untersuchung wird durchgeführt in:  
Offenbach, Starkenburgring 66 (am Klinikum Offenbach),  
Friedberg, Kaiserstr. 145–147

### 5. Lahn-Dill-Kreis / Landkreis Gießen / Landkreis Marburg-Biedenkopf / Vogelsbergkreis / Landkreis Fulda

Die Untersuchung wird durchgeführt in:  
Marburg, Bahnhofstr. 7,  
Fulda, Rabanusstr. 11 und im Mammobil\*\*

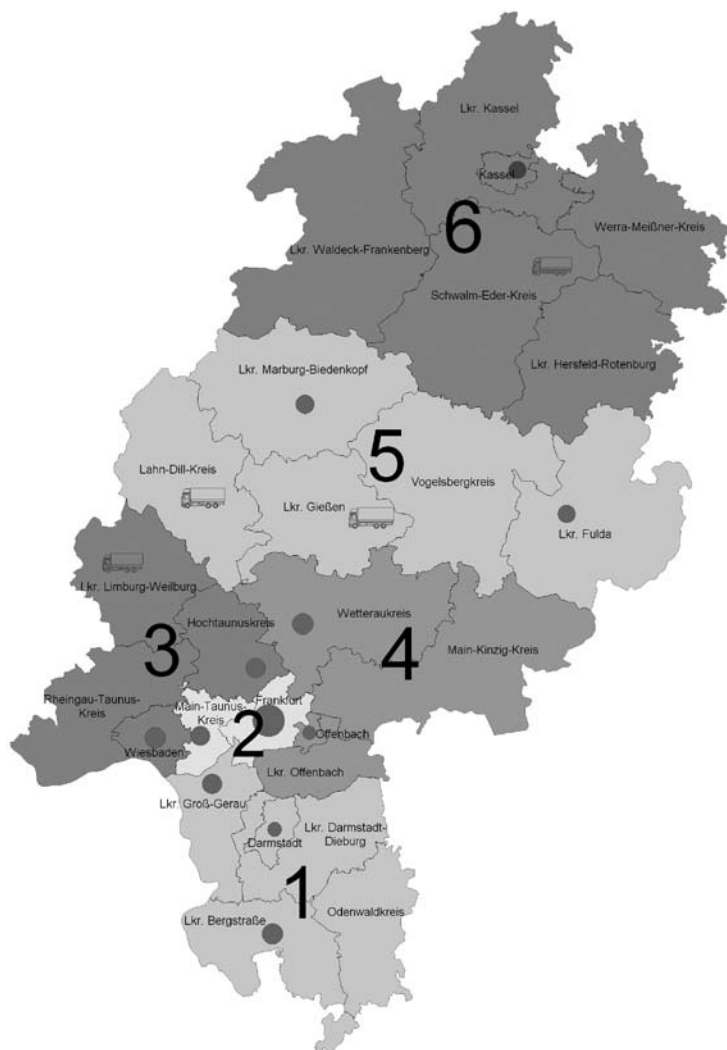
### 6. Landkreis Waldeck-Frankenberg / Schwalm-Eder-Kreis / Landkreis Hersfeld-Rotenburg / Werra-Meißner-Kreis / Kassel Stadt / Landkreis Kassel

Die Untersuchung wird durchgeführt in:  
Kassel, Garde-du-Corps-Str. 7 und im Mammobil\*

\* eine mobile Einheit

\*\* zwei mobile Einheiten

## Übersicht über die Screening-Standorte in Hessen



## **Zertifizierte Krankenhäuser DMP**

Die Betriebskrankenkassen in Hessen arbeiten beim BKK MedPlus Brustkrebs mit verschiedenen Leistungserbringern zusammen. Der Kundenberater der örtlichen Geschäftsstelle Ihrer BKK gibt gerne persönlich oder telefonisch Auskunft zu den angebotenen Programmen und Ihren Möglichkeiten, daran teilzunehmen. Hier erfahren Sie auch, ob Ihr Arzt bei BKK MedPlus mitmacht bzw. welche Ärzte und Krankenhäuser an dem Programm teilnehmen. Informationen hierzu erhalten Sie auch telefonisch bzw. auf den Internetseiten des BKK Landesverbandes Hessen ([www.bkk-hessen.de](http://www.bkk-hessen.de)), Rubrik Gesundheitsversorgung oder den Webseiten Ihrer BKK.

Koordinations- und Kooperationskrankenhäuser unterliegen einer regelmäßigen Kontrolle. Kriterien für Aufnahme und Verbleib in diesem Programm sind ein nachgewiesener Standard bei der Behandlung bestimmter Krebserkrankungen. Die Krankenhäuser verfügen über ein anerkanntes Qualitätsmanagementsystem. Neben der Mindestzahl an jährlichen Operationen ist der Nachweis besonderer Kenntnisse in allen diagnostischen Verfahren Kriterium für eine Zertifizierung.

## **Koordinationskrankenhäuser DMP**

Interdisziplinäres Brustzentrum am Klinikum Kassel  
34125 Kassel, Mönchebergstr. 41–43, Telefon: 0561 980-3040

Klinikum der Philipps-Universität, Brustzentrum Regio  
35043 Marburg, Baldingerstr. 1, Telefon: 06421 2866212

Universitätsfrauenklinik Gießen  
35385 Gießen, Klinikstr. 32, Telefon: 0641 9945-105

Klinikum Fulda  
36043 Fulda, Pacelliallee 4, Telefon: 0661 845-900

Frauenklinik der Johann Wolfgang Goethe-Universität Frankfurt  
60596 Frankfurt, Theodor-Stern-Kai 7, Telefon: 069 6301-5115

Klinikum Offenbach  
63069 Offenbach, Starkenburgring 66, Telefon: 069 8405-3850

Klinikum Hanau  
63450 Hanau, Leimenstr. 20, Telefon: 06181 296-2510

Klinikum Darmstadt  
64283 Darmstadt, Grafenstr. 9, Telefon: 06151 107-6151

Dr.-Horst-Schmidt-Kliniken Wiesbaden  
65199 Wiesbaden, Ludwig-Erhard-Str. 100, Telefon: 0611 432377

### **Koordinationskrankenhäuser DMP**

St. Vincenz-Krankenhaus  
65549 Limburg, Auf dem Schafsberg, Telefon: 06431 2924451

Klinik Wetzlar  
35578 Wetzlar, Forsthausstr. 1, Telefon: 06441 792301

Hochwald-Krankenhaus  
61231 Bad Nauheim, Chaumontplatz 1, Telefon: 06032 702207

Kreiskrankenhaus Eschwege  
37269 Eschwege, Elsa-Brändström-Str. 1, Telefon: 05651 822530

Asklepios Paulinen Klinik  
65197 Wiesbaden, Geisenheimer Str. 10, Telefon: 0611 8472398

Frauenklinik Erbach  
64711 Erbach, Albert-Schweitzer-Str. 10, Telefon: 06062 796000

Asklepios-Kliniken Schwalm-Eder  
34576 Homberg, Melsunger Str. 11, Telefon: 05681 989-102

Kreiskrankenhaus Groß-Umstadt  
64823 Groß-Umstadt, Krankenhausstr. 11, Telefon: 06078 79-252

Katharina Kasper GmbH  
60318 Frankfurt, Richard-Wagner-Str. 14, Telefon: 069 1563-1240

Main-Kinzig-Kliniken  
63571 Gelnhausen, Herzbachweg 14, Telefon: 06051 872353

St. Josefs Hospital  
65159 Wiesbaden, Solmsstr. 15, Telefon: 0611 177-1500

Hessenklinik Stadtkrankenhaus Korbach  
34497 Korbach, Enser Str. 19, Telefon: 05631 569186

Frankfurter Diakonie Kliniken  
60431 Frankfurt, Wilhelm-Epstein-Str. 2, Telefon: 069 9533-2264

Kreiskrankenhaus Bergstraße  
64646 Heppenheim, Viernheimer Str. 2, Telefon: 06252 701201

Krankenhaus Nordwest  
60488 Frankfurt, Steinbacher Hohl 2–26, Telefon: 069 7601-3579

Asklepios Klinik Langen-Seligenstadt  
63225 Langen, Röntgenstr. 20, Telefon: 06103 9121360

Klinikum Bad Hersfeld  
36251 Bad Hersfeld, Seilerweg 29, Telefon: 06621 881651

**DKD**

65191 Wiesbaden, Aukammallee 33, Telefon: 0611 577-612

**Hochtaunus-Kliniken**

61348 Bad Homburg, Urseler Str. 33, Telefon: 06172 143166

**Kliniken des Main-Taunus-Kreises**

65812 Bad Soden, Kronberger Str. 36, Telefon: 06196 657801

**Asklepios Klinik**

35423 Lich, Goethestr. 4, Telefon: 06404 81385

**Städtische Kliniken Höchst**

65929 Frankfurt, Gotenstr. 6–8, Telefon: 069 3106-2355

**Elisabeth-Krankenhaus**

34117 Kassel, Weinberg 7, Telefon: 0561 7201-147

**Herz-Jesu-Krankenhaus Fulda GmbH**

36039 Fulda, Buttlarstr. 74, Telefon: 0661 15-342

**DRK-Krankenhaus**

35216 Biedenkopf, Hainstr. 77, Telefon: 06461 2395

**Ketteler Krankenhaus**

63071 Offenbach, Lichtenplattenweg 85, Telefon: 069 8505-8854

**Kreiskrankenhaus Frankenberg**

35066 Frankenberg, Forststr. 9, Telefon: 06451 55-355

**Weitere nützliche Adressen:**

Hessische Krebsgesellschaft e. V.  
35039 Marburg, Heinrich-Heine-Str. 44  
Telefon: 06421 63324, Telefax: 06421 63316  
E-Mail: [oeffentlichkeitsarbeit@hessische-krebsgesellschaft.de](mailto:oeffentlichkeitsarbeit@hessische-krebsgesellschaft.de)  
Internet: [www.hessische-krebsgesellschaft.de](http://www.hessische-krebsgesellschaft.de) – Hier finden Sie auch Adressen von Selbsthilfegruppen.

Krebsberatungsstelle Frankfurt der Hessischen Krebsgesellschaft e. V.  
60311 Frankfurt, Töngesgasse 39, Telefon: 069 21990-887  
E-Mail: [frankfurt@krebsberatung-hessen.de](mailto:frankfurt@krebsberatung-hessen.de)

Krebsberatungsstelle Waldeck-Frankenberg der Hessischen Krebsgesellschaft e. V. an der Klinik Reinhardshöhe  
34537 Bad Wildungen-Reinhardshausen, Quellenstr. 8–12  
Telefon: 05621 705-193

Erika-Pitzer-Krebsberatungsstelle der Hessischen Krebsgesellschaft e. V.  
63628 Bad Soden-Salmünster, Parkstr. 7–9  
Telefon: 06056 914-20, Telefax: 06056 914 -215  
E-Mail: [epk@krebsberatung-hessen.de](mailto:epk@krebsberatung-hessen.de)

Frauenselbsthilfe nach Krebs e. V.  
Bundesverband „Haus der Krebs-Selbsthilfe“  
53111 Bonn, Thomas-Mann-Str. 40  
Telefon: 0228 33889-400, Telefax: 0228 33889-401  
E-Mail: [kontakt@frauenselbsthilfe.de](mailto:kontakt@frauenselbsthilfe.de)  
Internet: [www.frauenselbsthilfe.de](http://www.frauenselbsthilfe.de)

Frauenselbsthilfe nach Krebs  
Landesverband Hessen e. V.  
64283 Darmstadt, Hügelstr. 47  
Telefon: 06151 292414, Telefax: 06151 272013

Der Verein Frauenselbsthilfe nach Krebs unterhält in vielen hessischen Städten örtliche Gruppen. Die jeweiligen Kontaktdaten erhalten Sie über den Bundesverband.

mamazone – Frauen und Forschung gegen Brustkrebs e. V.  
Bundesverband  
86153 Augsburg, Max-Hempel-Str. 3  
Telefon: 0821 5213-144, Telefax: 0821 5213-143  
E-Mail: buero@mamazone.de oder info@mamazone.de  
Internet: www.mamazone.de

Hessische mamazone-Zentren gibt es in Marburg/Lahn und Darmstadt. Infomaterial und Kontaktadressen erhalten Sie über den Bundesverband.

Landfrauenverband Hessen e. V.  
Informationskampagne Mammographie-Screening Hessen  
61381 Friedrichsdorf, Taunusstr. 151  
Telefon: 06172 77073, E-Mail: info@lfv-hessen.de

Frauengesundheitszentrum Frankfurt  
Dipl. Supervisorin (DGSv) Susanne Ruppel  
60389 Frankfurt, Butzbacher Str. 46, Telefon: 069 464836

Patientinnen Initiativen Nationale Koalition Brustkrebs e. V. (pink)  
14059 Berlin, Horstweg 30, Telefon: 030 30111320  
E-Mail: kontakt@brustkrebs24.info, Internet: www.brustkrebs24.info

Kassenärztliche Vereinigung Hessen, Dr. Löwenstein-Haus  
60325 Frankfurt, Georg-Voigt-Str. 15  
Telefon: 069 79502-602, Telefax: 069 79502-640  
E-Mail: infocenter@kvhessen.de, Internet: www.kvhessen.de

Auf der Internetseite der KV Hessen finden Sie auch eine Arztsuche.

## Impressum

Herausgeber:  
BKK Landesverband Hessen  
Stresemannallee 20, 60591 Frankfurt  
Telefon: 069 96379-0  
Telefax: 069 96379-100  
E-Mail: [info@bkk-hessen.de](mailto:info@bkk-hessen.de)  
Internet: [www.bkk-hessen.de](http://www.bkk-hessen.de)

Gestaltung:  
idüll – Anstalt für Zeichen & Wunder  
Frankfurt am Main  
[www.iduell.de](http://www.iduell.de)

Druck:  
mt-druck  
[www.mt-druck.de](http://www.mt-druck.de)

Bildnachweis:  
Wir bedanken uns bei allen, die uns Bilder und Grafiken für diese Broschüre zur Verfügung gestellt haben:

BKK Bundesverband: Seiten 3, 6, 8, 12  
Doris Oppenauer: Seiten 5, 10 (2), 11 (2)  
Kooperationsgemeinschaft Mammographie: Seite 15  
KV Hessen: Seite 21  
[www.corbis.com](http://www.corbis.com): Seite 1

Insbesondere weisen wir auf den Ratgeber „Brustkrebs – Vorbeugen und richtig behandeln“  
von Dr. med. Volker Reinhardt, 2006 Compact Verlag München, [www.compactverlag.de](http://www.compactverlag.de), hin.

Stand: März 2008

